



MS Word

Susana Jorge

Índice

Critérios de evidência	3
Processamento de texto	4
Processador de texto – conceitos gerais	4
Os documentos.....	6
Criação de um documento	6
Abertura de documentos	7
Gravação de documentos.....	8
Edição e correcção de textos	9
O teclado QWERTY.....	9
As teclas	9
Correcção de texto.....	11
Selecção de texto	12
Movimentação e cópia rápida de texto e objectos	14
Procura e substituição de texto	15
Formatação de textos.....	16
Aplicação, inserção e remoção de tabulações.....	16
Formatação de caracteres.....	18
Impressão de documentos.....	21
Formatação de parágrafos.....	22
Configuração de páginas	33
Margens	33
Orientação da página	34
Cabeçalhos e rodapés	35
Etiquetas e envelopes.....	36
Bibliografia	38
Caderno de exercícios	39
Ficha de diagnóstico	40
Exercício 1.....	41
Exercício 2	42
Exercício 3	44
Exercício 4	45
Exercício 5	45
Exercício 8	46
Exercício 9	48
Exercício 10	49

Exercício 11	57
Exercício 12.....	65
Exercício 13.....	69
Exercício 14.....	71
Exercício 15.....	73
Exercício 16.....	74
Exercício 17.....	78
Exercício 18	79
Exercício 19.....	80
Exercício 20	81

Critérios de evidência

No final do módulo pretende-se que o formando tenha adquiridos as seguintes competências:

- Cria um documento, insere texto, imagens e tabelas e formata-os;
- Insere números de página, cabeçalho e notas de rodapé, num documento;
- Insere texto automático num documento;
- Formata o documento em colunas;
- Abre um programa de apresentação;
- Cria uma nova apresentação;
- Adiciona texto e imagem à apresentação;
- Utiliza as ferramentas de cortar, copiar e colar texto ou imagem;
- Insere um duplicado do diapositivo e altera o seu conteúdo;
- Adiciona efeitos de animação e transição aos diapositivos;
- Realiza uma apresentação

Processamento de texto

Processador de texto – conceitos gerais

Um processador de texto é um programa usado para escrever no computador, e criar documentos simples e mais complexos.

Um processador de texto simula o funcionamento de uma máquina de escrever, mas com recursos que facilitam e agilizam a produção, edição e formatação de texto.

Um dos processadores de texto mais comuns é o Word, do pacote Office do Microsoft, existindo várias versões. Para aceder à versão 2007, clicamos no Botão Iniciar, Todos os Programas, Microsoft Office, Microsoft Office Word 2007



Funções especiais dos processadores de texto

Correcção ortográfica e sinónimos. O processador de texto traz consigo um dicionário que permite detectar erros ortográficos, apresentar as palavras correctas e ainda sugerir sinónimos. Quando a opção não existe podemos sempre adicionar a palavra ao dicionário.

Documentos múltiplos e Janelas. Podemos ter vários documentos abertos em simultâneo e o mesmo documento pode ser dividido e visualizado em duas janelas simuladas.

Visualização do documento final. Um processador de texto tem a filosofia WYSIWYG, isto é, What You See Is What You Get, e estamos a visualizar exactamente como irá sair em papel.

Colunas e tabelas. Permite ter o texto dividido em colunas, e formatar tabelas (quadros).

Índices automáticos. Depois de definidos quais os títulos de secções a constar do índice, o programa gera-o automaticamente, indicando as páginas em que surgem esses títulos.

Formulários (Mail-merge). Esta função permite a obtenção de documentos em que parte da informação é variável, mas em que o corpo principal do texto é fixa. O caso mais comum é o de uma mesma carta enviada a um certo número de pessoas, que varia o nome e endereço das pessoas a quem a carta é remetida. A informação variável encontra-se contida num ficheiro próprio que pode ser elaborado de dentro do próprio processador, mas por vezes também pode ser lida de um ficheiro de uma base de dados.

Os documentos

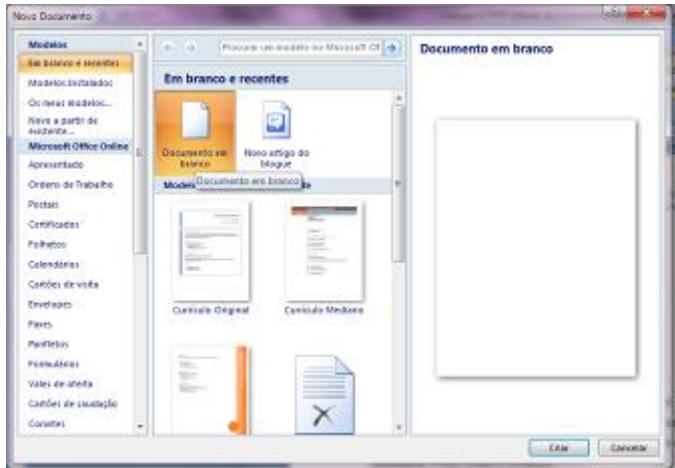
Criação de um documento

Para criar um documento basta abrirmos o Microsoft Office Word.

Botão Iniciar | Todos os Programas | Microsoft Office | Microsoft Office Word 2007

Quando temos o programa aberto e queremos iniciar um documento novo, devemos aceder ao botão do Office (canto superior direito) e Opção Novo.

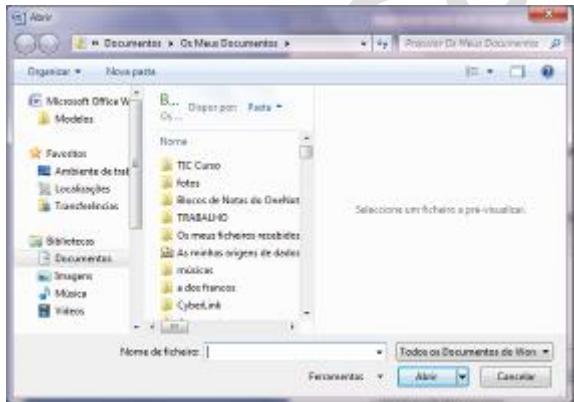
Devemos seleccionar o modelo, se não pretendermos devemos optar pelo Documento em Branco, e posteriormente carregamos no botão CRIAR.



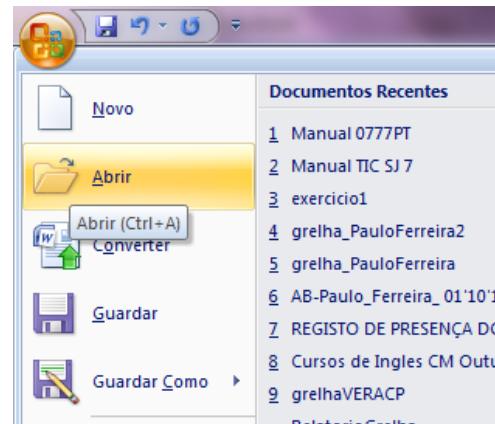
Abertura de documentos

Para abrir um documento de processamento de texto podemos ir à pasta onde está guardado e abrimos (clicamos duas vezes em cima do ícone).

Quando temos o programa aberto e queremos abrir um documento existente, accedendo ao botão do Office (canto superior direito) e Opção Abrir.



Podemos ainda escolher um dos documentos recentes que se encontram no Botão do Office.



Gravação de documentos

Todos os trabalhos que fazemos devem ser guardados para os podermos voltar a usar. Não é obrigatório mas devemos ter o cuidado de o fazer. A vantagem de usar um computador é poder abrir os trabalhos que já fizemos e usá-los sempre que necessário. Poupa tempo e dinheiro.

Guardar pela primeira vez ou gravar com outro nome

Quando guardamos um ficheiro pela primeira vez devemos dar lhe sempre um nome e dizer onde o queremos guardar, se não o fizermos ele coloca um nome por defeito e grava na pasta dos Documentos. A este processo chamamos Guardar como.

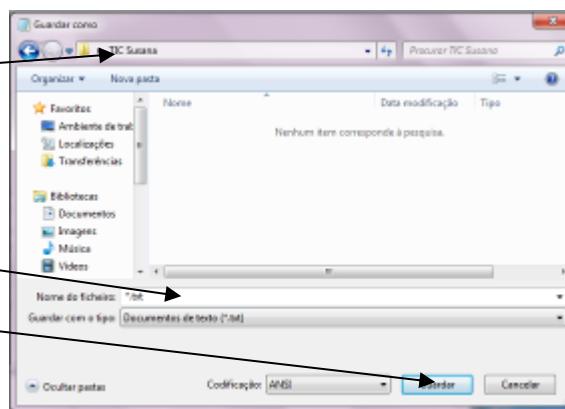
Para guardar como devemos clicar em: Ficheiro | Guardar Como

Ou clicar no símbolo da disquete na zona de menus ou de ferramentas.

Primeiro passo, dizer onde queremos guardar.

Segundo passo, dizer o nome que pretendemos.

Por fim, dar ordem para Guardar



Por vezes podemos ter um ficheiro e queremos criar uma cópia com outro nome.

Podemos usar o processo do Guardar Como para isso.

Guardar alterações

Podemos guardar as alterações sempre que quisermos e até devemos fazê-lo com frequência para não perdermos o nosso trabalho. Clique em Ficheiro | Guardar ou no símbolo da disquete.

Edição e correcção de textos

O teclado QWERTY



Existem vários tipos de teclado mas normalmente os teclados dos computadores são QWERTY e apenas tem algumas diferenças de uns para outros que tem a ver com a disposição de algumas teclas.

As teclas

ESC – Escape – interrompe uma acção não concluída

F1...F12 – Teclas de funções que diferem de programa para programa

Backspace ou Retrocesso – apaga caracteres para a esquerda (para trás)

DEL ou Delete – apaga caracteres para a direita (para a frente)

TAB – Tabulações – Faz avanços de parágrafos para a direita

CAPS LOCK – Activa as letras maiúsculas e acende um sinalizador (pequena luz)

SHIFT – em conjunto com outra tecla permite colocar as letras maiúsculas ou os segundos caracteres das teclas

CRTL ou Control – em conjunto com outra tecla permite fazer determinadas acções, como por exemplo, copiar, colar, desfazer...

ALT – em conjunto com outra tecla permite fazer determinadas acções

ALT GR – em conjunto com outra tecla permite fazer os terceiros caracteres das teclas, como: @ £ § { [] } €

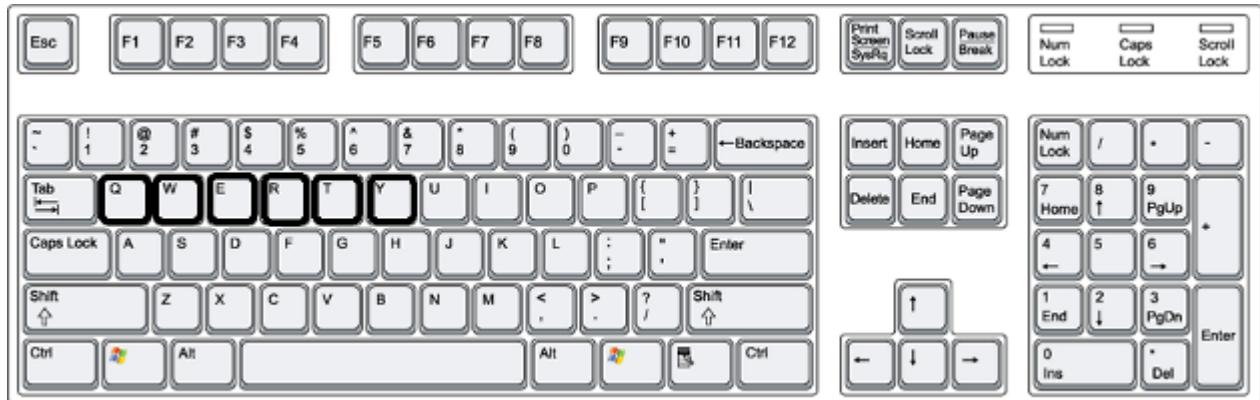
Teclas Direcccionais – permitem deslocar o cursor para cima, para baixo, para a esquerda ou para a direita

PAGE UP – passa ecrã a ecrã para cima, isto é vai subindo a página

PAGE DOWN – passa ecrã a ecrã para baixo, isto é vai baixando a página

NUM LOCK – activa o teclado numérico do teclado, normalmente acende um sinalizador (luz)

ENTER – faz um parágrafo ou insere uma linha em branco

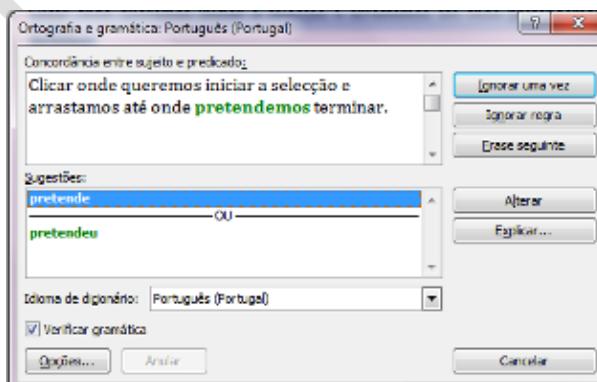


Correcção de texto

O processador de texto tem associado uma Dicionário em determinado idioma, no nosso caso, Português (Portugal), e normalmente identifica erros ortográficos ou de sintaxe.

Quando a correcção do texto não está activa, podemos clicar em F7, ou então ir ao separador Rever, opção Ortografia e Gramática.

Quando recorremos a essa opção vamos ter um assistente que vai percorrer todas as palavras do documento, identificando os erros ortográficos e sugerindo alternativas. Podemos ignorar a sugestão, alterar a palavra de acordo com a sugestão ou então cancelar o assistente e voltamos ao texto.



Ao longo do texto, sempre que tivermos uma palavra sublinhada a vermelho, quer dizer que não está no dicionário, e isso quer dizer que poderá ser erro ortográfico.

Quando temos um erro, podemos clicar com o botão do lado direito do rato em cima da palavra, e vamos encontrar várias alternativas de ortografia, seleccionamos a que considerarmos correcta, ou se não acharmos nenhuma correcta, podemos optar por Ignorar o erro, ou Adicionar a palavra ao Dicionário.

Selecção de texto

São várias as técnicas para seleccionar texto, no entanto, deverá ser o utilizador a escolher aquela que prefere.

Clicar com rato (cliques)

2 x na palavra, selecciona a palavra

2 x na palavra, selecciona a palavra

3 x na palavra, selecciona o parágrafo

3 x na palavra, selecciona o parágrafo

Clicar na margem esquerda do documento

1 x selecciona a linha

2 x selecciona o parágrafo

3 x selecciona o texto todo



Clicar na margem esquer

1 x selecciona a linha

2 x selecciona o parágraf

3 x selecciona o texto tod

Pode ainda Clicar numa linha e arrastar seleccionado assim uma ou várias linhas.

Arrastar o rato

Clicar onde queremos iniciar a selecção e arrastamos até onde pretendemos terminar.

O ponteiro do rato deverá se 

Clicar onde queremos iniciar a selecção e arrastamos até onde pretendemos terminar.

Com o teclado

SHIFT + teclas direcccionais

Selecciona Letra a letra

SHIFT + CTRL + teclas direcccionais

Selecciona Palavra a palavra

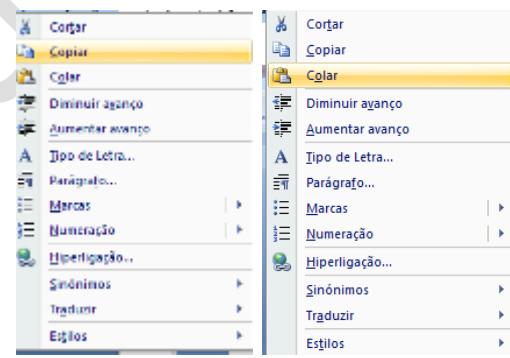


Movimentação e cópia rápida de texto e objectos

A qualquer altura podemos copiar ou mover texto ou objectos no Processamento de texto.

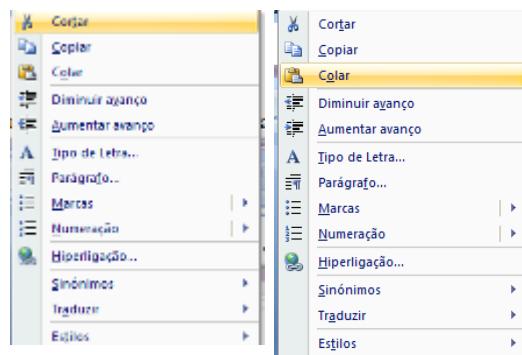
Para copiar devemos:

1. Seleccionar o texto ou objecto
2. Clicar com botão do lado direito e escolher opção Copiar ou CTRL+C
3. Colocar o cursor onde pretendemos colocar a cópia
4. Clicar com botão do lado direito e escolher opção Colar ou CTRL+V



Para mover devemos:

1. Seleccionar o texto ou objecto
2. Clicar com botão do lado direito e escolher opção Cortar ou CTRL+X
3. Colocar o cursor onde pretendemos colocar o que cortámos
4. Clicar com botão do lado direito e escolher opção Colar ou CTRL+V



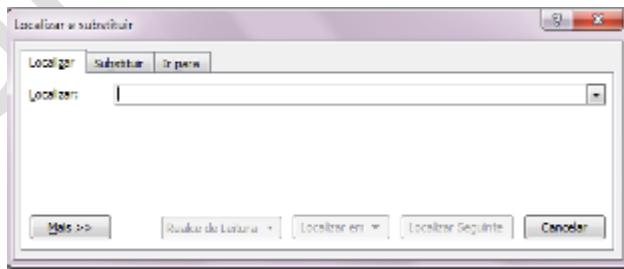
Procura e substituição de texto

Procurar texto

Por vezes sabemos que escrevemos uma palavra num documento e precisamos de aceder a ela rapidamente e nem sempre conseguimos ler todo o texto para a procurar. O Processamento de texto, permite procurar texto num documento.

Para isso acedemos ao separador Base, e escolhemos a opção Localizar no final desse separador.

De seguida indicamos qual a palavra a procurar, e fazemos LOCALIZAR SEGUINTE para ir encontrando a palavra ao longo do texto (pode acontecer ela aparecer em várias localizações).

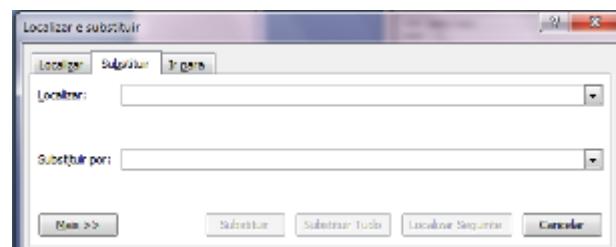


Substituir texto

A opção de substituição de texto permite alterar uma palavra ao longo do texto, ou porque está escrita de forma incorrecta ou porque a designação está errada. Esta opção é muito importante e rentabiliza o nosso tempo em termos de correção de um texto.

Inicialmente colocamos na caixa de texto de Localizar, o texto que queremos substituir.

De seguida indicamos qual a palavra que vai ser substituir, e fazemos LOCALIZAR SEGUINTE para ir encontrando a palavra ao longo do texto. Sempre que pretendemos substituir clicamos em SUBSTITUIR ou então clicamos em SUBSTITUIR TUDO e todas as palavras são substituídas. Devemos ainda aceder ao botão Mais para ver mais opções na localização.



Formatação de textos

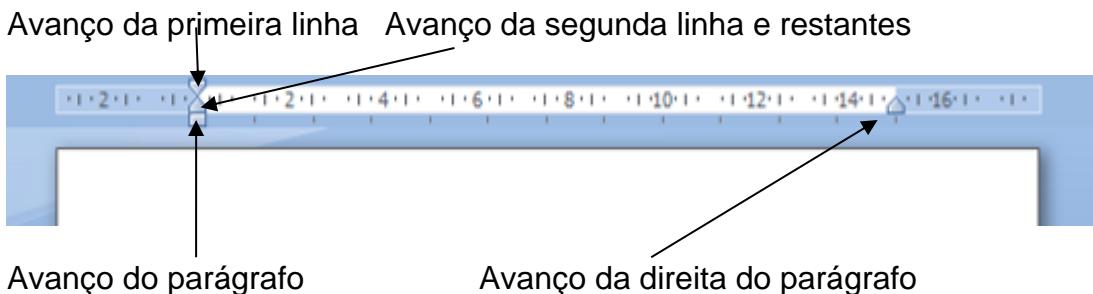
Aplicação, inserção e remoção de tabulações

As tabulações são os avanços que podemos dar nos parágrafos, sendo que podemos usar as tabulações pré-definidas ou podemos as personalizar.

Caso queiramos usar a tecla TAB do teclado, os avanços são para a direita, de cerca de 1cm cada, se quisermos vários, clicamos na tecla tanta vezes quanto as necessárias.

Recorrendo à Régua temos outras alternativas.

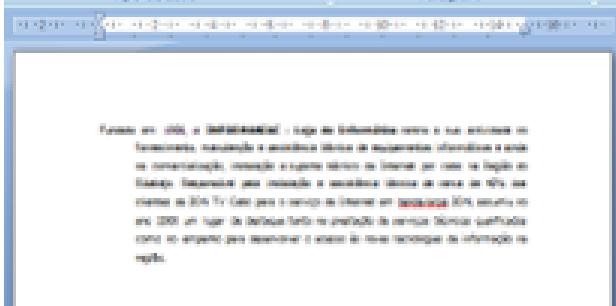
Nem sempre a Régua está disponível, para a visualizarmos vamos ao separador VER |  Régua.



Avanço da 1^a linha

Fundada em 1990, a INFORMANET - Loja de Informática cumpre a sua actividade no fornecimento, manutenção e assistência técnica de equipamentos informáticos e ainda na comercialização, instalação e suporte técnico da Internet por cabo na Região de Lisboa. Responsável pela instalação e assistência técnica de cerca de 40% dos clientes da 2011 TV. Cabeça para o serviço de Internet em Portugal em 2004, assumiu no ano 2000 um lugar de destaque tanto na prestação de serviços técnicos qualificados como no empenho para desenvolver o acesso às novas tecnologias de informação na região.

Avanço da 2^a linha e restantes



Avanço de todo o parágrafo

Nesta opção altera todo o parágrafo mantendo anteriores tabulações.



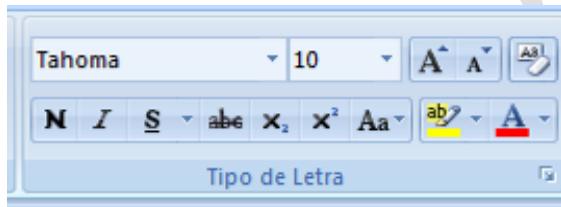
Avanço do parágrafo do lado direito

Esta opção altera o local onde termina o parágrafo, que pode ser dentro da margem, ou antes do final da área onde escrevemos o texto.



Formatação de caracteres

No separador Base podemos encontrar todas as opções de formatação de caracteres, uma área reservada ao Tipo de Letra.



Tipo de letra

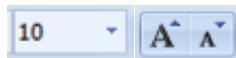
Existem muitos tipos de letra no processador de texto, cada um adequado a uma situação diferente. Em processamento o ideal será escolher uma letra pouco trabalhada, de fácil leitura e que gaste pouca tinta. A lista de tipos de letra está ordenada por ordem alfabética e para seleccionar uma delas, deveremos clicar no seu nome.



Tamanho

O tamanho da letra pode ser alterado através de três botões. No que definimos o tamanho ou então no que incrementa ou no que decrementa o tamanho de forma automática.

De qualquer das formas é válida a sua alteração mas devemos ter em conta que o texto normal não deverá ultrapassar os 12pt. Podemos ainda personalizar o tamanho da letra, introduzindo directamente um número.



Texto negrito, sublinhado e itálico

Podemos realçar o texto recorrendo a três tipos de estilos.

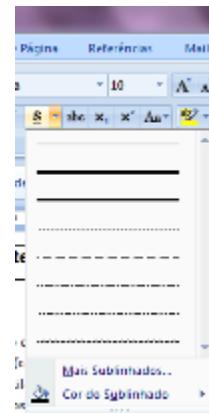
O Negrito **N** coloca as letras do texto mais espessas, parecendo mais largas.

O itálico *I* coloca as letras ligeiramente inclinadas para a direita.

Em termos de Sublinhado S podemos escolher o estilo do sublinhado de acordo com aquilo que pretendemos.

Podemos escolher linhas normais, ponteadas, tracejadas, duplas, etc.

Podemos ainda dar o efeito de rasurado ao texto ~~abc~~



Maiúsculas e minúsculas

Uma das vantagens de usarmos o processador de texto é mudar de maiúsculas para minúsculas e vice-versa. **Aa**

No entanto existem várias opções:

Maiúscula do início da frase – coloca apenas maiúsculas no início da frase

Minúsculas – coloca todas as letras em minúsculas

Maiúsculas – coloca todas as letras em maiúsculas

Todas as Palavras em Maiúsculas – coloca todas as iniciais das palavras em maiúscula

Inverter – inverte o CAPS, o que está a maiúscula passa a minúscula e vice-versa

Maiúscula no início da frase.
minúsculas
MAIÚSCULAS
Todas as Palavras em Maiúsculas
INVERTER

Outras formatações

Superior ou Inferior à Linha

Por vezes necessitamos de colocar o texto superior ou inferior à linha, para isso primeiro escrevemos e só depois alteramos.



Realce de texto

Podemos realçar o texto de forma a que fique destacado, usando uma cor simples, para retirar a cor devemos seleccionar e escolher Sem Cor.

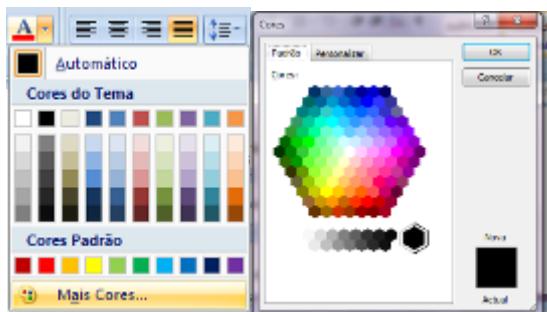


Cor da letra

A cor da letra deverá ser escolhida em virtude do destaque que pretendemos dar ou à cor de fundo (sombreado).



Se pretendermos seleccionar outras cores, escolhemos a opção Mais Cores e poderemos escolher uma outra cor existente na paleta de cores.



Impressão de documentos

Para imprimir um documento em papel, naturalmente que temos de ter uma impressora instalada no nosso computador e ligada.

Pode ir ao símbolo do Office no canto superior direito e escolher a opção IMPRIMIR que vai abrir um submenu do lado esquerdo, com três opções:

IMPRIMIR – permite escolher a impressora, o número de cópias e quais as páginas a imprimir

IMPRESSÃO RÁPIDA – imprime todas as páginas do documento na impressora pré definida

PRÉ-VISUALIZAR – permite visualizar antes de imprimir para sabermos como fica a folha quando imprimirmos



Quando escolhe IMPRIMIR surge o assistente de impressão seguinte, onde podemos escolher:

Tipo de impressora

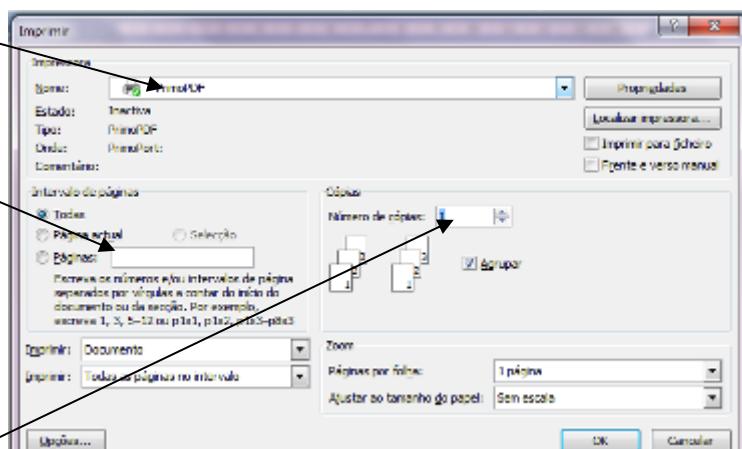
Páginas: Todas; Página

Actual e Páginas

Exemplo: 1-10 – imprime da página 1 à 10

1;10 – imprime a página 1 e a 10

Número de Cópias

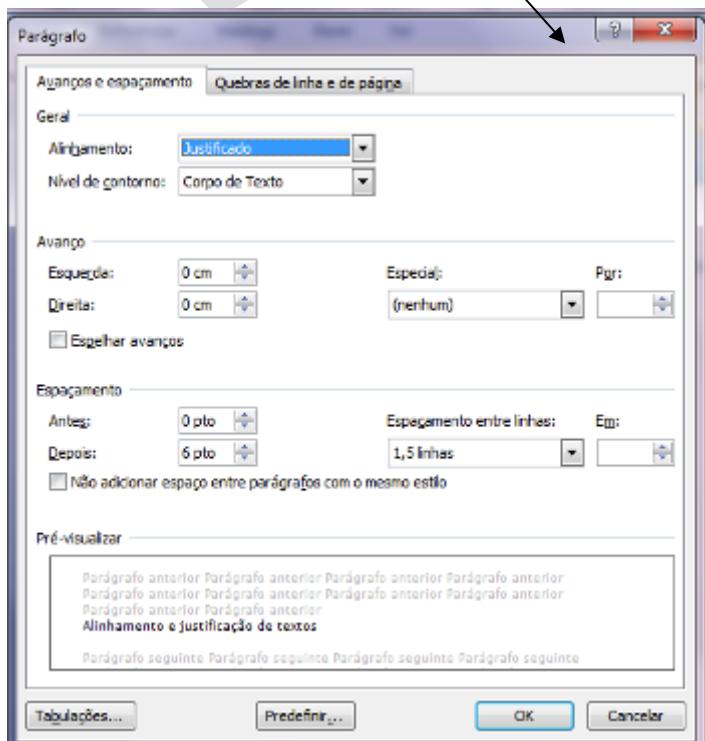
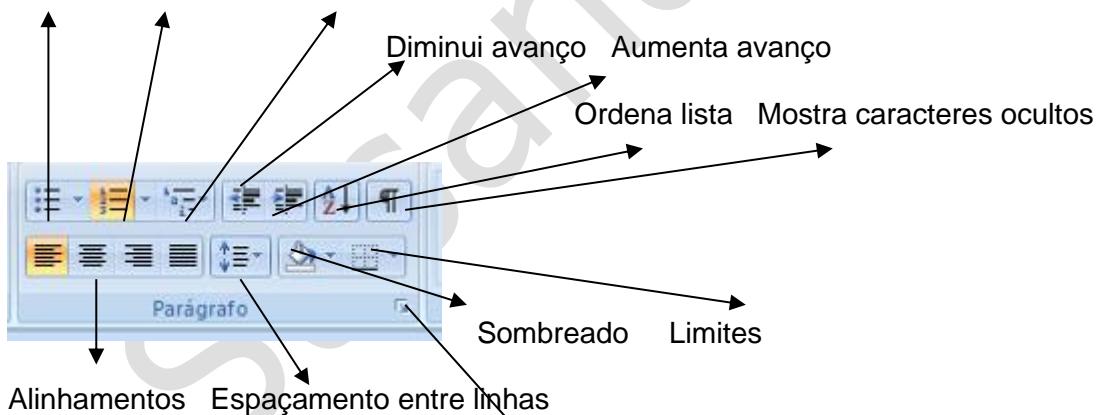


Formatação de parágrafos

Podemos alterar várias configurações em termos de parágrafos como os alinhamentos, espaçamento entre parágrafos e entre linhas e limites e Sombreado, entre outras coisas.

Encontramos estas opções na área do Parágrafo no separador BASE.

Marcas Numeração Numeração com vários níveis



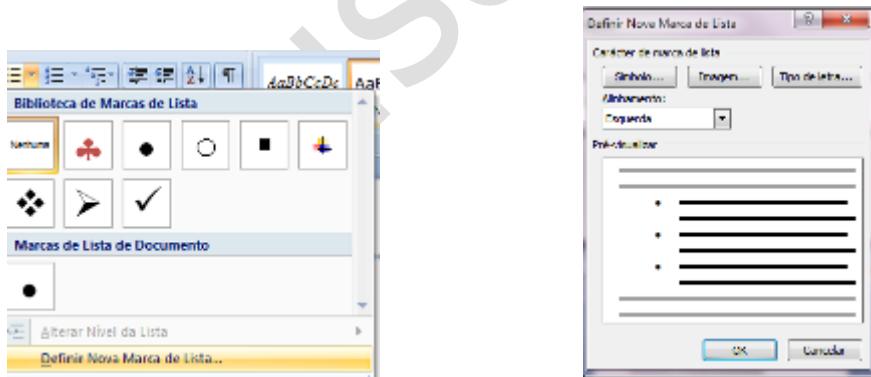
Marcas e Numeração

No processador de texto podemos configurar listas ordenadas ou não ordenadas sendo que podem ser representadas de forma personalizada.

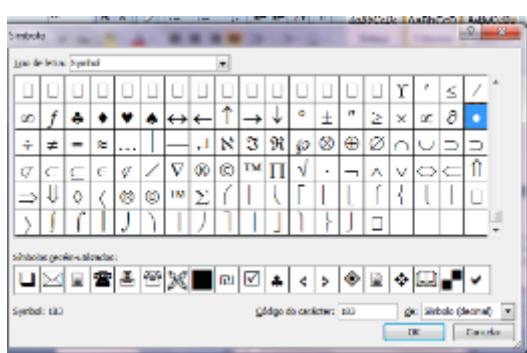
As Marcas utilizam-se em listas não ordenadas e podemos escolher símbolos para as representar.



Para personalizar estas marcas, accedemos ao assistente das Marcas e escolhemos uma outra já definida. Se pretendermos mudar essa marca, clicamos em Definir nova Marca de Lista e posteriormente poderemos escolher um Símbolo ou uma Imagem para a nossa marca.



Caso escolhemos os Símbolos, surge a galeria de símbolos por tipo de letra e devemos seleccionar a que pretendemos e clicar em OK.

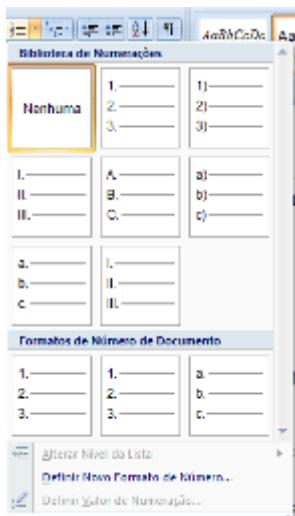


Depois de seleccionar o símbolo poderemos formatá-lo, com estilos, cor de letra, etc, clicando no Tipo de Letra em Definir Nova Marca de Lista.

Em termos de Numeração deve ser usada quando temos listas ordenadas, em que se deve respeitar uma ordem.

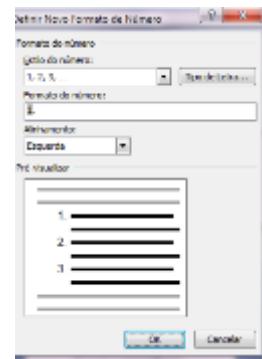


Para escolher o tipo de numeração (alfabética, numérica, ou numeração romana), devemos aceder às opções da Numeração.



Podemos ainda Definir Novo Formato de Número e personalizarmos o tipo de numeração que pretendemos.

No final devemos clicar em OK.



Alinhamento e justificação de textos

Existem quatro tipos de alinhamentos:



À Esquerda, coloca todo o texto alinhado na margem esquerda, não importando como fica na da direita.

Ao Centro, calcula o espaço necessário para que o texto fique exactamente ao centro da página (área editável, retirando o espaço das margens).

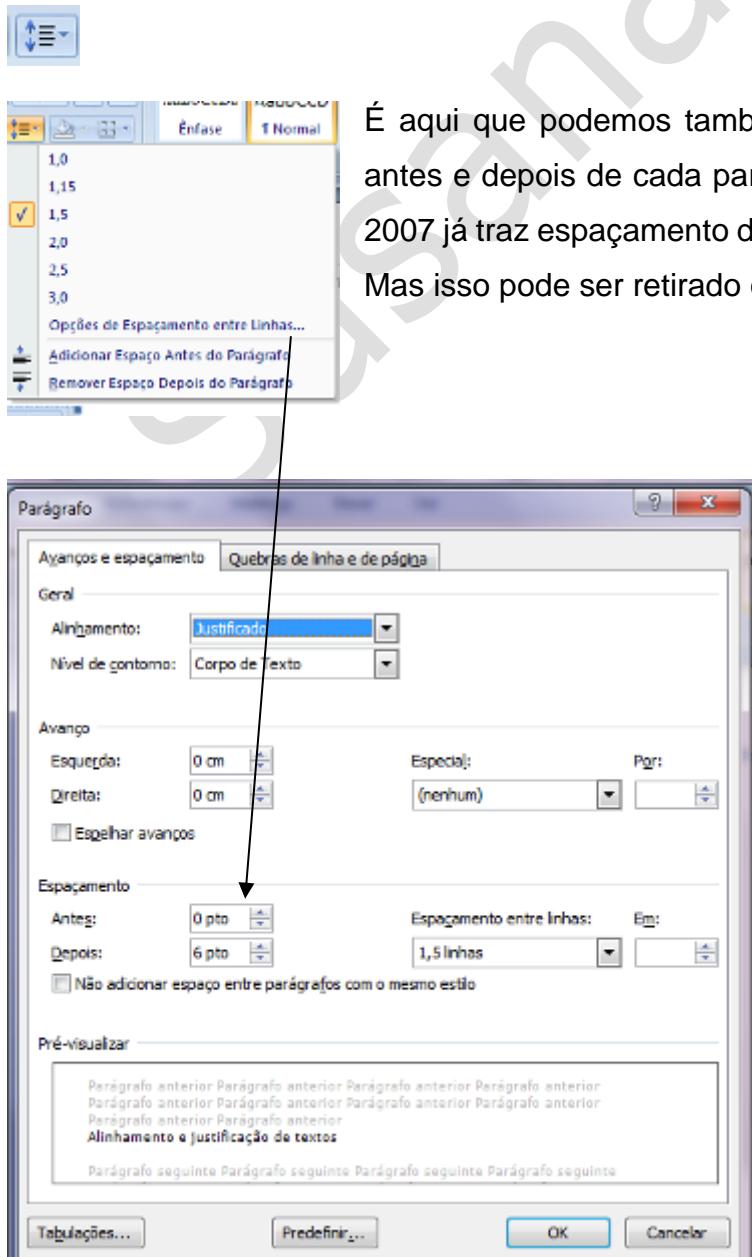
À Direita, coloca todo o texto alinhado a direita

Justificado, ajusta o texto, aumentando o espaço entre palavras de forma a que o texto fique alinhado à margem da esquerda e à margem da direita.

Espaçamento entre linhas e parágrafos

Quando escrevemos por vezes achamos que o texto não está muito legível e necessitamos de aumentar o espaçamento entre as linhas ou até mesmo entre os parágrafos.

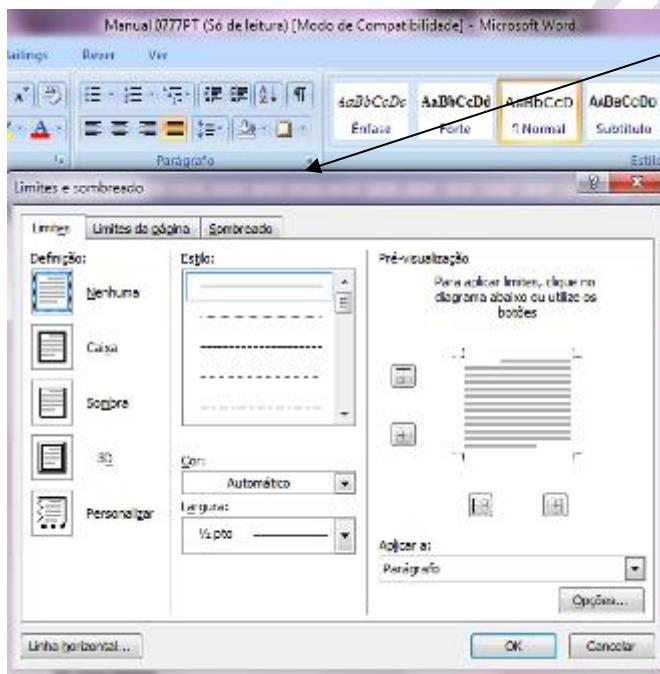
Regularmente deveremos mudar o espaçamento entre linhas para 1.5 linhas.



Limites e Sombreamento



Clicando na secção do Parágrafo no separador Base (canto inferior direito) podemos aceder a uma janela com todas as opções de Limites e Sombreamento.

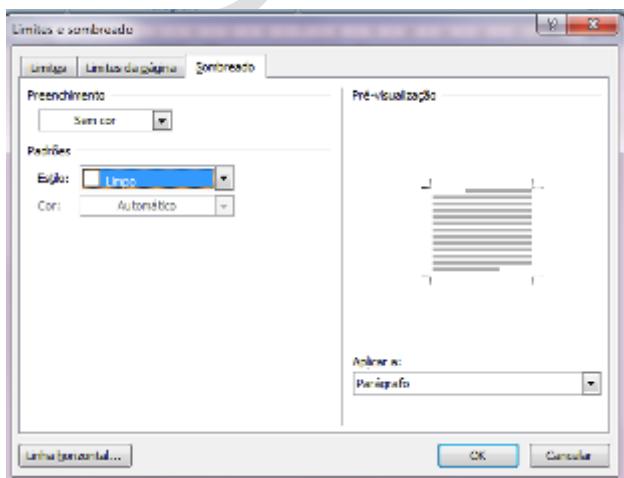


Sombreado

Um sombreado é uma cor de fundo que se pode aplicar a um parágrafo ou a um conjunto de caracteres. Podemos optar por escolher cores através da paleta.



Se optar por ir ao assistente (Limites | Limites e Sombreado | Separador Sombreado) encontrará a seguinte informação:



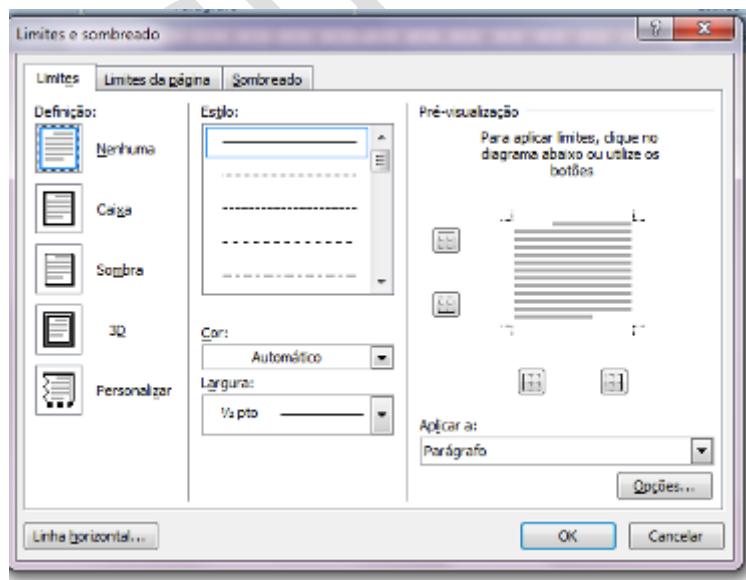
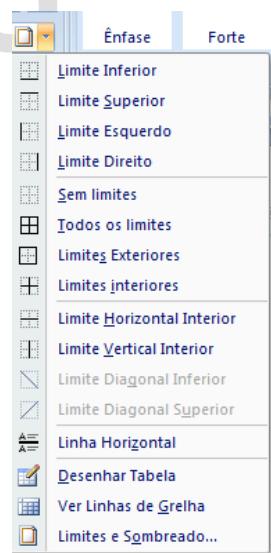
Aqui poderá escolher uma cor e o grau de transparência.

Limites



Os limites são usados para limitar uma área, quer seja de um parágrafo quer seja de uma tabela.

Podemos escolher um limite de acordo com os que estão definidos ou ir ao assistente (Limites | Limites e Sombreado | Separador Sombreado) e escolher o que pretendemos, alterando a cor, estilo, etc.



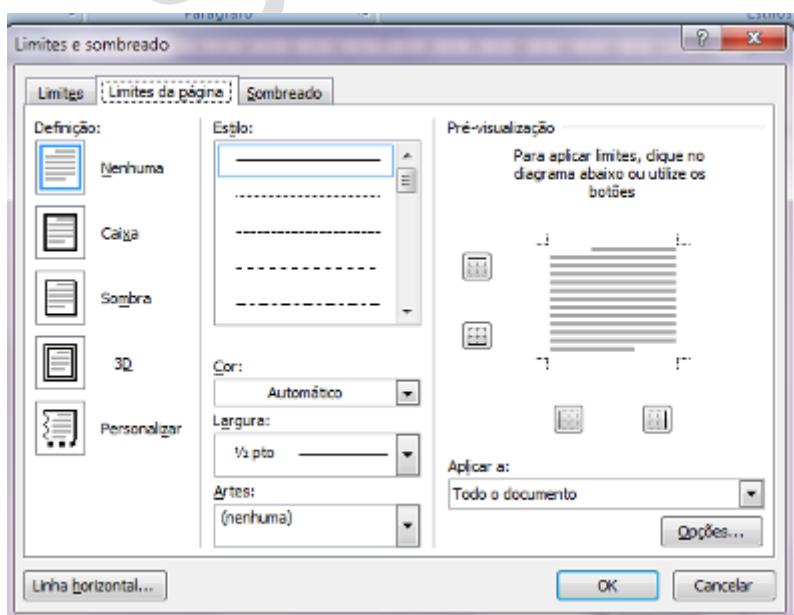
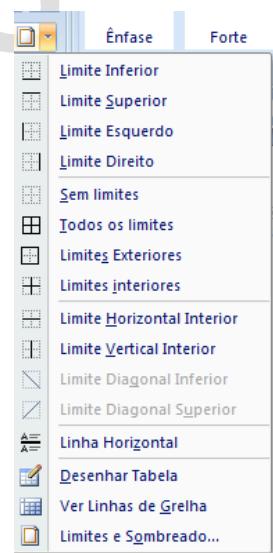
Limites de Página



Os limites de página podem ser definidos para todas as páginas do documento ou apenas para algumas. É na inserção que se define.

Estes limites estão a um centímetro do final da folha, contornando-a, ou podemos escolher apenas alguns limites (superior, inferior, esquerda, direita).

Devemos aceder ao assistente (Limites | Limites e Sombreado | Separador Limites de Página) e escolher o que pretendemos, alterando a cor, estilo, etc.



Inserção de caracteres especiais

Quando sentimos a necessidade de introduzirmos um símbolo que não existe no nosso teclado, como por exemplo, π ou Ω , devemos aceder ao separador INSERIR e seleccionar a opção Símbolo (última opção da barra).



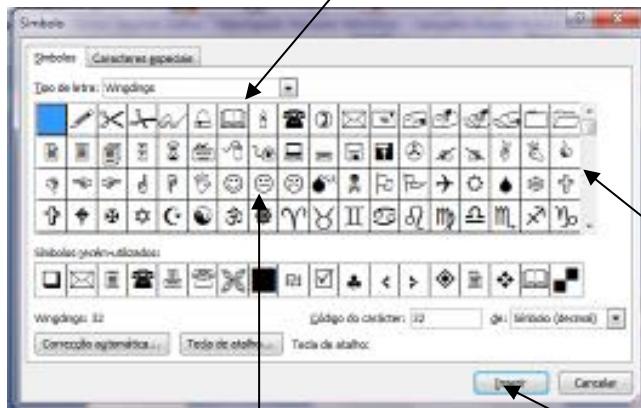
Aqui encontramos logo aqueles que usamos recentemente, ou caso nunca tenhamos usado, aqueles que por defeito estão configurados.

Para aceder a outros símbolos clicamos em Mais Símbolos.

Na janela que nos surge podemos escolher um símbolo que surge no tipo de letra por defeito, ou então, seleccionar outro tipo de letra e procurar mais símbolos.

Estes símbolos podem ser formatados como o texto normal, com cor de letra, tamanho, estilos...

Alterar tipo de letra (cada tipo de letra tem símbolos específicos)



Permite visualizar mais símbolos

Clicamos no símbolo que pretendemos adicionar e clicamos em Inserir

Aplicação de estilos

Os estilos permitem optimizar a formatação de um documento.

Se escrevermos um texto e no final modificarmos o estilo NORMAL, todo o texto acaba por ser alterado. Se optarmos por formatar um título como Título 1, e se no final modificarmos esse estilo, todos os títulos que tiveram essa formatação, serão alterados.

Para aplicar um estilo, seleccionamos um texto e seleccionamos qual o estilo a formatar.

Existem vários estilos definidos, mas os mais comuns de utilizar são os Títulos, sendo que podemos ir escolhendo os níveis dos títulos, Título 1 é um título de nível 1, o Título 2 é de nível 2, etc.

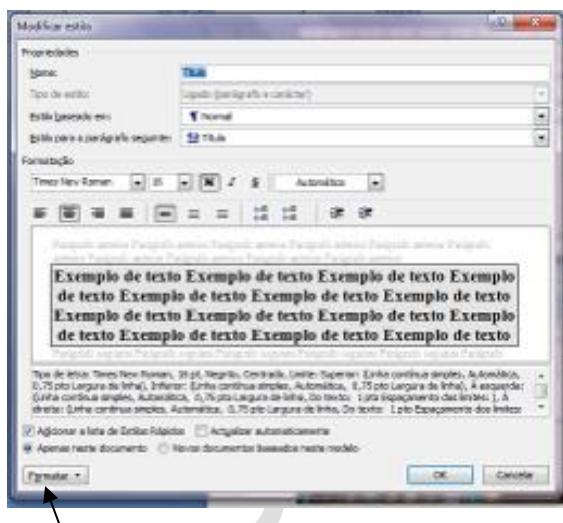
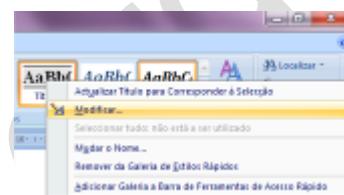
Uma das principais vantagens da utilização de estilos, para além dos podermos modificar e todo o texto que estiver com esse formato é alterado, é a possibilidade de fazermos o índice automático. (ver capítulo do índice automático).

Os estilos estão disponíveis no separador Base e podemos consultar mais para além dos que estão visíveis.



Para modificarmos o estilo, clicamos em cima do estilo que pretendemos modificar, com o botão do lado direito e clicamos em MODIFICAR.

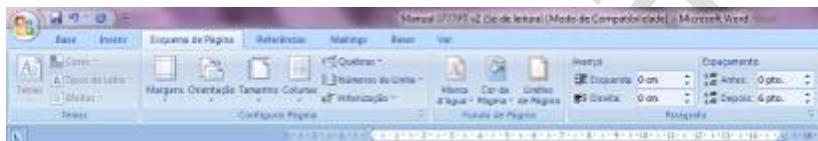
De seguida podemos alterar o tipo de letra, tamanho, estilos, cor de letra, alinhamentos, espaço entre linhas e entre parágrafos.



Podemos ainda por optar por outras formatações, como limites, sombreados...

Configuração de páginas

Para alterar as configurações de uma página podemos aceder ao separador Esquema de Página, e aqui podemos alterar margens, orientação do papel, colocar colunas, cores na página ou marcas d'água, para além de limites de página.



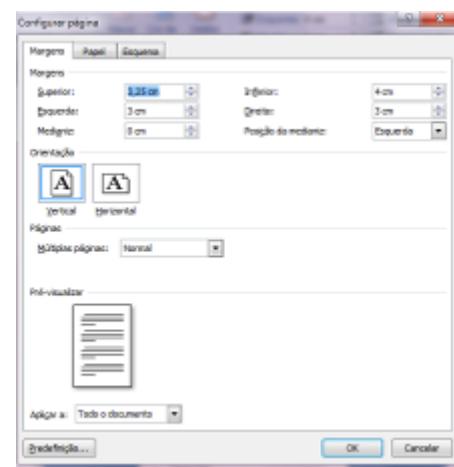
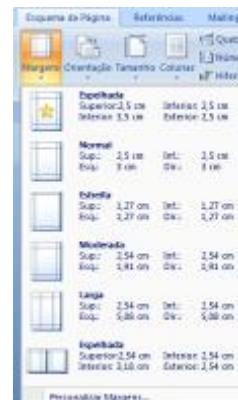
Margens

Existem quatro margens num documento, a superior, a inferior, a da esquerda e a da direita, no entanto, surge ainda a possibilidade de formatarmos um valor para a Medianiz, que é o espaço que deixamos para que um documento possa ser encadernado e que não é contabilizado como margem. Nunca aí poderemos escrever porque não é possível.

Para alterarmos clicamos no separador Esquema de Página, opção MARGENS.

Aqui poderemos seleccionar algumas formatações já definidas ou seleccionamos PERSONALIZAR MARGENS e seleccionamos os valores que pretendemos.

Neste separador podemos ainda alterar a orientação do papel.



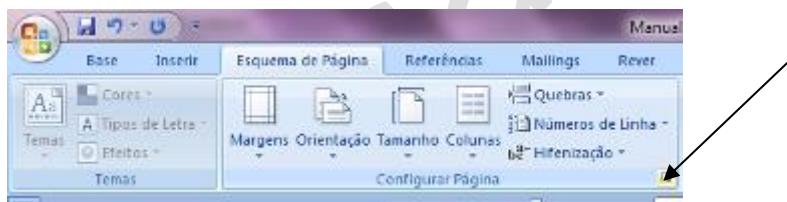
Orientação da página

Por defeito quando se cria um documento novo no Word, a orientação do papel é Vertical, no entanto, podemos alterar a orientação do papel.

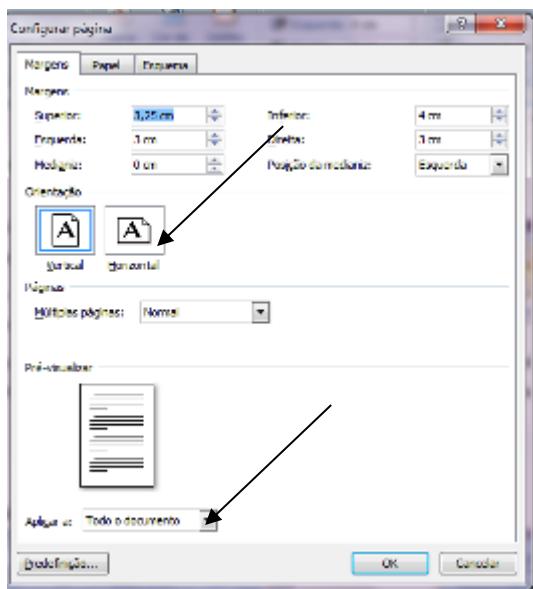
Para isso vamos ao separador Esquema de Página, Orientação e seleccionamos Horizontal.



Se quisermos alterar a orientação de determinada página para horizontal mas manter as anteriores a vertical, devemos ir ao separador Esquema de Página, ver a Caixa de Diálogo da Configuração de Página.



Na janela devemos seleccionar a Orientação para Horizontal, e devemos seleccionar A Partir deste Ponto, no item Aplicar A.



Cabeçalhos e rodapés

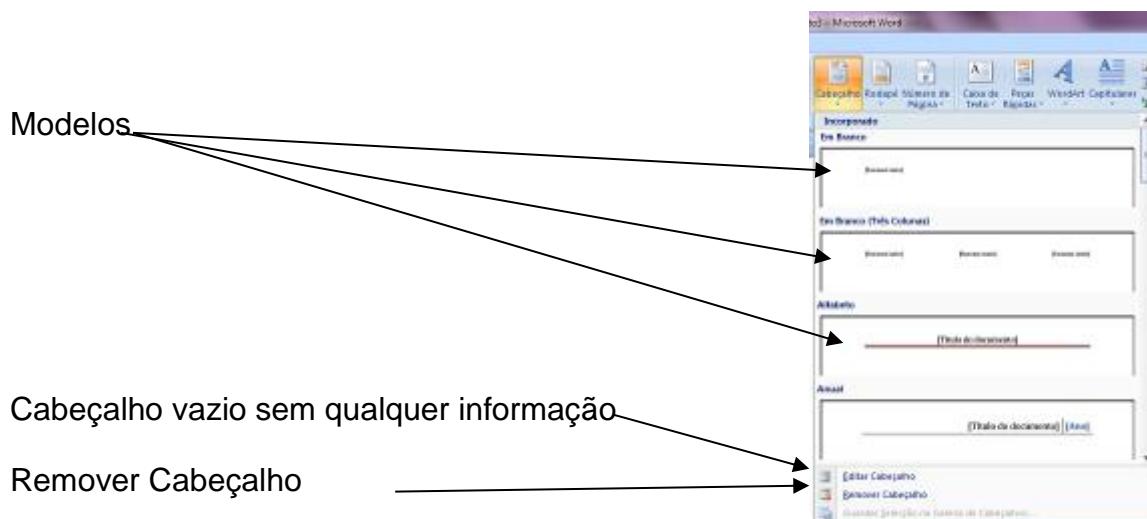
Um documento de processamento de texto está dividido por áreas, a área do cabeçalho, a do texto e a do rodapé. Um Cabeçalho repete em todas as folhas por defeito, e nós podemos definir que não apareça na primeira página do documento ou de uma secção.

Cabeçalho

O Cabeçalho repete na parte superior de cada página, e fica identificado na folha da seguinte forma:



Para inserir um Cabeçalho devemos ir a Inserir | Cabeçalho. Aqui poderemos inserir um Cabeçalho em branco, ou então escolher um modelo já existente.

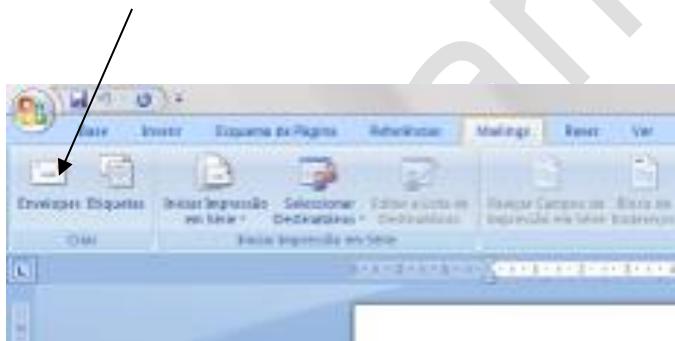


Etiquetas e envelopes

Envelopes

Para criar um envelope pode optar por Adicionar-lo ao Documento ou imprimir directamente, no entanto, é sempre preferível adicionar ao documento para poder fazer alterações de formatações que considerar necessárias.

Para inserir o Envelope, deve ir ao separador MAILINGS | ENVELOPES.



Ao entrar surge uma janela onde deve inserir o DESTINATÁRIO e o REMETENTE do envelope.

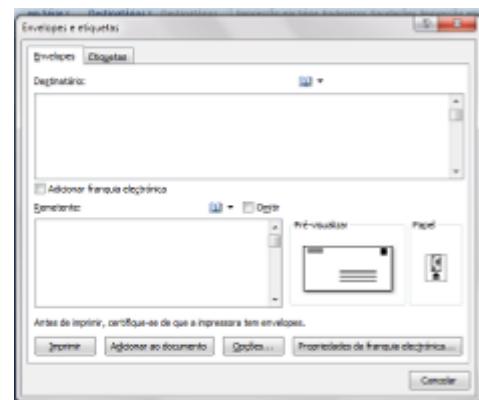
De seguida pode escolher uma das seguintes opções:

Imprimir – imprime directamente o envelope

Adicionar ao documento – Adiciona um envelope ao documento e ai pode formatar como entender

Opções – Permite alterar as opções do envelope, mudar tamanhos por exemplo

Propriedades da Franquia Electrónica – altera as propriedades de inclusão da Franquia

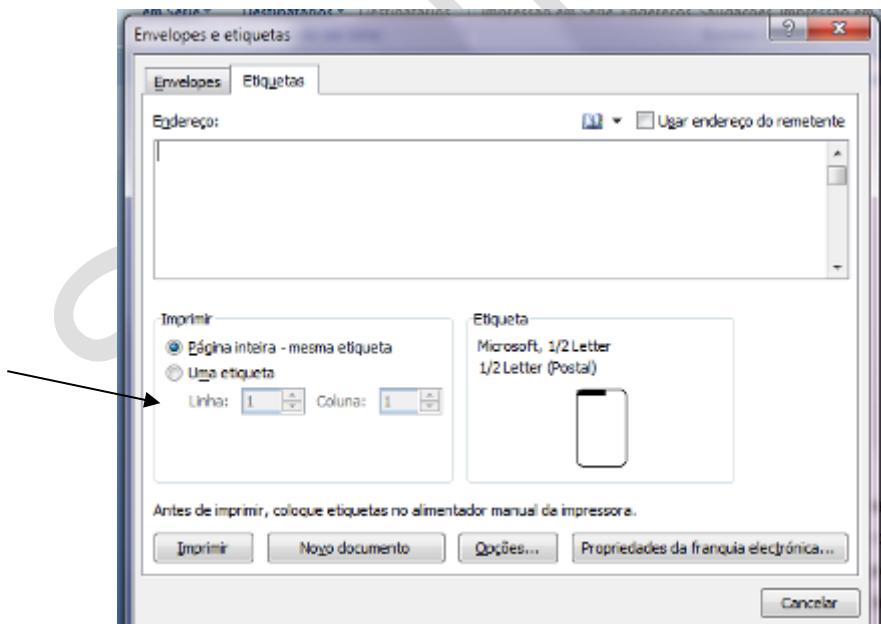


Etiquetas

Podemos criar uma etiqueta e repeti-la várias vezes numa página, no entanto, se a página onde vai ser impressa estiver dividida em pequenas etiquetas, ou se tiver com picotado, deve ter em atenção essas dimensões.

Para inserir a Etiqueta, deve ir ao separador MAILINGS | ETIQUETAS.

Surge então um assistente onde deve indicar os dados da etiqueta, e escolher as opções de impressão.



Por fim deve clicar em Novo documento para ver como fica o resultado, e só depois imprimir.

Bibliografia

<http://rvchudo.blogspot.com/2011/07/o-que-e-ergonomia.html> [2011]

http://www.microsoft.com/portugal/athome/security/viruses/intro_viruses_signs.mspx [2011]



Caderno de exercícios
MS Word
Susana Jorge

Ficha de diagnóstico**Formando:****Curso:**

	S	N
Cria um documento, insere texto, imagens e tabelas e formata-os;		
Insere números de página, cabeçalho e rodapé, num documento;		
Insere texto automático num documento;		
Formata o documento em colunas;		
Insere notas de rodapé, num documento;		
Formata margens e altera orientação do papel		
Cria envelopes e etiquetas		
Coloca marcas e numeração nos parágrafos		
Inclui imagens e formata as mesmas		
Insere tabulações		
Insere índices automáticos		
Utiliza a impressão em série		
Corrigir e substitui textos		
Formata caracteres		
Altera de minúsculas para maiúsculas e vice-versa		
Insere símbolos		
Altera secções e insere quebras de secção		
Insere quebras de página		
Insere e formata wordart e formas automáticas		

Data:

Exercício 1

Objectivo: Editar texto. Corrigir erros. Formatar texto: Tipos de letra, tamanho, cor, estilos, maiúsculas/minúsculas. Formatar parágrafos: Alinhamentos, Espaçamento entre linhas, Limites e Sombreado.

1. Digite o texto de acordo com o indicado pela formadora.
2. Formate o texto de acordo com as indicações da formadora.
3. Formate o parágrafo de acordo com as indicações.
4. Aplique limites e sombreado
5. Coloque um limite de página.



Exercício 2

Objectivo: Revisões.

1. Edite o texto seguinte num documento novo no Word e formate como entender.

Vírus

Um vírus é um programa (bem pequeno) que tem como principal função espalhar-se de computador para computador interferindo no seu funcionamento, chegando a danificar dados e o próprio equipamento.

Pode usar vários meios de propagação, como as pen drives, ou então, mais vulgar actualmente, por correio electrónico.

Os vírus estão muitas vezes camuflados (daí o nome de Cavalo de Tróia ou Trojan) e podem nos parecer inofensivos, mas na prática podem dar muitas dores de cabeça.

Por vezes também nos surgem em ficheiros que transferimos (download) para o nosso computador pensando tratar-se de programas, filmes ou áudios.

Segundo a Microsoft são vários os sinais com os quais nos temos de preocupar:

- O computador tem um funcionamento mais lento do que é habitual
- O computador deixa de responder ou bloqueia frequentemente
- O computador bloqueia e reinicia constantemente
- O computador reinicia sozinho e depois não funciona normalmente
- As aplicações no computador não funcionam correctamente
- Os discos e as unidades de disco estão inacessíveis
- Não consegue imprimir correctamente
- Apresenta mensagens de erro pouco usuais
- Apresenta menus e caixas de diálogo distorcidos

Como proteger?

É difícil proteger o nosso computador a cem por cento pois todos os dias saem novos vírus, como novas capacidades e mais riscos. Manter o nosso computador protegido é difícil mas não impossível. Devemos nos lembrar que a informação é o mais importante que temos na máquina, por isso há que preservá-la.

Primeiro conselho: Fazer cópias de segurança à informação. Os chamados Backups. Devemos copiar a nossa informação para PEN, CD, DVD, Discos Externos... qualquer um serve, desde que periodicamente e sistematicamente o façamos. E não é anualmente... devemos criar o hábito de o fazer regularmente.

Segundo conselho: Activar a Firewall do Windows pois aumenta a segurança do computador e diminui a possibilidade de infecções. Uma firewall protege o computador contra hackers, vírus e worms que tentem aceder ao nosso computador através da Internet.

Terceiro conselho: Instalar, utilizar e manter actualizado um software antivírus. Este tipo de software é pago mas poderá encontrar na Internet soluções gratuitas que ajudam a proteger.

Quarto conselho: Nunca abrir um anexo ou uma hiperligação que venha num mail de um remetente que não conhecemos.

Quinto conselho: Desconfiar de alguns anexos ou hiperligações com nomes sugestivos de pessoas que até pode conhecer. Muitas vezes essas pessoas não sabem que estão a propagar esse tipo de ameaças.

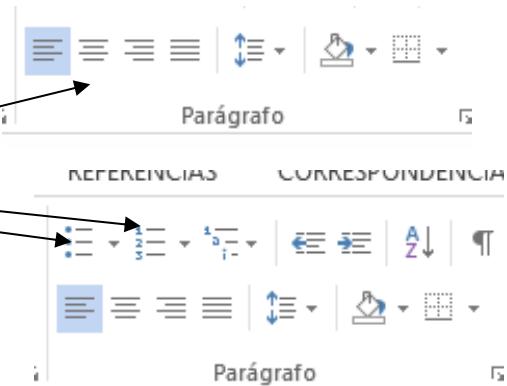
Exercício 3

Objectivo: Revisões. Marcas e Numeração.

1. Digite o seguinte texto:

Texto à escolha

2. Grave o trabalho.
3. Altere o tipo e tamanho de letra e aplique Negritos
4. Altere o alinhamento do título
5. Coloque marcas e numeração
6. Coloque uma imagem.
7. Formate o documento.



Exercício 4

Objectivo: Tamanhos de letra.

1. Digite o seguinte texto:
BOAS FESTAS
2. Grave com o nome boas festas.
3. Formate o tipo de letra como entender de forma a que cada letra ocupe uma página, altere o tamanho da letra manualmente.

Exercício 5

Objectivo: Formas automáticas. Formatação de formas.

1. Altere a orientação do papel
2. Insira uma forma 
3. Altere o tamanho.
4. Altere a cor de preenchimento e a cor dos limites (contorno).

Exercício 6

Objectivo:

Praticar os objectivos do exercício anterior. Colunas.

1. Abra o Microsoft Word e digite o seguinte texto:

AutoRepair – Oficina automóvel

A AutoRepair é uma oficina de reparações auto em Santarém que conta com uma vasta experiência na reparação e comércio de Automóveis e que trabalha todos os dias para proporcionar aos seus clientes um serviço de qualidade superior, serviços esses prestados por técnicos especializados em todas as áreas da mecânica automóvel.

Na Auto Gaguinhas efectuam-se reparações gerais de mecânica com especialidade em caixas automáticas, todo o tipo de reparações electrónicas, bate chapa e pintura. Efectuam-se também reparações de ar condicionado.

2. Grave o documento como AUTOREPAIR.
3. Coloque o espaçamento entre linhas a 1.5, justifique o texto.
4. Altere o tipo de letra e o tamanho como pretender (10 – 12).
5. Destaque o título (Negrito, cor da letra)
6. Coloque o nome da empresa no texto com destaque (sublinhado, negrito ou itálico)
7. Digite o seguinte texto:

Pintura Auto

Na AutoRepair dispomos do serviço de Pintura Automóvel. Temos ao seu dispor uma estufa de pintura para todo o tipo de carros, com um vasto stock de tintas.

Utilizamos equipamento da mais Alta Tecnologia, banco de Ensaio, Estufas de Pintura, oferecendo sempre a Garantia de qualidade no serviço prestado.

8. Grave as alterações.
9. Coloque o subtítulo a Negrito e com cor de letra.
10. Garanta que o texto está justificado.
11. Digite o seguinte texto:

Bate Chapa

Na AutoRepair possuímos o serviço de Bate Chapa automóvel através de Banco de Ensaio da Globaljig. Efectuamos reparação e substituição de grelhas, capot, guarda lamas, portas e escapes. Efetuamos também, a reparação e substituição de pára-brisas.

Fazemos reparações em grandes sinistros.

Efectuamos também a reparação de carroçarias em alumínio.

12. Grave as alterações.
13. Coloque o sub-título a negrito e com cor na letra.
14. Seleccione os textos da Missão e dos Objectivos e formate em colunas, sendo que a missão ficará de um dos lados e os objectivos de outro.
15. Insira um Clipart (veículo) no texto (em qualquer zona).
16. Formate-a para que o texto fique ajustado a ela.
17. Desloque a imagem para a zona entre as colunas.
18. Faça as alterações que entender ao texto mas garanta que fica apenas numa página.

Exercício 7

Objectivo:

Revisões

1. Suponha um evento e crie uma ementa ao seu gosto, pode colocar imagens, limites e sombreados, limites de página, fundo de página, etc

Exercício 8

Objectivo:

Praticar os objectivos do exercício anterior.

1. Abra um documento novo e insira como Cabeçalho: Sistema Solar
2. Insira o número de página, na margem ou no rodapé.
3. Formate a numeração de página a iniciar em zero.
4. Insira uma página de rosto para fazer a capa. Escolha um destes modelos:



5. Vá para a 2^a página e insira uma quebra.
6. Copie o texto seguinte para a página 3:

Sistema Solar

O Sistema Solar é constituído pelo Sol e por um conjunto de objetos astronômicos que se ligam ao Sol através da gravidade. Acredita-se que esses corpos tenham sido formados por meio de um colapso de uma nuvem molecular gigante há 4,6 bilhões de anos atrás. Entre os muitos corpos que orbitam ao redor do Sol, a maior parte da massa está contida dentro de oito planetas relativamente solitários, cujas órbitas são quase circulares e se encontram dentro de um disco quase plano, denominado plano da eclíptica. Os quatro menores planetas (Mercúrio, Vênus, Terra e Marte) são conhecidos como planetas telúricos ou sólidos, encontram-se mais próximos do Sol e são compostos principalmente de metais e rochas. Os quatro maiores planetas (Júpiter, Saturno, Urano e Netuno) encontram-se mais distantes do Sol e concentram mais massa do que os planetas telúricos, sendo também chamados de planetas gasosos. Os dois maiores, Júpiter e Saturno, são compostos em sua maior parte de hidrogênio e hélio. Urano e Netuno, conhecidos também como "planetas ultraperiféricos", são cobertos de gelo, sendo às vezes referidos como "gigantes de gelo", apresentando também em sua composição água, amônia e metano.

O Sistema Solar também é o lar de outras duas regiões povoadas por objetos menores. O cinturão de asteroides está situado entre Marte e Júpiter e sua composição se assemelha à dos planetas sólidos. Além da órbita de Netuno, encontram-se os "objetos transnetunianos", com uma composição semelhante a dos planetas gasosos. Dentro destas duas regiões, existem outros cinco corpos individuais. São eles: Ceres, Plutão, Haumea, Makemake e Éris, denominados de

planetas anões. Além de milhares de corpos pequenos nestas duas regiões, vários outras populações de pequenos corpos que viajam livremente entre as regiões, como cometas, centauros.

O vento solar, fluxo de plasma do Sol, é responsável por criar uma bolha no meio interestelar conhecida como heliosfera, que se estende até a borda do disco disperso. A hipotética nuvem de Oort, que atua como fonte de cometas durante um longo período, pode estar a uma distância de aproximadamente dez mil vezes maior do que a heliosfera.

Seis dos planetas e três planetas anões são orbitados por satélites naturais, normalmente conhecidos como "luas", depois da Lua da Terra. Os planetas gasosos são cercados por anéis planetários compostos de poeira e outras partículas.

Descoberta e exploração

Durante milhares de anos, a humanidade, com poucas e notáveis exceções, não reconheceu a existência do Sistema Solar. As pessoas acreditavam que a Terra era estacionária no centro do universo e categoricamente diferente dos objetos que se moviam no céu. Embora o filósofo grego Aristarco de Samos tenha afirmado sobre uma possível reordenação heliocêntrica no universo, Nicolau Copérnico foi o primeiro a desenvolver um sistema matemático de previsão heliocêntrica. No século XVII, Galileu Galilei, Johannes Kepler e Isaac Newton desenvolveram uma compreensão física que levou à aceitação da ideia de que a Terra e os outros planetas são regidos pelas mesmas leis físicas que regem o planeta Terra.

Tabela resumida do Sistema Solar

As distâncias dos planetas de Mercúrio a Saturno, incluindo-se um buraco para os asteroides, segue aproximadamente a Lei de Titius-Bode.

Nome	Diâmetro (km)	Distância média ao Sol (km)	Massa do planeta (Terra = 1)
Sol	1 392 000	-	332 946
Mercúrio	4 880	57 910 000	0,1
Vênus	12 104	108 208 930	0,9
Terra	12 756	149 597 870	1
Marte	6 794	227 936 640	0,1
Júpiter	142 984	778 412 010	318
Saturno	120 536	1 426 725 400	95
Urano	51 118	2 870 972 200	15
Netuno	49 572	4 498 252 900	17

A dimensão astronômica das distâncias no espaço

Para uma noção da dimensão astronômica das distâncias no espaço deve-se fazer cálculos e usar um modelo que permita uma percepção mais clara do que está em jogo. Por exemplo, um modelo reduzido em que o Sol estaria representado por uma bola de futebol (de 22 cm de diâmetro). A essa escala, a Terra ficaria a 23,6 metros de distância e seria uma esfera com apenas 2 mm de diâmetro (a Lua ficaria a uns 5 cm

da Terra, e teria um diâmetro de uns 0,5 mm). Júpiter e Saturno seriam berlindes com cerca de 2 cm de diâmetro, respectivamente a 123 e a 226 metros do Sol. Plutão ficaria a 931 metros do Sol, com cerca de 0,36 mm de diâmetro. Quanto à estrela mais próxima, a Proxima Centauri, essa estaria a 6332 km do Sol, enquanto a estrela Sírio a 13 150 km.

Se o tempo de uma viagem da Terra à Lua, a cerca de 257 000 km/hora, fosse de uma hora e um quarto, levaria-se cerca de três semanas terrestres para se ir da Terra ao Sol, 3 meses se ir a Júpiter, sete meses para Saturno e cerca de dois anos e meio a chegar a Plutão e deixar o nosso sistema solar. A partir daí, a essa velocidade, levar-se-ia 17 600 anos até chegar à estrela mais próxima, e 35 000 anos até Sírio.

Planetas telúricos

Os planetas telúricos ou planetas interiores são densos, têm uma composição rochosa, e neles não existem anéis. São compostos principalmente de minerais, como o silicato, que forma o manto e a crosta desses planetas, e metais, como o ferro e o níquel, que formam seus núcleos. Três dos quatro planetas têm uma atmosfera significativa, todos têm impactos de crateras e características de uma superfície tectônica, tais como rift e vulcões. O termo "planeta interior" não deve ser confundido com "planeta inferior", este termo designa os planetas que estão mais próximos do Sol do que a Terra, ou seja, Mercúrio e Vênus.

Mercúrio

Mercúrio está a 0,4 unidades astronômicas do Sol e é o menor dos oito planetas do Sistema Solar (0,055 massas terrestres). Não possui nenhum satélite natural. Suas características geológicas são conhecidas. O planeta possui impactos de crateras e escarpas, provavelmente produzidas durante um período de contração no início de sua história. Sua atmosfera é quase insignificante, sua superfície é composta de átomos ejetados pelo vento que vem da energia solar. Seu núcleo, composto principalmente de ferro, é relativamente grande e seu manto é fino. Hipóteses explicam que suas camadas mais externas foram descascadas por um impacto gigante.

Vênus

Vênus está a 0,7 unidades astronômicas do Sol, quase do tamanho da Terra (equivalente a 0,815 massas terrestres). Assim como a Terra, Vênus possui um manto composto de silicato em torno de um núcleo de ferro. Entretanto, o planeta é muito mais seco do que a Terra e sua atmosfera é cerca de noventa vezes mais densa. Assim como Mercúrio, não possui satélites naturais. É o planeta mais quente do Sistema Solar, com temperaturas que podem chegar até 480 °C, provavelmente devido à quantidade de gases de efeito estufa presentes em sua atmosfera. Não há evidências definitivas atuais de que tenham sido detectadas atividades geológicas em Vênus, mas não possui campo magnético, que poderia evitar o esgotamento das substâncias da atmosfera. Isso faz com que atmosfera seja regularmente abastecida por erupções vulcânicas.

Terra

Situa-se a uma unidade astronômica a partir do Sol e é o mais denso dos planetas telúricos, conhecida pela sua atividade geológica. Acredita-se que a Terra é o único lugar que tenha vida no universo. É a única hidrosfera líquida entre os planetas telúricos, assim como o único planeta onde placas tectônicas têm sido observadas. A

atmosfera terrestre é diferente se comparada a dos outros planetas, entre elas a presença de 21% de gás oxigênio, capaz de gerar vida. Seu único satélite natural é a Lua, um dos grandes satélites de um planeta do sistema solar.

Marte

Marte se situa a 1,5 unidades astronômicas do Sol, menor que a Terra e Vênus (sua massa corresponde a 0,107 massas terrestres). Sua atmosfera é composta principalmente de dióxido de carbono, com uma pressão superficial de 6,1 milibares (aproximadamente 0,6 da pressão superficial terrestre). Existem no planeta vastos vulcões como o Olympus Mons e aberturas de vales como o Valles Marineris, o que mostra que a atividade geológica pode ter persistido recentemente ou a dois mil anos atrás. A sua cor avermelhada provém do óxido de ferro (ferrugem) em seu solo. Possui dois satélites naturais (Fobos e Deimos), provavelmente asteroides capturados.

Cintura de asteroides

Imagem do cinturão de asteroides e dos asteroides troianos.

Asteroides são geralmente pequenos corpos do Sistema Solar compostos principalmente por minerais rochosos e metálicos refratários, com algum gelo. O Cinturão de asteroides ocupa a órbita entre Marte e Júpiter, entre 2,3 e 3,3 AU do Sol. Se pensa ser os restos da formação do Sistema Solar que não se aglutinaram por causa da interferência gravitacional de Júpiter.

O tamanho dos asteroides varia de algumas centenas de quilômetros até o nível microscópico. Todos os asteroides exceto o mais largo, Ceres, são classificados como pequenos corpos do Sistema Solar, mas alguns asteroides como o Vesta e Hygiea podem ser reclassificados como planetas anões se for mostrado que eles adquiriram equilíbrio hidrostático.

O cinturão de asteroides contém dezenas de milhares, possivelmente milhões, de objetos acima de um quilômetro de diâmetro. Apesar disso, a massa total do cinturão de asteroides dificilmente ultrapassaria mais de mil vezes a da Terra. O cinturão de asteroides é muito espaçadamente povoado; sondas espaciais passam rotineiramente através dele sem incidentes. Asteroides com diâmetro entre 10 e 10–4 m são chamados de meteoroides.

Os planetas anões

Planeta anão é um corpo celeste muito semelhante a um planeta, dado que orbita em volta do Sol e possui gravidade suficiente para assumir uma forma com equilíbrio hidrostático (aproximadamente esférico), porém não possui uma órbita desimpedida, orbitando com milhares de outros pequenos corpos celestes.

Ceres, que até meados do século XIX era considerado um planeta principal, orbita numa região do sistema solar conhecida como cinturão de asteroides. Por fim, nos confins do sistema solar, para além da órbita de Netuno, numa imensa região de corpos celestes gelados, encontram-se Plutão e o recentemente descoberto Éris. Até 2006, considerava-se, também, Plutão como um dos planetas principais. Hoje, Plutão, Ceres, Éris, Makemake e Haumea são considerados como "planetas anões".

As luas e os anéis

Satélites naturais ou luas são objetos de dimensões consideráveis que orbitam os planetas. Compreendem pequenos astros capturados da cintura de asteroides, como as luas de Marte e dos planetas gasosos, até astros capturados da cintura de Kuiper

como o caso de Tritão no caso de Neptuno ou até mesmo astros formados a partir do próprio planeta através do impacto de um protoplaneta, como o caso da Lua da Terra. Os planetas gasosos têm pequenas partículas de pó e gelo que os orbitam em enormes quantidades, são os chamados anéis planetários, os mais famosos são os anéis de Saturno.

Corpos menores

A classe de astros chamados "corpos menores do sistema solar" inclui vários objetos diferenciados como são os asteroides, os transneptunianos, os cometas e outros pequenos corpos.

Asteroides

Os asteroides são astros menores do que os planetas, normalmente em forma de batata, encontrando-se na maioria na órbita entre Marte e Júpiter e são compostos por partes significativas de minerais não-voláteis. A região em que orbitam é conhecida como Cintura de asteroides. Nela localiza-se também um planeta anão, Ceres, que tem algumas características próprias de asteroide, mas não é um asteroide. Estes são subdivididos em grupos e famílias de asteroides baseados em características orbitais específicas. Nota-se que existem luas de asteroides, que são asteroides que orbitam asteroides maiores, que, por vezes, são quase do mesmo tamanho do asteroide que orbitam.

Os asteroides troianos estão localizados nos pontos de Lagrange dos planetas, e orbitam o Sol na mesma órbita que um planeta, à frente e atrás deste.

As sementes das quais os planetas se originaram são chamadas de planetésimos: são corpos subplanetários que existiram durante os primeiros anos do sistema solar e que não existem no sistema solar recente. O nome é também usado por vezes para referir os asteroides e os cometas em geral ou para asteroides com menos de 10 km de diâmetro.

Centauros

Os centauros são astros gelados semelhantes a cometas que têm órbitas menos excêntricas e que permanecem na região entre Júpiter e Netuno, mas são muito maiores que os cometas. O primeiro a ser descoberto foi Quíron, que tem propriedades parecidas com as de um cometa e de um asteroide.

O maior centauro conhecido, 10199 Chariklo, tem um diâmetro aproximado de 250 km. Quíron, por sua vez, foi reclassificado como cometa (95P) uma vez que desenvolveu uma coma assim como um cometa ao se aproximar do Sol.

Transneptunianos

Os transneptunianos são corpos celestes gelados cuja distância média ao Sol encontra-se para além da órbita de Neptuno, com órbitas superiores a 200 anos e são semelhantes aos centauros.

Pensa-se que os cometas de curto período sejam originários desta região. Os planetas anões Plutão e Éris encontram-se, também, nesta região.

O primeiro transneptuniano foi descoberto em 1992. No entanto, Plutão, que já era conhecido há quase um século, orbita nesta região do sistema solar.

Meteoroides

Corpos celestes menores do que os asteroides são chamados meteoroides. Eles são constituídos por rocha e ferro ou apenas rocha. Muitos meteoroides são apenas pedaços de asteroides ou cometas.

Cometas

Cometas são corpos menores do Sistema Solar, tipicamente com poucos quilômetros de tamanho, compostos basicamente de gelos voláteis. Eles têm órbitas altamente excêntricas, geralmente com um periélio dentro da órbita de um dos planetas interiores e um afélio bem depois de Plutão. Quando um cometa entra no Sistema Solar interior, sua proximidade do Sol causa a sublimação e ionização do gelo na superfície, criando uma coma: uma longa cauda de gás e poeira às vezes visível a olho nu. Cometas de curto período tem órbitas de menos de duzentos anos enquanto de longo período tem de mais mil anos. Acredita-se que os de curta duração foram formados no cinturão de Kuiper, enquanto os de longo período, como por exemplo o Hale-Bopp, foram formados na nuvem de Oort. Muitos grupos de cometas, tais como os Kreutz Sungrazers, foram formados da divisão de um único corpo. Alguns cometas com órbitas hiperbólicas podem ter sido formados fora do Sistema Solar, mas determinar sua órbita precisa é difícil. Cometas antigos que já perderam todos os gases voláteis pelo aquecimento do Sol são algumas vezes categorizados como asteróides.

Região transneptuniana

A área após Netuno, ou a "região transneptuniana", ainda é amplamente inexplorada. Parece consistir de forma preponderante de pequenos planetas (o maior tendo um quinto do diâmetro da Terra e a massa menor que a da Lua) compostos basicamente de rocha e gelo. Esta região é algumas vezes conhecida como o "Sistema Solar exterior", embora outros usem o termo para se referir a região além do cinturão de asteróides.

Cintura de Kuiper

Disposição de todos os objetos conhecidos do cinturão de Kuiper, posicionados em relação aos quatro planetas exteriores.

A cintura de Kuiper, ou cinturão de Kuiper, é um grande anel de detritos semelhantes ao cinturão de asteroides, onde o gelo é a sua principal composição. Estende entre trinta e cinquenta unidades astronômicas do Sol. Contém muitos dos pequenos corpos do Sistema Solar. Entretanto, muitos dos maiores corpos da cintura de Kuiper, como Quaoar, Varuna e Orcus, são classificados como planetas anões. Estima-se que mais de cem mil corpos do cinturão de Kuiper tenham diâmetro superior a cinquenta quilômetros, embora sua massa seja correspondente a apenas um décimo ou um centésimo da massa da Terra. Alguns objetos do cinturão têm inúmeros satélites, e alguns outros têm órbitas que o levam fora da classificação do plano da eclíptica.

O cinturão de Kuiper pode dividido a grosso modo em um cinturão "clássico" e os ressonantes, que tem a órbita ligada a Netuno (e.g. duas vezes para cada três de Netuno, ou uma para cada duas). A primeira ressonância começa dentro da própria órbita de Netuno. O cinturão clássico consiste de objetos que não tem ressonância com Netuno, e se estendem por aproximadamente 39,4 47,7 UA. Membros do cinturão clássico são classificados como cubewanos, após o primeiro do tipo ter sido descoberto, (15760) 1992 QB1, e estão situados primordialmente em um órbita de baixa excentricidade.

Plutão e Caronte

Comparação entre Éris, Plutão, Makemake, Haumea, Sedna, Orcus, 2007 OR10, Quaoar, e a Terra (todos em escala) Plutão (39 AU em média), um planeta anão, é o maior objeto conhecido no cinturão de Kuiper. Quando descoberto em 1930, foi considerado o nono planeta; isto foi alterado em 2006 com a adoção formal da definição de planeta. Plutão tem uma órbita consideravelmente excêntrica inclinada em 19 graus em relação ao plano eclíptico e variando de 29,7 UA a partir do Sol no perihélio (dentro da órbita de Netuno) para 49,5 UA no afélio. Caronte, a maior lua de Plutão, é algumas vezes descrita como parte de um sistema binário com Plutão, uma vez que os dois corpos orbitam um centro de massas de gravidade sobre suas superfícies (i.e., eles parecem "orbitar um ao outro"). Além de Caronte outras duas luas menores, Nix e Hidra, orbitam o sistema. Plutão tem uma ressonância orbital de 3:2 com Netuno, o que significa que Plutão orbita duas vezes ao redor do Sol a cada três órbitas completas de Netuno. Objetos do cinturão de Kuiper que também têm esta ressonância são denominados plutinos.

Haumea e Makemake

Haumea (43.34 AU em média) e Makemake (45.79 AU em média), embora sejam menores que Plutão, são os maiores objetos conhecidos no cinturão "clássico", ou seja, não estão em ressonância com a órbita de Netuno. Haumea tem o formato de um ovo e possui duas luas enquanto Makemake é o objeto mais brilhante do cinturão de Kuiper depois de Plutão. Originalmente denominados 2003 EL61 e 2005 FY9 respectivamente, eles foram recategorizados como planetas anões em 2008. Suas órbitas estão mais inclinadas que a de Plutão, com 28° e 29° respectivamente.

Disco disperso

Acredita-se que o disco disperso, que sobrepõe o cinturão de Kuiper mas se estende muito mais além, seja a fonte de cometas de curto período e que objetos da região tenham sido ejetados em órbitas erráticas pela influência gravitacional da migração de Netuno. A maioria dos objetos do disco disperso tem o perihélio dentro do cinturão de Kuiper mas o afélio estão a mais de 150 UA do Sol. A órbita destes objetos são altamente inclinadas em relação ao plano elíptico, e alguns são quase perpendiculares a este. Alguns astrônomos consideram que o disco disperso seja meramente outra região do cinturão de Kuiper, e descrevem os objetos do disco disperso como "objetos do cinturão de Kuiper dispersos." Alguns astrônomos também classificam os centauros como objetos internos do cinturão de Kuiper junto com os objetos externos do disco.

Éris

Éris é o maior objeto conhecido do disco disperso e causa debate se deve ser classificado como um planeta uma vez que sua massa é 25% superior a de Plutão e com quase o mesmo diâmetro. É o mais massivo dos planetas anões conhecidos e tem uma lua, Dysnomia. Assim como Plutão, sua órbita é altamente excêntrica com um perihélio de 38.2 UA (aproximadamente a distância de Plutão do Sol) e um afélio de 97.6 UA, de forma inclinada ao plano eclíptico.

Bibliografia

http://aprenderbrincando.no.sapo.pt/sistema_solar.htm
http://pt.wikipedia.org/wiki/Sistema_Solar

1. Altere o espaço entre linhas para 1,5
2. Altere o tipo de letra para Arial ou Times New Roman, tamanho 12.
3. Justifique o texto.
4. Altere o espaçamento a seguir ao paragrafo para 12pto
5. Formate os títulos como título 1
6. Formate os subtítulos (estão com avanço) e formate como título 2
7. Modifique o titulo 1 para tipo de letra ARIAL, tamanho 18, Negrito e com limite inferior, e cor VERDE escuro.
8. Modifique o título 2 para tipo de letra Arial, tamanho 14, Itálico, e cor Cinzento escuro.
9. Configure o texto de forma a que cada Título principal inicie numa página nova.
10. Coloque uma foto por cada página, relacionada com o tema.
11. Coloque uma foto na capa alusiva ao tema.

Exercício 9

Objectivo: Revisões. Imagens. Cabeçalhos e Rodapés.

1. Abra o Microsoft Word e cole o seguinte texto:

Metallica

Metallica é uma banda de heavy metal formada em 1981, na cidade de Los Angeles, Califórnia. Sua formação original consistia de Lars Ulrich na bateria, o guitarrista e vocalista James Hetfield, Dave Mustaine na guitarra solo e o baixista Ron McGovney. Estes dois últimos foram, pouco tempo depois, substituídos por Kirk Hammett e Cliff Burton, respectivamente. Em 27 de setembro de 1986, o autocarro da banda perdeu o controle e capotou, o que resultou em Burton sendo esmagado sob o autocarro e morrendo. Jason Newsted o substituiu em menos de dois meses depois. Newsted deixou a banda em 2001 e foi substituído por Robert Trujillo, em 2003.

Os primeiros lançamentos do Metallica incluíam andamentos rápidos, instrumentais e musicalidade agressiva que os tornou como um dos "Big Four" do subgênero thrash metal juntamente com Slayer, Megadeth a Anthrax. A banda ganhou uma crescente base de fãs na comunidade de música underground, e alguns críticos dizem que o lançamento de 1986 Master of Puppets é um dos álbuns de thrash metal mais influentes e "pesados". A banda alcançou um substancial sucesso comercial com o seu álbum auto-intitulado de 1991, que estreou em primeiro lugar na Billboard 200. Alguns críticos e fãs acreditavam que o estilo musical da banda mudou de sentido apelando para o público mainstream. Com o lançamento de Load em 1996, Metallica distanciou-se de seus lançamentos anteriores, sendo descrito como "uma abordagem quase rock alternativo", e a banda enfrentou acusações de "tornar-se comercial".

Em 2000 o Metallica esteve entre os vários artistas que apresentaram uma ação judicial contra o Napster por compartilhar materiais protegidos por direitos de autor livremente sem o consentimento dos membros da banda. A resolução foi tomada, e Napster se tornou um serviço de uso pago. Apesar de atingir o primeiro lugar na Billboard 200, o lançamento de St. Anger em 2003 desapontou alguns críticos e fãs com a exclusão de solos de guitarra, bem como o "aço-auscultação" da caixa. Um filme intitulado Some Kind of Monster foi lançado em 2004, documentando o processo de gravação de St. Anger.

A banda já lançou nove álbuns de estúdio, dois álbuns ao vivo, dois extended plays, uma coletânea, vinte e dois videoclipes, quarenta e quatro singles e finalizou o trabalho em seu nono álbum de estúdio, Death Magnetic. Tornou-se um dos mais influentes grupos de heavy metal, e a mais bem sucedida comercialmente banda de metal de todos os tempos, com mais de 140 milhões de registros vendidos em todo o mundo, incluindo 69 milhões nos Estados Unidos.

A banda já ganhou nove Grammy Awards, e teve cinco álbuns em primeiro lugar na Billboard 200. O álbum Metallica, de 1991, já vendeu mais de 25 milhões de cópias mundialmente, o que o torna o 25º álbum mais vendido nos Estados Unidos.

Primórdios (1981–1983)

O grupo Metallica foi formado em Los Angeles, Califórnia, no início de 1981 quando o baterista Lars Ulrich colocou um anúncio num jornal de Los Angeles—The Recycler—que dizia "Baterista à procura de outros músicos de metal para jam com Tygers of Pan Tang, Diamond Head e Iron Maiden". Os guitarristas James Hetfield e Hugh Tanner de Leather Charm responderam ao anúncio. Embora ele não tivesse formado uma banda, Ulrich perguntou para o fundador da Metal Blade Records Brian Slagel se ele podia gravar uma canção para a próxima

compilação da gravadora intitulada Metal Massacre. Slagel aceitou e Ulrich recrutou Hetfield para cantar e tocar guitarra.

O logótipo clássico de "Metallica" usado nos seus lançamentos iniciais. Uma versão ligeiramente modificada foi usada no álbum Death Magnetic de 2008 e no jogo Guitar Hero: Metallica de 2009.

Ulrich conversou com seu amigo Ron Quintana, que estava criando nomes para um fanzine. Quintana tinha proposto os nomes Metal Mania e Metallica. Ulrich utilizou Metallica para o nome de sua banda. Um segundo anúncio foi colocado no The Recycler para a posição de guitarrista solo. Dave Mustaine respondeu, e depois de verem seu equipamento caro de guitarra, Ulrich e Hetfield o recrutaram. No início de 1982, o Metallica gravou a primeira canção de sua autoria, "Hit the Lights", para a compilação Metal Massacre I. Hetfield tocou baixo na canção e Lloyd Grant foi creditado como o autor de um solo de guitarra.

Lançado em 14 de Junho de 1982, a primeira prensagem de Metal Massacre I listou incorretamente a banda como "Mettallica". Apesar de indignado pelo erro, o Metallica conseguiu criar suficiente "buzz" com a canção, e a banda fez seu primeiro concerto ao vivo em 14 de Março de 1982, na Radio City em Anaheim, Califórnia com o novo baixista Ron McGovney.

O Metallica gravou sua primeira demo, intitulada No Life 'Til Leather, um nome inspirado pelos primeiros cartões de visita de Quintana, no início de 1982. No Outono de 1982, Ulrich e Hetfield assistiram a um show na casa noturna Whisky a Go Go em que apresentou o baixista Cliff Burton em uma banda chamada Trauma. Os dois ficaram impressionados por Burton utilizar um pedal wah-wah e o convidaram para se juntar ao Metallica. Hetfield e Mustaine queriam McGovney fora da banda porque achavam que ele "não contribuia em nada, apenas seguia." Embora Burton tenha inicialmente recusado a oferta, no final daquele ano ele a aceitou com a condição da banda mover-se para San Francisco. A primeira apresentação ao vivo do Metallica com Burton foi na casa noturna The Stone em Março de 1983, e a primeira gravação com Burton foi a demo Megaforce, de 1983.

O Metallica estava pronto para gravar seu álbum de estreia. Porém, quando a Metal Blade se mostrou incapaz de financiá-lo, a banda começou a buscar outras opções. O promotor de concertos Johnny "Z" Zazula, que tinha ouvido a demo No Life 'til Leather, de 1982, ofereceu-se para mediar um acordo de gravação entre o Metallica com as gravadoras de Nova Iorque. Depois de não despertar nenhum interesse de várias gravadoras, Zazula emprestou dinheiro para financiar o orçamento da gravação e assinou com o Metallica para a sua própria gravadora, Megaforce Records. Os membros da banda decidiram expulsar Mustaine devido às drogas, abuso de álcool e comportamento violento. O guitarrista Kirk Hammett do Exodus voou para substituir Mustaine na mesma tarde. O primeiro show do Metallica com Hammett foi em 16 de Abril de 1983, na casa noturna The Showplace em Dover, Nova Jérsei.

Mustaine manifestou o seu desagrado por Hammett em entrevistas. Ele disse: "Hammett roubou meu trabalho, mas pelo menos eu transei com sua namorada antes dele tomar o meu trabalho — como eu gosto, Kirk!" Mustaine foi "passado para trás" porque ele acredita que Hammett se tornou popular ao tocar músicas de sua autoria.

Kill 'Em All e Ride the Lightning (1983–1984)

Em 1983, Metallica viajou para Rochester, Nova Iorque para gravar seu primeiro álbum, que teria o título provisório de Metal Up Your Ass, produzido por Paul Curcio. Devido a conflitos com a gravadora da banda e os distribuidores se recusarem a lançar um álbum com esse título, ele foi renomeado Kill 'Em All. Lançado pela Megaforce Records nos EUA e Music for Nations na Europa, o álbum culminou no número 120 da Billboard 200.[7] A banda embarcou com Raven na turnê Kill 'Em All for One para apoiar o lançamento. Em Fevereiro de 1984, o

Metallica apoiou a banda inglesa Venom na turnê Seven Dates of Hell, onde eles tocaram para 7.000 pessoas no Aardschok Festival em Zwolle, Países Baixos.

O Metallica gravou seu segundo álbum de estúdio, Ride the Lightning, no estúdio Sweet Silence em Copenhague, Dinamarca. Lançado em agosto de 1984, o álbum culminou no número 100 na Billboard 200. Uma prensagem francesa erroneamente imprimiu a capa do álbum na cor verde, e esses poucos discos comercializados com essa capa, hoje são considerados itens de coleção. O álbum inclui canções como "For Whom the Bell Tolls", "Creeping Death" (que narra a história bíblica do êxodo de escravidão dos hebreus no Egito, incidindo sobre as diversas pragas que foram visitados com os egípcios), a balada "Fade to Black" (que versa sobre depressão e suicídio) e a instrumental "The Call of Ktulu". Mustaine recebeu crédito como letrista para "Ride the Lightning" e co-autor na instrumental "The Call of Ktulu".

Master of Puppets (1984–1986)

O diretor de A&R da Elektra Records Michael Alago, e co-fundador do Q-Prime Management Cliff Burnstein, assistiu um concerto do Metallica em setembro de 1984. Impressionado com o que viu, ele contratou o Metallica para a Elektra Records, e fez a banda de um cliente da Q-Prime Management. O crescente sucesso do Metallica foi tal que a gravadora britânica Music for Nations emitiu uma edição limitada do EP Creeping Death, que vendeu 40.000 exemplares como uma importação nos EUA. Duas das três canções do registro (versões cover de Diamond Head "Am I Evil?", e de Blitzkrieg "Blitzkrieg") apareceram no relançamento de Kill 'Em All em 1989 pela Elektra Records. O Metallica embarcou na sua primeira grande turnê Europeia com Tank a uma audiência média de 1.300 pessoas. Retornando para os EUA, marcou uma turnê co-headlining com W.A.S.P. e suporte de Armored Saint. Metallica fez seu maior show até então no festival Monsters of Rock em 17 de agosto de 1985, com Bon Jovi e Ratt em Donington Park, na Inglaterra, tocando na frente de 70.000 pessoas. Um show em Oakland, Califórnia no festival Days on the Green viram a banda tocar em frente a uma multidão de 60.000 pessoas.

O terceiro álbum de estúdio do Metallica, Master of Puppets foi gravado no Sweet Silence Studios, e foi lançado em março de 1986. O álbum culminou no número 29 na Billboard 200, e permaneceu durante 72 semanas na parada. O álbum foi o primeiro da banda a ser certificado como disco de ouro em 4 de novembro de 1986, e foi certificado seis vezes platina em 2003. Steve Huey de Allmusic considerou o álbum "a maior realização da banda". Na sequência do lançamento do álbum, Metallica apoiou Ozzy Osbourne numa turnê nos EUA. Hetfield quebrou seu pulso andando de skate e continuou a turnê apenas cantando, com o técnico de guitarra John Marshall tocando a guitarra base.

Morte de Cliff Burton (1986–1987)

Em 27 de setembro de 1986, durante a parte europeia da turnê Damage Inc., Cliff Burton faleceu perto de Ljungby, Suécia (em uma viagem entre Estocolmo e Copenhague) quando o ônibus da turnê deslizou na rodovia congelada e tombou. A morte de Burton resultou em questionamentos sobre o futuro da banda. Por fim os três membros remanescentes decidiram continuar o trabalho, e com o apoio da família de Burton começaram a busca por um substituto. A canção "To Live is to Die" foi gravada posteriormente em homenagem a Burton. Na música podem ser ouvidas frases na voz de Burton: "Quando um homem conta uma mentira ele mata alguma parte do mundo. Estas são as pálidas mortes com que homens desperdiçam suas vidas. Isso tudo eu não posso mais suportar, presenciar. O reino da salvação não pode me levar para casa?". O corpo de Cliff foi cremado e as cinzas lançadas em Maxwell Ranch. Na cerimônia, foi tocada a música "Orion" (um instrumental) do álbum "Master of Puppets". O Metallica tocou esta música em um medley em 1992 em San Diego na Califórnia junto com outras músicas, entre elas "My Friend of Misery" e citações a "(Anesthesia) Pulling Teeth" do álbum Kill 'Em All por várias distorções de baixo entre um solo e outro.

A partir das audição para a escolha de um novo baixista estava Les Claypool (da banda Primus), um amigo de infância de Hammett. A banda gostou do baixista, mas considerava seu estilo muito diferente do estilo do Metallica. O convite foi feito a Jason Newsted. Jason reuniu-

se à banda oficialmente em 28 de outubro de 1986, três semanas após o funeral de Burton. A turnê foi terminada nos primeiros meses do ano seguinte. Em julho de 1987 gravaram The \$5.98 E.P.: Garage Days Re-Revisited para testar um novo estúdio que eles haviam construído e para mostrar ao Mundo o talento de Newsted.

...And Justice for All (1988–1990)

...And Justice for All foi lançado em 1988, o primeiro de estúdio desde a morte de Burton. Ele teve grande sucesso comercial, atingindo a sexta posição da Billboard 200, o primeiro álbum da banda a estar entre os dez primeiros. Apesar de críticas, em 1989 a banda recebeu sua primeira indicação ao Grammy pelo álbum, para a categoria Melhor Desempenho de Hard Rock/Metal Vocal Ou Instrumento. Entretanto, o prêmio foi ganho pela banda Jethro Tull pelo seu álbum Crest of a Knave. O resultado gerou muita controvérsia, pois a banda realmente esperava ganhar o prêmio e já estava na saída dos fundos do palco esperando ser chamada, logo após ter apresentado a canção "One". Os integrantes do Jethro Tull (por muitos a banda não é considerada nem mesmo de hard rock e metal) não haviam nem mesmo ido à cerimônia, assumindo que sua chance de ganhar o prêmio era ínfima.

Seguido do lançamento de ...And Justice for All, O Metallica firmou pela primeira vez seu compromisso com a grande mídia da música com seu primeiro vídeo musical para a canção "One". A banda apresentou a canção em um depósito abandonado, e o vídeo foi remixado com cenas de uma versão do filme Johnny Got His Gun. Ao invés de organizar um acordo de licença para apresentar cenas do filme, a banda simplesmente comprou os direitos da obra. O vídeo foi enviado à MTV, com uma versão alternativa somente com a banda tocando, caso a emissora não aceitasse a versão original. Apesar de sua duração longa, a MTV aceitou o vídeo, e ambas as versões passaram a ser apresentadas.

Metallica (1990–1993)

Em 1991, o Metallica lançou o álbum homônimo Metallica (popularmente conhecido como The Black Album ou O Álbum Negro), que inclui canções como "Nothing Else Matters", "Enter Sandman", "Sad but True", "The Unforgiven", "Holier Than Thou", "Wherever I May Roam", "Through The Never", "My Friend Of Misery" e "Of Wolf And Man". A gravação foi co-produzida com Bob Rock, que já havia trabalhado com bandas de hard rock como The Cult, Bon Jovi e Mötley Crüe. O álbum possui uma capa toda preta com uma imagem pálida de uma cobra em um dos cantos, com o nome da banda no canto oposto. As sessões de gravação tornaram-se um processo longo e árduo, durando mais de um ano devido a conflitos entre os integrantes e argumentos com Rock sobre a direção do álbum, escopo e som. O custo de gravação superou um milhão de dólares. Entretanto, apesar da batalha para seu término, o álbum tornou-se o lançamento mais bem sucedido da banda, atingindo o topo da Billboard.

O primeiro single de Metallica foi "Enter Sandman", mostrando um estilo de música mais lento que trabalhos anteriores da banda. Devido ao novo estilo do som, mais alegações sobre uma "banda vendida" foram direcionados ao Metallica através da década de 1990. Em 1992, durante uma turnê muito bem sucedida financeiramente com o Guns N' Roses, Hetfield sofreu severas queimaduras de segundo e terceiro grau devido a pirotecnia durante a abertura de "Fade to Black", impedindo-o de tocar guitarra por uma período da turnê. O roadie da banda e guitarrista do Metal Church, John Marshall preencheu a posição da guitarra de Hetfield durante esse período.

Load, ReLoad e Garage Inc. (1994–1999)

Após quase três anos de suporte ao álbum, incluindo uma apresentação no Woodstock 1994, a banda entrou em estúdio para escrever e gravar seu sexto álbum, Load. Interromperam esse período em meados de 1995 e apresentaram-se em três concertos ao ar livre, a chamada Escape from The studio Tour 1995, com bandas como Slayer, Skid Row, Slash's Snakepit, Therapy? e Corrosion of Conformity. Load foi lançado em 1996, e durante sua produção inicial a intenção era um álbum duplo. Entretanto, foi decidido que seria melhor lançar somente metade das canções primeiros, continuar o trabalho nas canções remanescentes, e lançá-las no

ano seguinte. Essa continuação do trabalho resultou no álbum seguinte da banda, ReLoad, de 1997.

Esses dois álbuns representaram uma significativa mudança musical para o Metallica. As melodias rápidas de heavy metal com composições sobrepostas de guitarra foram substituídas por melodias de blues e guitarra havaiana. Suas vendas foram inferiores às vendas dos três álbuns anteriores.

Em 1998, foi lançada a compilação Garage Inc., que consistia em um álbum duplo. O primeiro CD contém gravações inéditas de covers de bandas como Killing Joke, The Misfits, Thin Lizzy, Mercyful Fate, Black Sabbath, Nick Cave e Bob Seger. O segundo CD contém gravações antigas de covers, incluindo o EP The \$5.98 E.P.: Garage Days Re-Revisited.

Em 7 de março de 1999, a banda foi indicada à calçada da fama de San Francisco. O então prefeito da cidade Willie Brown, proclamou aquele como sendo o "Dia Oficial do Metallica" em San Francisco. Um mês depois em 21 e 22 de abril, a banda gravou duas apresentações com a San Francisco Symphony Orchestra, na época conduzidas por Michael Kamen. Kamen, que já havia trabalhado com Bob Rock em "Nothing Else Matters", havia entrado em contato com a banda oito anos antes, logo após o lançamento do Álbum Preto, com ideias sobre a junção da música do Metallica com uma orquestra sinfônica. Kamen e sua equipe compuseram material de orquestra adicional para um número de canções da banda, e os concertos apresentaram uma seleção de canções datadas até a época de Ride the Lightning. A banda também escreveu duas novas canções com Kamen para o evento, "No Leaf Clover" e "Minus Human". A gravação de áudio e o vídeo do concerto foram lançadas em novembro de 1999 com o nome S&M, em CD, VHS, VCD e DVD.

Controvérsia do Napster (2000-2001)

Em 2000, os integrantes do Metallica descobriram que uma versão demo de sua canção "I Disappear", que era composta para ser lançada junto à trilha sonora do filme Mission: Impossible II, estava tocando nas rádios. Após descobrir a fonte de distribuição, a banda encontrou o arquivo na rede peer-to-peer de compartilhamento de arquivos do Napster, e também descobriram que todo seu catálogo foi livremente disponibilizado.[20] Foi iniciada uma ação judicial contra o Napster com Metallica deixando a ação judicial na United States District Court for the Central District of California, alegando que a Napster violou três áreas da lei: violação de direitos autorais, utilização ilegal de interface dispositivo de áudio digital, e Racketeer Influenced and Corrupt Organizations Act.

Ações legais também foram iniciadas contra a Universidade de Yale, Universidade do Sul da Califórnia e Universidade de Indiana, por não bloquearem o Napster em seus campi. No ano seguinte, ambas as partes concordaram em um acordo fora dos tribunais que levou ao bloqueio de contas de utilizadores do Napster, e a banda não iniciou ações legais contra indivíduos por violação de direitos autorais.

Lars liderou o caso contra Napster

Com a controvérsia sobre a validade ou não de compartilhadores de arquivo, páginas web publicavam paródias dos membros da banda. Como retaliação, Ulrich apareceu no MTV Video Music Awards de 2000, em um vídeo com o apresentador daquele ano Marlon Wayans, no qual arruinava a ideia de usar o Napster para compartilhar música. Marlon interpretava um estudante universitário sentado em seu dormitório, ouvindo a canção "I Disappear" do Metallica. Ulrich, interpretando a si próprio, aparece e pede uma explicação. Após receber a desculpa de Wayan de que usando o Napster estava somente compartilhando, Lars replicou que a ideia de Marlon sobre compartilhar era simplesmente emprestar coisas que não eram suas sem pedir. Ele chamou então a equipe de turnê da banda, que prosseguiu confiscando todos os pertences de Wayan, deixando-o quase nu em um quarto vazio. O criador do Napster Shawn Fanning respondeu posteriormente à cerimônia ao apresentar um prêmio vestindo uma camiseta do Metallica com os dizeres "Eu peguei esta camisa emprestada de um amigo". Talvez, se eu gostar dela, irei comprar uma própria".

O desgaste da imagem da banda junto a seu público foi grande, já que a banda iniciou sua carreira na cena underground com a troca de bootlegs de suas apresentações. Esse fato fez

com que a imagem da banda, que já estava arranhada pelos dois álbuns de estúdio anteriores, ficasse ainda mais comprometida junto a seus fãs mais antigos. A defesa da banda era que o Napster estava permitindo acesso livre a todo o seu catálogo e não somente os bootlegs ao vivo.

Saída de Newsted, St. Anger e MTV Icon (2001–2005)

Com planos de volta aos estúdios em 2001, Newsted deixou a banda em janeiro alegando que danos físicos após vários anos tocando com o grupo. Entretanto, entrevistas posteriores com Newsted e os integrantes remanescentes revelaram que o desejo de Newsted de lançar um CD e entrar em turnê com seu projeto paralelo Echobrain, e a resistência intensa de Hetfield à ideia, foi a causa primordial da saída do músico. Jason também alegou que não havia espaço para ele compor porque James Hetfield "impôs" essa barreira.

Em julho de 2001, Hetfield entrou em reabilitação devido a alcoolismo e outros vícios, e por quase um ano a banda entrou em hiato. Com a volta do vocalista, a banda voltou lentamente como um trio para a composição e gravação do próximo álbum. A tarefa de tocar baixo nas sessões de gravação havia sido desempenhada pelo produtor e conhecido da banda Bob Rock. A gravação do álbum foi documentada para o filme *Some Kind of Monster*.

No início de 2003, seguido da gravação do álbum, o Metallica iniciou audições para a escolha de um substituto permanente para Newsted. Robert Trujillo, anteriormente do Suicidal Tendencies e da banda de Ozzy Osbourne, foi escolhido como novo baixista. Jason Newsted acabou reunindo-se com a banda de thrash metal Voivod em 2002. Acabou também substituindo Robert Trujillo na banda de Ozzy durante a turnê Ozzfest de 2003.

MTV 2003

Metallica foi escolhido como ícone da MTV para 2003, com o evento realizado em Universal City, Califórnia. É caracterizado por desempenhos de Sum 41, Staind, Avril Lavigne, Snoop Dogg, Korn e Limp Bizkit, bem como a celebridade participações de Rob Zombie, Lisa Marie Presley, Jim Breuer, Sean Penn, entre outros. O especial celebrado com o Metallica executar um medley de canções de seus primeiros álbuns, que abrangem 1983-1991, seguido do seu "Frantic" o mais recente single. Foi a sua primeira aparição na televisão com o baixista Robert Trujillo, que se juntou à banda poucos meses antes. MTV criou um site para promover o especial, com depoimentos de celebridades e músicos, incluindo Kelly Osbourne, Sully Erna de Godsmack, Ja Rule, e Dave Farrell "Phoenix" e Chester Bennington do Linkin Park.

Em junho de 2003 foi lançado o oitavo álbum de estúdio do Metallica, *St. Anger*, estreando na primeira posição das paradas musicais da Billboard 200. Intencionalmente seco e bruto, e também desprovido quase que completamente de solos de guitarra, foi seguido de críticas do fãs. Apesar disso, o álbum ganhou o Grammy Award de 2004 para Melhor Desempenho de Metal.

Após tourne extensas divulgando o álbum na Summer Sanitarium Tour 2003 e na Madly in Anger with the World, a banda entrou em hiato dos concertos e passou a maior parte de 2005 com amigos e família.

Death Magnetic (2006-2010)

Em 16 de fevereiro de 2006 a banda anunciou em sua página oficial que após um relacionamento de mais de quinze anos, o produtor musical de longa data Bob Rock não gravaria o próximo álbum de estúdio do Metallica. O grupo gravou em 2008 um álbum de estúdio com o produtor Rick Rubin, que já trabalhou com outras bandas proeminentes de rock e metal como Slayer, Danzig, System of a Down, Slipknot, Red Hot Chili Peppers, Rage Against the Machine e atualmente Linkin Park. A banda esteve em Portugal a 28 de junho de 2007, na sua Sick of the Studio Tour, proporcionando um grande concerto no festival Superbock Superrock, juntamente com Joe Satriani e Mastodon, onde tocaram temas poucos habituais nos seus concertos, como a instrumental "Orion" e a canção "...And Justice for All", a banda já não tocava essas músicas ao vivo há mais de dezoito anos.

Em 12 de setembro de 2008 foi lançado Death Magnetic; o álbum alcançou o topo em vários países e foi aclamado pela crítica e por boa parte dos fãs. Em 21 de outubro de 2008 o Metallica iniciou a turnê "World Magnetic Tour", que estava associada ao Death Magnetic, que acabou em 21 de novembro de 2010. Em 3 de abril de 2009 o Metallica lançou o single "Broken, Beat & Scarred", que também fazia parte do álbum Death Magnetic.

Nos dias 4, 6 e 7 de junho o Metallica fez shows na Cidade do México, no México. Mais tarde é lançado o DVD ao vivo Orgulho, Paixão e Glória: Três Noites na Cidade do México. Em 7 de julho de 2009 a turnê passou pela França, onde o Metallica fez um show ao vivo, que posteriormente lançaram o DVD ao vivo Français Pour Une Nuit.

Hall of Fame Metallica (2009)

Metallica subiu ao palco para tocar um medley de seus principais hits, entre eles "Enter Sandman" e dois dos baixistas do grupo, Jason Newsted e Robert Trujillo tocaram juntos. O vocalista James Hetfield e o baterista Lars Ulrich se abraçaram no palco após falar com o público e agradeceram aos fãs que acompanharam os altos e baixos da banda, como a morte do antigo baixista Cliff Burton em 1986.

- Sonhem alto e se atrevam a errar. Eu os desafio a fazer isso, porque isso aqui (o sucesso do Metallica) é uma prova viva de que é possível transformar um sonho em realidade - disse Hetfield.

O Metallica surgiu na década de 80 e chegou ao auge com álbuns como "Master of Puppets", de 1986, e "Metallica", de 1991. Mas a influência do grupo foi além das fronteiras da música. No início de 2000, o grupo processou o site de compartilhamento de música Napster, sob a alegação de infração de direitos autorais. A batalha levou ao surgimento dos downloads legais e à ascensão de sites como o iTunes, da Apple, de venda de música online.

Hammett ao vivo em Viena (2007).

Os nomeados da noite de sábado saíram das raízes do Rock and Roll, personificada por Wanda Jackson, que começou sua carreira tocando com Elvis Presley e Johnny Cash, chegando ao roqueiro clássico Jeff Beck, que foi convidado pelo guitarrista do Led Zeppelin, Jimmy Page.

Os nomeados são escolhidos por 600 pessoas de um grupo de cantores elegíveis 25 anos depois de seu primeiro álbum ser lançado. Entrar para ao Hall of Fame é considerado uma grande honra entre músicos do rock, desde a década de 50.

Lulu e eventos futuros (2010-presente)

Em junho de 2010 o Metallica, juntamente com Slayer, Megadeth e Anthrax, realizaram uma turnê juntas na Sonisphere Festival na Polónia, República Checa, Bulgária, Roménia e Turquia, chamada Big Four of Thrash. Em 22 de junho, todas as bandas tocaram no mesmo palco juntas pela primeira vez, em Sofia Bulgária, a música "Am I Evil?", cover de Diamond Head realizado pela primeira vez em 1984, pelo Metallica. Esta é também a primeira vez que James Hetfield e Dave Mustaine tocaram juntos desde 1983, quando Mustaine foi expulso do Metallica. Os shows foram gravados e editados e, em seguida, foi ao ar em mais de 800 cinemas em todo o mundo no mesmo dia do festival. Esse show marcou a história do rock, e foi gravado em DVD/Blu-ray ao vivo, intitulado "The Big 4 Live from Sofia, Bulgaria".

Em 25 de setembro de 2011, a banda fez o show de encerramento da noite do metal do Rock in Rio para cerca de cem mil pessoas.

Em uma entrevista de novembro de 2010 com The Pulse of Radio, Lars Ulrich afirmou que o Metallica quer voltar a escrever novamente para 2011. Ulrich afirmou: "Há um monte de boatos no ar em 2011, mas acho que o principal é que realmente queremos voltar a escrever novamente. Nós não escrevemos desde 2006 ou 2007, e por isso nós queremos ser criativos novamente. Provavelmente, eu diria, março ou abril, e começar, provavelmente, volta a escrever algumas músicas", diz Lars Ulrich.

Em 13 de dezembro de 2010 o Metallica anunciou que voltará a realizar o Big Four, durante o Sonisphere Festival, no Reino Unido, em 8 de julho de 2011. Esta foi a primeira vez que todos

os membros do Big Four vão estar no mesmo palco no Reino Unido. O show aconteceu em Knebworth House, Hertfordshire. Outro show do Big Four teve lugar na França em 9 de julho de 2011.

Em junho de 2011 Metallica lançou a versão da banda do jogo Monopoly. banda, Além do Metallica, Kiss, The Beatles, Elvis Presley e The Grateful Dead estão entre as outras bandas que já tiveram sua própria versão do jogo.

Em 16 de junho, no site oficial, a banda revelou que lançará um álbum com Lou Reed. Em 19 de agosto o cantor e a banda anunciaram a data de lançamento do novo álbum, com nome ainda não revelado: 31 de outubro, para o mundo inteiro, e 1 de novembro nos Estados Unidos. O nome do álbum será Lulu, o disco foi inspirado em duas peças do dramaturgo alemão Frank Wedekind: "Earth spirit" e "Pandora's box". As letras foram originalmente compostas por Lou Reed para uma montagem teatral em Berlim.

Formação atual

James Hetfield - vocal e guitarra (1981 - presente)

Lars Ulrich - bateria (1981 - presente)

Kirk Hammett - guitarra (1983 - presente)

Robert Trujillo - baixo (2003- presente)

1. Altere o espaço entre linhas para 1,5
2. Altere o tipo de letra, tamanho 12.
3. Justifique o texto.
4. Formate os títulos como título 1 (ou cabeçalho 1)
5. Configure o texto de forma a cada Título principal inicie numa página nova.
6. Coloque uma foto por cada página, relacionada com o tema, retiradas da Internet ou fornecidas pela formadora
7. Coloque um Cabeçalho onde esteja pelo menos o nome do grupo Metallica.
8. Deve conter ainda o número de página (nas margens ou no final)
9. Coloque uma foto na capa alusiva ao tema (Insira uma página de rosto).

Exercício 10

Objectivo: Revisões. Imagens. Cabeçalhos e Rodapés.

1. Abra o Microsoft Word e cole o seguinte texto:

Santarém

Santarém é uma cidade portuguesa, capital do Distrito de Santarém, com 29 929 habitantes no seu perímetro urbano (2012).

É sede de um município com 552,54 km² de área e 61 752 habitantes (2011), subdividido em 18 freguesias. O município é limitado a norte pelos municípios de Porto de Mós, Alcanena e Torres Novas, a leste pela Golegã e pela Chamusca, a sueste por Alpiarça e Almeirim, a sul pelo Cartaxo, a sudoeste pela Azambuja e a oeste por Rio Maior.

Santarém integra a região estatística (NUTS II) do Alentejo e na sub-região estatística (NUTS III) da Lezíria do Tejo; continua, no entanto, a fazer parte da Comissão de Coordenação e Desenvolvimento Regional de Lisboa e Vale do Tejo, que manteve a designação da antiga NUTS II com o mesmo nome. Pertencia ainda à antiga província do Ribatejo (da qual era a capital e centro urbano mais importante), hoje porém sem qualquer significado político-administrativo, mas constante nos discursos de auto e hetero-identificação.

Os habitantes de Santarém chamam-se "Escalabitanos" ou "Santarenos".

História

Esta cidade muito antiga fora contactada por Fenícios, Gregos e Cartagineses. A fundação da cidade de Santarém reporta à mitologia greco-romana e cristã, reconhecendo-se nos nomes de Habis e de Irene, as suas origens míticas. Os primeiros vestígios documentados da ocupação humana remontam ao século VIII a.C.

A população do povoado teria colaborado com os colonizadores romanos, quando estes aportaram à cidade em 138 a.C. Durante este período tornou-se no principal entreposto comercial do médio Tejo e num dos mais importantes centros administrativos da província Lusitânia. Dos romanos recebeu o nome de Escálabis ou Scallabi castro (nomes originais em latim: Scallabis ou castrum Scalaphium). A cidade foi sede de um convento.

Com as invasões dos Alanos e dos Vândalos, passou a ser designada por Santa Iria, donde posteriormente derivou o atual nome Santarém.

Passou para a posse dos mouros em 715, até que D. Afonso Henriques a conquista definitivamente em 15 de março de 1147, num golpe audacioso, perpetrado durante a noite com um escasso exército reunido pelo Rei de Portugal. Durante um breve período antes dessa conquista, a cidade foi sede de um pequeno emirado independente: a Taifa de Santarém.

A cidade foi palco de inúmeras Cortes, mas foi perdendo importância para Lisboa, no litoral, que posteriormente tornou-se sede de diocese.

Foi feita Oficial da Ordem Militar da Torre e Espada, do Valor, Lealdade e Mérito em 26 de abril de 1919.

A 23 de Junho de 1969 a Câmara Municipal de Santarém foi feita Dama da Ordem de Rio Branco do Brasil.

A 25 de Abril de 2015 foi feita Membro Honorário da Ordem da Liberdade.

A Mística de Santarém

Santarém tem abrigado várias lendas acerca da sua origem. Uma delas está relacionada com a mitologia Greco-Romana e conta que o príncipe Abidis, fruto de uma relação do Rei Ulisses de Ítaca com a Rainha Calipso, foi abandonado pelo avô – Gorgoris, Rei dos Cunetas – que o lançou às águas do Tejo, dentro de uma cesta. Como por milagre a cesta que albergava o príncipe aportou na praia de Santarém, onde uma serva o criou. Tempos depois, Abidis foi reconhecido pela sua mãe, Calipso, tornando-se assim legítimo ao trono. A Santarém deu o nome Escalabis (“manjar de Abidis”) e daí teria vindo o nome Escalabis. Outra das lendas mais reconhecidas pelos Scalabitanos é a da Santa Iria. Esta lenda conta que Iria, uma donzela, um dia viria a ser violada, e posteriormente morta e atirada ao rio Tejo. O seu corpo fez-se chegar à Ribeira de Santarém e mostrou o seu corpo afastando as águas à sua volta. Por este pequeno “milagre”, esta donzela tornou-se Santa, a Santa Iria.

Evolução territorial

Até 2013 o município de Santarém tinha uma área de 560,24 km². Nesse ano, no âmbito de uma reorganização das freguesias ocorrida no território do Continente e por acordo entre os municípios de Santarém e da Golegã, foi-lhe desanexada a freguesia de Pombalinho, que foi transferida para o município da Golegã. Esta transferência, há muito pedida pela Junta de Freguesia de Pombalinho, foi objecto de acordo entre os municípios de Santarém e da Golegã, tendo posteriormente sido aprovada por Lei da Assembleia da República. À data da transferência a Freguesia de Pombalinho tinha 7,7 km² de área e 448 habitantes.

Freguesias

Freguesias do concelho de Santarém.

O concelho de Santarém está dividido em 18 freguesias:

Abitureiras

Abrã

Achete, Azoia de Baixo e Póvoa de Santarém

Alcanede

Alcanhões

Almoster

Amiais de Baixo

Arneiro das Milhariças

Azoia de Cima e Tremês

Casével e Vaqueiros

Gançaria

Marvila, Santa Iria da Ribeira de Santarém, São Salvador e São Nicolau (Santarém)

Moçarria

Pernes

Póvoa da Isenta

Romeira e Várzea

São Vicente de Paul e Vale de Figueira

Vale de Santarém

Património

Apesar de ser chamada de "Capital do Gótico", a cidade de Santarém é, hoje, uma cidade com apenas um vislumbre de todo o património arquitectónico que já possuiu. Almeida Garrett, no seu romance "Viagens na Minha Terra", já referia a decadência e incúria a que eram votados muitos dos ilustres edifícios da cidade.

Patrimónios de Santarém:

Alcáçova e Muralhas da cidade
Torre das Cabaças
Fonte das Figueiras
Igreja de Santa Maria de Marvila
Igreja do Convento de Santa Clara
Igreja de Santo Estêvão ou Igreja do Santíssimo Milagre
Capela de Nossa Senhora do Monte
Igreja de São Nicolau
Igreja da Misericórdia
Igreja de Jesus Cristo ou Igreja do Hospital ou Igreja do Convento de Nossa Senhora de Jesus do Sítio
Convento de São Francisco
Igreja da Graça ou Igreja de Santo Agostinho
Igreja do Seminário ou Igreja de Nossa Senhora da Conceição do Colégio dos Jesuítas (Sé Catedral)
Igreja de Santa Cruz
Igreja de Santa Iria
Igreja de São João de Alporão
Convento das Donas
Igreja de Nossa Senhora da Piedade
Igreja de Santa Maria da Alcáçova
Convento das Capuchas
Igreja de São João Evangelista do Alfange
Ermida do Milagre
Templo Romano
Teatro Rosa Damasceno
Ponte de Alcource
Praça de Touros Monumental Celestino Graça
Quem seguir da Igreja de Marvila, pela Torre das Cabaças, recentemente restaurada, passará pelo antigo Teatro Rosa Damasceno (num estado avançado de decadência). Mais à frente encontrará um jardim, junto às muralhas, de onde se pode desfrutar de uma das paisagens mais celebradas em Portugal, a lezíria e o Tejo, das "Portas do Sol".

Educação

Em termos de ensino superior público, há a referir a existência do Instituto Politécnico de Santarém que inclui a Escola Superior Agrária de Santarém, a Escola Superior de Educação de Santarém, a Escola Superior de Gestão e Tecnologia de Santarém, a Escola Superior de Desporto de Rio Maior e a Escola Superior de Saúde de Santarém. O Instituto Superior de Línguas e Administração (ISLA) é a única instituição de ensino superior privado.

Santíssimo Milagre

O Santíssimo Milagre ocorreu em Santarém, no século XIII, sendo ainda hoje objecto de intensa veneração na cidade.

Corria o ano de 1266 (ou o de 1247, segundo alguns cronistas) quando, em Santarém, vivia uma pobre mulher, a quem o marido muito maltratava, andando desencaminhado com outra. Cansada de sofrer, foi pedir a uma bruxa que, com os seus feitiços, pusesse fim à sua triste sorte. Prometeu-lhe esta remédio eficaz, mas necessitaria de uma hóstia consagrada.

Depois de hesitar, a pobre mulher foi à Igreja de Santo Estêvão, confessou-se e, recebida a Sagrada Partícula, com suma cautela a tirou da boca, embrulhando-a no véu. Saiu rapidamente da igreja, encaminhando-se para a casa da feiticeira. Mas, então, sem que ela o notasse, do véu começou a escorrer sangue, o que, visto por várias pessoas, as levou a perguntar à infeliz que ferimentos tinha. Confusa em extremo, corre para casa, e encerra a Hóstia Miraculosa numa arca. Passou o dia, entretanto, e à tarde voltou o marido. Já em alta noite, acordam os dois, e

vêem toda a casa resplandecente. Da arca saíam misteriosos raios de luz. Inteirado o homem do acto pecaminoso da mulher, de joelhos, passaram o resto da noite, em adoração.

Mal rompeu o dia, foi o pároco informado do prodígio sobrenatural. Espalhada a notícia, meia Santarém acorreu pressurosa a contemplar o Milagre. A Sagrada Partícula foi então levada, processionalmente, para a Igreja de Santo Estêvão, onde ficou conservada dentro de uma espécie de custódia feita de cera. Mas, passado alguns anos (em 1340), ao abrir-se o sacrário para expor à adoração dos fiéis, como era costume, encontrou-se a cera feita em pedaços e, com espanto, descobriu-se que a Sagrada Partícula se encontrava encerrada numa âmbula de cristal, miraculosamente aparecida. Esta pequena âmbula foi colocada numa custódia de prata dourada onde ainda hoje se encontra.

A Igreja Paroquial de Santo Estêvão é actualmente o Santuário do Santíssimo Milagre. Desde a ocorrência do milagre, esta igreja foi destino de inúmeras procissões, feitas pela corte régia, ou por grandes personalidades da nobreza e do clero, sobretudo a pretexto de doenças, cheias, ou de seca. Muitos são os ecos que, documentalmente, nos ficaram como testemunho, como o caso da Rainha Santa Isabel, que passando por Santarém a caminho de Coimbra, a fim de pacificar as discórdias entre seu marido D. Dinis e seu filho D. Afonso, mandou fazer uma procissão de preces, em que ela acompanhou descalça o Santíssimo Milagre, com uma corda ao pescoço e coberta de cinzas, implorando assim a misericórdia do Altíssimo. Também D. Afonso VI, a 25 de Janeiro de 1664, ao deslocar-se a Santarém, não deixou de visitar a Igreja do Santíssimo Milagre e o Convento de S. Domingos, onde, por esta época, se conservava a misteriosa toalha que envolvia a Sagrada Hóstia e na qual era ainda visível o sangue. No local onde se situava a casa da pobre mulher, encontra-se hoje a Ermida do Milagre.

Ermida do Milagre

A Ermida do Santíssimo Milagre situa-se em Santarém, no centro histórico da cidade, na proximidade da Igreja de Santo Estêvão. Este pequeno templo, fundado no século XVII, foi erigido no local onde, segundo a tradição, se erguia a casa da mulher que cometera o sacrilégio que esteve na origem do Santíssimo Milagre, ocorrido em 1266. Actualmente, a relíquia do milagre encontra-se exposta na Igreja de Santo Estêvão (conhecida hoje como Santuário do Santíssimo Milagre).

A ermida foi mandada construir em 1663, por D. Manuel dos Reis Tavares e por sua mulher, D. Margarida César de Almeida. A fachada principal do templo é enquadrada por pilastras com pináculos cónicos e é rematada por um frontão curvo, sobre o qual assenta uma sineira. O portal é de vão rectangular e o lintel arquitravado, encimado por uma pedra de armas com a representação do Santíssimo Sacramento.

A nave é coberta por abóbada de canhão, com ornatos de estuque policromo, imitando caixotão em madeira. As paredes laterais exibem arcos cegos redondos, apoiados em pilares de cantaria, enquadrando cartelas maneiristas em pedra. À direita da porta, encontra-se colocada uma pia de água benta assente numa coluna manuelina invertida. A nave encontra-se separada da capela-mor através de um arco triunfal redondo, em cantaria, erguido sobre pilastras toscanas.

A capela-mor é rematada por uma cúpula piramidal, com lanternim e ornatos em estuque imitando mármore. O altar-mor é revestido por mármores de várias cores, abrindo-se na parede do fundo um nicho, que alberga o trono, enquadrado por ornatos em talha rococó. Na parede do lado da epístola, ergue-se a pedra tumular dos fundadores da ermida, em mármore e assente em dois leões em cantaria, indicando que aqueles jazem debaixo do altar.

Exercício 11

Objectivo: Tabelas. Símbolos.

1. Abra o Microsoft Word e digite o seguinte texto:

Introdução

No seguimento do vosso caderno de encargos nº 52/2016 remetemos a nossa proposta de fornecimento de material e prestação de serviços.

A nossa empresa dedica-se à distribuição e comercialização de produtos de telecomunicações, mantendo sempre um contacto directo com o nosso cliente através dos nossos assistentes que garantem a qualidade pós-venda. A RC é uma empresa recente, com uma equipa dinâmica e jovem que prima pelo profissionalismo e pela qualidade dos serviços prestados.

Orçamento

Produto	Quantidade	Preço unitário
Telemóvel 3G	15	185€
Cartões da Operadora	15	5€
Banda Larga	10	50€
	Total	3.350€

Prazos de entrega

Os produtos serão fornecidos num prazo máximo de 30 dias após assinatura do contrato.

Assistência e garantia

Todos os produtos fornecidos têm uma garantia de 24 meses conforme legislação em vigor.

Validade da proposta

O orçamento é válido pelo período de 30 (trinta) dias.

2. Guarde o trabalho como Orçamento.
3. Acrescente, inserindo os símbolos necessários:

Contactos

RC, Lda.

Av da Grande Guerra, Lt 15 3º esq

2000-015 Santarém

☎ [+351] 243 305 200

✉ [+351] 243 305 209

✉ geral@rc.pt

4. Altere o texto para Cambria, tamanho 11.
5. Altere o espaço entre linhas para 1.5 e justifique o texto.
6. Seleccione os títulos e aplique estilo Título 1.
7. Coloque um limite de página.
8. Coloque uma folha de rosto.
9. Insira no cabeçalho: RC Lda – Proposta de orçamento
10. Insira no rodapé: seu nome e o número de página

Exercício 12

Objectivo: Revisões.

1. Abra o Microsoft Word e crie uma tabela de preços usando tabulações

Tabela de Preços

Mão de Obra - 20€/hora

Lavagem e Limpeza Manual (Preços com IVA Incluído)

Carros Ligeiros de Passageiros

- Carros Ligeiros - 12.30€ (Carros de Traseira Curta)
- Carrinhas Ligeiras - 15.00€
- Carrinhas de 7 Lugares - 15.00€ (S-Max, Scenic, Qashqai, Sharan, etc.)

Comerciais

- Carros comerciais de 2 lugares - 12.30€ (Crios, Corsas, Ibizas, Puntos, etc.)
- Furgões de 2 lugares ligeiros - 15.00€ (Kangoo, Berlingo, Combo, etc.)
- Furgões de 3 lugares - 17.50€ (Transit, Renault Master, Vivaro, Jumper, etc.)
- Furgões de 9 lugares - 20.00€ (Transit, Renault Master, Vivaro, Jumper, etc.)

Lavagem de Motores Diesel

- Lavagem de Motores Superior - 12.30€
- Lavagem de Motores Inferior - 12.30€
- Lavagem de Motores Completa (Superior e Inferior) - 20.00€
- Lavagem de Estofos
- Carros ligeiros de passageiros de 5 lugares - 65.00€
- Carros ligeiros de 5 lugares - 70.00€
- Carros comerciais ligeiros de 2 lugares - 50.00€ (Crios, Corsas, Ibizas, Puntos, etc.)
- Carros comerciais de 2 lugares - 65.00€ (Kangoo, Berlingo, Combo, etc.)
- Carros comerciais de 3 lugares - 70.00€ (Vito, Transit, Movano, H1, Jumper, etc)

- Furgões de 9 lugares - 90.00€ (Transit, Renault Master, Mercedes Vito, Jumper, etc.)

Mecânica

- Montagem de Kit de Distribuição, a partir de 50.00€
- Montagem de pastilhas de travão dianteiras, a partir de 15.00€
- Montagem de pastilhas de travão traseiras, a partir de 20.00€
- Montagem de pastilhas de travão dianteiras e traseiras, a partir de 30.00€
- Reparação de Junta da Colaça, a partir de 60.00€
- Montagem de Embraiagem, a partir de 60.00€

Exercício 13

Objectivo: Exercício autónomo

1. Escreva o seguinte texto no Word, formate-o de acordo com o exemplo

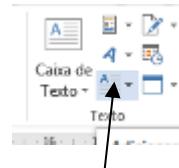
Coisas da Vida

A sabedoria não se encontra no topo de nenhuma montanha nem no último ano de um curso superior. É num pequeno monte de areia do recreio do jardim-de-infância que se pode aprender tudo o que é necessário na vida:

- partilhar
- respeitar as regras do jogo
- não bater em ninguém
- guardar as coisas nos sítios onde estavam
- manter tudo sempre limpo
- não mexer nas coisas dos outros
- pedir desculpa quando se magoa alguém
- viver uma vida equilibrada: estudar, pensar, desenhar, pintar, cantar, dançar,
- brincar, trabalhar, fazer de tudo um pouco, todos os dias.

Robert Fulghum

2. Coloque marcas
3. Alinhe o título ao centro, o texto justificado e a fonte à direita
4. Aplique uma capítular no primeiro parágrafo do corpo do texto
(Inserir | Adicionar um Capitular)



5. Insira uma nota de rodapé no título com o texto: Excerto retirado do Livro “Tudo o que eu devia saber na vida aprendi no Jardim de Infância”. (Referências | Inserir nota de rodapé)

AB¹
Inserir Nota de Rodapé

Exercício 14

Objectivo: Revisões. Imagens. Cabeçalhos e Rodapés.

1. Abra o Microsoft Word e cole o seguinte texto:

O sono

O sono que desce sobre mim,
O sono mental que desce fisicamente
sobre mim,
O sono universal que desce
individualmente sobre mim
Esse sono
Parecerá aos outros o sono de dormir,
O sono da vontade de dormir,
O sono de ser sono.

Mas é mais, mais de dentro, mais de
cima:
E o sono da soma de todas as
desilusões,
É o sono da síntese de todas as
desesperanças,
É o sono de haver mundo comigo lá
dentro
Sem que eu houvesse contribuído em
nada para isso.

O sono que desce sobre mim
É contudo como todos os sonos.
O cansaço tem ao menos brandura,
O abatimento tem ao menos sossego,
A rendição é ao menos o fim do
esforço,
O fim é ao menos o já não haver que
esperar.

Há um som de abrir uma janela,
Viro indiferente a cabeça para a

esquerda
Por sobre o ombro que a sente,
Olho pela janela entreaberta:
A rapariga do segundo andar de
defrente
Debruça-se com os olhos azuis à
procura de alguém.
De quem?,
Pergunta a minha indiferença.
E tudo isso é sono.

Meu Deus, tanto sono!...

Álvaro de Campos, in "Poemas"

Não sei quantas almas tenho

Não sei quantas almas tenho.
Cada momento mudei.
Continuamente me estranho.
Nunca me vi nem acabei.
De tanto ser, só tenho alma.
Quem tem alma não tem calma.
Quem vê é só o que vê,
Quem sente não é quem é,

Atento ao que sou e vejo,
Torno-me eles e não eu.
Cada meu sonho ou desejo
É do que nasce e não meu.
Sou minha própria paisagem;
Assisto à minha passagem,

Diverso, móbil e só,
Não sei sentir-me onde estou.

Por isso, alheio, vou lendo
Como páginas, meu ser.
O que segue não prevendo,
O que passou a esquecer.
Noto à margem do que li
O que julguei que senti.
Releio e digo: “Fui eu?”
Deus sabe, porque o escreveu.

Fernando Pessoa

Sísifo

Recomeça...
Se puderes,
Sem angústia e sem pressa.
E os passos que deres,
Nesse caminho duro
Do futuro,
Dá-os em liberdade.
Enquanto não alcances
Não descansas.
De nenhum fruto queiras só metade.
E, nunca saciado,
Vai colhendo
Ilusões sucessivas no pomar
E vendo
Acordado,
O logro da aventura.
És homem, não te esqueças!
Só é tua a loucura
Onde, com lucidez, te reconheças.
Miguel Torga, *Diário XIII*

Pedra Filosofal

Eles não sabem que o sonho
é uma constante da vida
tão concreta e definida
como outra coisa qualquer,
como esta pedra cinzenta
em que me sento e descanso,
como este ribeiro manso
em serenos sobressaltos,
como estes pinheiros altos
que em verde e oiro se agitam,
como estas aves que gritam
em bebedeiras de azul.

eles não sabem que o sonho
é vinho, é espuma, é fermento,
bichinho álacre e sedento,
de focinho pontiagudo,
que fossa através de tudo
num perpétuo movimento.

Eles não sabem que o sonho
é tela, é cor, é pincel,
base, fuste, capitel,
arco em ogiva, vitral,
pináculo de catedral,
contraponto, sinfonia,
máscara grega, magia,
que é retorta de alquimista,
mapa do mundo distante,
rosa-dos-ventos, Infante,
caravela quinhentista,
que é cabo da Boa Esperança,
ouro, canela, marfim,
florete de espadachim,
bastidor, passo de dança,
Colombina e Arlequim,
passarola voadora,
pára-raios, locomotiva,
barco de proa festiva,
alto-forno, geradora,
cisão do átomo, radar,
ultra-som, televisão,
desembarque em foguetão
na superfície lunar.

Eles não sabem, nem sonham,
que o sonho comanda a vida,
que sempre que um homem sonha

o mundo pula e avança
como bola colorida
entre as mãos de uma criança.

António Gedeão, In *Movimento Perpétuo*, 1956

2. Cada poema deve começar numa página nova.
3. Formate: o primeiro à esquerda, segundo ao centro, terceiro à esquerda e o último com duas colunas.
4. Coloque uma moldura em cada poema
5. Formate como entender.

Objectivo: Impressão em série

1. Crie uma base de dados em folha de cálculo com os dados do formando
2. Crie um documento com impressão em série do word que vá buscar esses dados e apresente uma ficha do tipo da seguinte:

FICHA DE INSCRIÇÃO

NOME: «*nome*»

DATA DE NASCIMENTO: «diaN»/«mesN»/«anoN»

HABILITAÇÕES LITERÁRIAS: «hl»

IDENTIFICAÇÃO CIVIL: «tipoIC» nº «NrIC»

CONTRIBUINTE FISCAL: «NIF»

NACIONALIDADE: «nacionalidade»

MORADA: «morada1»

«morada2»

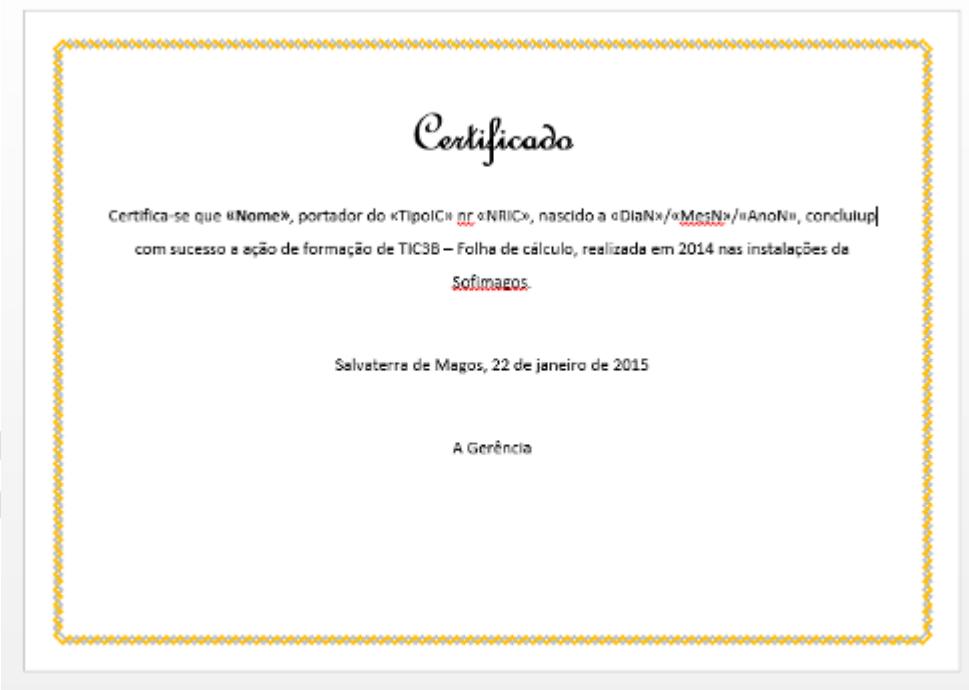
TELEFONE: «telefone»

TELEMÓVEL: «telemóvel»

E-MAIL: «email»

Objectivo: Impressão em série

1. Utilizando a base de dados anterior crie um diploma usando a impressão em série do processamento de texto, conforme a seguinte:



Exercício 17

Objectivo: Revisões.

1. Abra o Microsoft Word e cole o seguinte texto:

INE contabiliza 689.600 desempregados. Taxa cai para 13,4%

O Instituto Nacional de Estatística calcula que em dezembro a taxa de dezembro cedeu 0,1%, menos 4800 desempregados.

ABÍLIO FERREIRA | 11:45 Quinta feira, 29 de janeiro de 2015



Relativamente à população empregada (15 a 74 anos), o Instituto Nacional de Estatística regista 4441 mil pessoas, aumentando 0,1% (mais 6400) face ao mês anterior / José Ventura

Segundo o Instituto Nacional de Estatística (INE), a taxa de desemprego no fim de dezembro em Portugal ficou nos de 13,4%. O valor traduz uma redução de 0,1 pontos percentuais da estimativa registada para novembro.

A população desempregada, ajustada de sazonalidade, é estimada pelo INE em 689.600 pessoas. O valor traduz uma diminuição de 0,7% face a novembro de 2014 (menos 4800), segundo o comunicado do INE.

Nos jovens, o desemprego aumentou (3,3% ou seja mais 4100). Mas, diminuiu nos (1,6%, ou seja 8900).

Quanto à população empregada (15 a 74 anos) o INE regista 4441 mil pessoas, aumentando 0,1% (mais 6400) face ao mês anterior.

O Instituto Nacional de Estatística sublinha que esta "evolução interrompe o decréscimo iniciado em setembro de 2014, após um período de sete meses consecutivos de crescimento continuado no emprego (de fevereiro a agosto de 2014)".

Palavras-chave Taxa de desemprego INE Emprego Economia

2. Formate o documento como entender

Exercício 18

Objectivo: Tabelas.

- Crie as seguintes tabelas:

Aparelho	Potência (KW)	Tempo de uso diário (horas)
Ar condicionado	1,5	8
Chuveiro elétrico	3,3	1/3
Freezer	0,2	10
Geladeira	0,35	10
Lâmpadas	0,10	6

Peso (kg)	Altura (m)					
	até 1,50	1,51 a 1,60	1,61 a 1,70	1,71 a 1,80	1,81 a 1,90	acima de 1,90
até 50	D23	D23*/20	D23*/20	D20		
51 a 60	D26	D26*/23	D26*/23	D23		
61 a 70	D28	D26*/28	D26*/28	D26*/28	D26	
71 a 80		D33	D28*/33	D28*/33	D28	
81 a 90			D33	D33*/28	D33/28*	D28
91 a 100			D40	D40*/33	D33	D33
101 a 120			D45	D40	D40	D40/33*
121 a 150				D45	D45*/40	D40

país	saneamento básico (%)		taxa de mortalidade infantil (por mil)		
	esgotamento sanitário adequado	abastecimento de água	anos de permanência das mães na escola		
			até 3	de 4 a 7	8 ou mais
I	33	47	45,1	29,6	21,4
II	36	65	70,3	41,2	28,0
III	81	88	34,8	27,4	17,7
IV	62	79	33,9	22,5	16,4
V	40	73	37,9	25,1	19,3