CAP Mag Júnior

O PRIMEIRO JORNAL DOS KIDS LUSODESCENDENTES

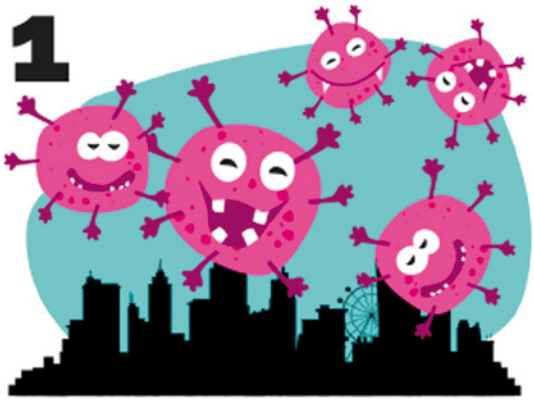
N°03
Dezembro 2020



À procura do Pai Natal!

O Coronavirus
explicado às crianças

1



Um exército de micróbios chegou às nossas cidades

2

Esses micróbios põem-nos doentes



3



Esses micróbios tornam-se muito fortes quando estamos em grupo e próximos uns dos outros

4



Por essa razão, as escolas e creches foram fechadas, bem como lojas e centros comerciais. Alguns adultos passaram a trabalhar em casa

5



Ficámos assim em casa para nos proteger uns dos outros desses micróbios. Por isso é preciso continuar a lavar bem as mãos, a deixar espaço entre nós e a não dar beijinhos. Para alguns, será ainda necessário usar uma máscara de protecção.

6

É uma aventura, uma situação excepcional. Seremos fortes se respeitarmos todas as regras de segurança para ganhar a batalha contra esses micróbios



hoptoys.fr

Índice

4 **Ciência** A formação dos icebergs

Cartaz! A carta da lusofonia 14

24 **História** Lenda de Pedro e Inês de Castro

8 **Conto** Sem prenda

Cidadania Direitos e Deveres dos cidadãos **18**

26 **Jogos**

11 **Multimédia** Séries, livros, música e vídeos

BD O plano de Natal 20

12 **Entrevista** Editoras para crianças

Um emprego Jornalista, Reporter de imagens **22**

E também

6 Pequeno ecologista

10 Receita : Brigadeiros

17 Pergunta : É possível viver sem dormir ?

23 Amigos falsos

CAP MAGELLAN
7, Avenida da Porta de Vanves, 2º andar, 75014 Paris
tel: +33 (0)1 79 35 11 00 - **e-mail:** capmag@capmagellan.org
site: www.capmagellan.com
Permanência telefónica: Segunda a sexta-feira das 10h às 18h

CAPMag Junior - Jornal associativo
Redação: Diane Ansault, Hélder Rodrigues, Inês d'Almeÿ, Jenny Carneiro, Joana Carneiro, Raphaëla Verde, Luciana Gouveia, Sandrine Da Fonte, Sophie Abreu, Victor Soares
Direção Artística, Layout : Diane Ansault
Assistente de Designer Gráfico : Dieyeding Diedhiou, Zoé Fraisse
Revisado por : CAPMag Junior
Ilustrações : Diane Ansault, Joela Visniec
Ícones de créditos, texturas: flaticon.com, thenounproject.com, freepik.com

Com o apoio de : COMUNIDADES PORTUGUESAS



Eça de Queirós

O que é um iceberg?



Os icebergs, também denominados glaciares, são formados pelo acumular de neve num lugar específico. A neve é cristalizada e compactada em camadas, formando uma extensa massa de gelo. É um processo que pode levar até 30 mil anos para se concretizar!

COMO SE FORMAM OS ICEBERGS ?

A neve é então a matéria prima dos icebergs. Acumula-se e transforma-se em gelo através de um fenómeno chamado diagênese: a transformação progressiva de depósitos em rocha. Um iceberg forma-se um pouco como uma bola de neve. Por exemplo, quando uma criança aperta nas suas mãos neve fresca, vai juntá-la, assim as camadas mais recentes de neve depositam-se sobre as camadas mais antigas. Então, a pressão exercida retira o ar e os cristais quebram-se e soldam-se, dando um novo material: gelo. O que acontece em poucos minutos nas mãos da criança, é realizado durante muitos anos nos Alpes.

Para que um iceberg seja formado, é necessário que o acumular de neve seja superior ao processo de degelo (quando a neve torna-se água). Assim, os icebergs só podem surgir em regiões onde, durante vários anos consecutivos, a quantidade de precipitação sólida é maior do que a que derrete durante o período de verão. Para existirem icebergs, têm que existir temperaturas suficientemente baixas durante todo o ano e quedas de neve. Essas condições estão reúnidas nas regiões polares e em montanhas altas.

A Antártica, com cerca de 14 milhões de quilómetros quadrados, é o maior iceberg terrestre! Essa região abriga aproximadamente 90% do gelo do planeta. Imagina! Também existem outros grandes icebergs como o "Perito Moreno" na Argentina, e tantos outros na Patagónia, Islândia, Gronelândia, Alpes....

OS ICEBERGS MOVEM-SE E TRANSFORMAM-SE?

É difícil de imaginar, não é? Mas sim os icebergs estão em constante movimento! Sob o efeito de seu próprio peso, das quedas de neve e do frio, o iceberg move-se.

Em aparência, o iceberg é um corpo sólido; no entanto, adapta-se perfeitamente às formas dos vales, como o chocolate quando derrete. Esse fenómeno pode ser explicado pelas fortes pressões, sob o efeito da enorme massa de gelo, os cristais são capazes de se deformar.

Mas isso ainda não explica o deslocamento dos icebergs! Estás ansioso por descobrir?

Os icebergs deslizam sobre a rocha lubrificada por uma película muito fininha de água fundida. O movimento dos icebergs explica-se, então, pela deformação do gelo e pelo deslizamento na camada rochosa. Na realidade, é impossível ver uma geleira a mover-se, o movimento é muito lento! A velocidade do movimento é muito variável, de alguns milímetros por hora, a mais de 1 metro por hora. Dependendo da neve e da inclinação.



SABIAS QUE...

Os icebergs são de suma importância capital para a manutenção da vida na Terra, visto que concentram quase 70% da água doce!

Hoje em dia está a acontecer algo de grave: o degelo! Além de reduzir a quantidade de água doce, desencadeia uma série de problemas socioambientais: aumento do nível das águas e alteração da temperatura das águas dos oceanos, redução da biodiversidade, inundações de alguns lugares, etc.

Face a esses problemas, é importante adoptar mudanças comportamentais!





Como transformar "água em gelo instantaneamente"?

O SUPER-CONGELAMENTO!



O ingrediente é simples: água! Só vais precisar disso para a nossa pequena experiência, fantástico não é?

1 Vais precisar de 4 garrafinhas de água mineral, não água da torneira, pois pode influenciar o processo devido às impurezas!

2 Quando já tiveres as 4 garrafinhas de água, coloca-as no congelador. Agora é o momento mais difícil e também mais simples da nossa experiência. Tens que deixar que as garrafas fiquem geladas (simples não é?!), mas até um ponto muito preciso (aí, já se torna complicado). Ou seja, tens que esperar pelo momento em que as garrafas vão estar quase congeladas, mesmo antes do processo de congelação.

3 Para saber quando é que as podes tirar, abre o congelador de 10 em 10 minutos e vê se uma das garrafas já congelou. Quando uma já está congelada significa que as outras estão quase congeladas (pode durar até 1h20). E está na hora de fazer a experiência!

4 Quando as garrafas estão prontas, coloca um pouco de gelo num prato. Abre a garrafa e despeja pouco a pouco a água em cima do gelo.

Atenção várias tentativas podem ser necessárias, e é por isso que é importante pôr não 1, mas 4 garrafas no congelador. Cada vez que experimentas com uma nova garrafa de água, muda o gelo.

Conclusão: Se a experiência correr como desejamos, quando deitares a água da garrafinha sobre o gelo, vais ver que a água vai tornar-se gelo também! Incrível!

EXPLICAÇÃO.

A água gela a partir de 0°. A explicação está no fato de que, mesmo abaixo de 0°C, a reação de congelamento da água não inicia espontaneamente: ela precisa de uma perturbação para iniciar. Essa perturbação pode ser uma vibração, uma impureza, um choque térmico, etc. Aqui, foi uma diferença de temperatura com o gelo que se encontrava no prato.





Raphaëla Verde

O QUE É O DESPERDÍCIO ALIMENTAR?

O desperdício alimentar é o fato de deitar fora alimentos que ainda podem ser consumidos. No mundo, um terço da comida produzida acaba por ir para o lixo.

Este desperdício começa desde a produção dos produtos.

Os **supermercados** querem colocar nas prateleiras belos produtos tais como tomates redondinhos ou fruta brilhante sem deformações! Os **produtores** são assim obrigados a fazerem uma escolha: durante **a seleção os frutos e os legumes** que apresentam um mínimo defeito são rejeitados e acabam no caixote do lixo, mesmo tendo igual qualidade. É a mesma coisa com os **alimentos** com prazo para consumo, são automaticamente **retirados das prateleiras**.

Mas antes de serem deitados fora são pulverizados com **um produto tóxico** para evitar que sejam recuperados por pessoas à saída das lojas e supermercados. **Esta ação é obrigatória** porque, se alguém ficar doente, os responsáveis são os diretores dos supermercados.

Quais são as consequências deste desperdício?

Antes de mais são económicas. O dinheiro gasto para produzir esses alimentos é desperdiçado, e esse desperdício tem consequências para o meio ambiente porque todo esse lixo vai ter que ser tratado! Transporte, aterro ou mesmo reciclagem são atividades que exigem muita energia, e isso tem um custo para o meio ambiente.





Como não desperdiçar tanto?

Os governos querem que as lojas promovam porções individuais. Os produtos que não são vendidos nas lojas ou supermercados também podem ser recuperados por instituições de caridade. Existem também soluções para desperdiçar menos comida em casa. Um bom exemplo é fazer uma lista de compras e comprar apenas a quantidade de produtos que realmente necessitamos. Também é necessário adotar bons hábitos alimentares, na cantina ou em casa, não tenhas olhos maiores que a barriga! Coloca no prato a quantidade que sabes que terminarás. Também é importante aprender a conservar alimentos. Por exemplo, para as bolachas não ficarem moles tão depressa, coloca-as numa caixa bem fechada.

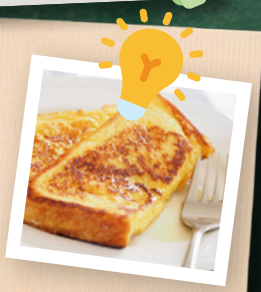


Sabias que...

A Cada ano, 1,3 milhares de toneladas de alimentos são deitados para o lixo ou perdidas antes mesmo de serem consumidas! Os alimentos mais desperdiçados são os frutos e os legumes.

B Só na Europa, cada ano deita-se o equivalente do que poderia alimentar 1 bilião de pessoas! Somos 7 biliões de habitantes no planeta! Os países que mais desperdiçam são a Holanda e o Reino Unido.

Ideias simples e geniais!



Muitos vezes, no final das refeições, ficam algumas fatias de pão. Em vez de as deitarmos fora, podemos rapidamente transformá-las num lanche delicioso. Para isso, basta molhá-las num pouco de leite misturado com açúcar e um ovo, levá-las a dourar numa frigideira com óleo ou azeite e assim obtém-se umas deliciosas rabanadas!

Sandrine Da Fonte

Natal Jazz !

Autor/Compositor : Noël Colombier
Adaptaçao portuguesa : Sou Alam

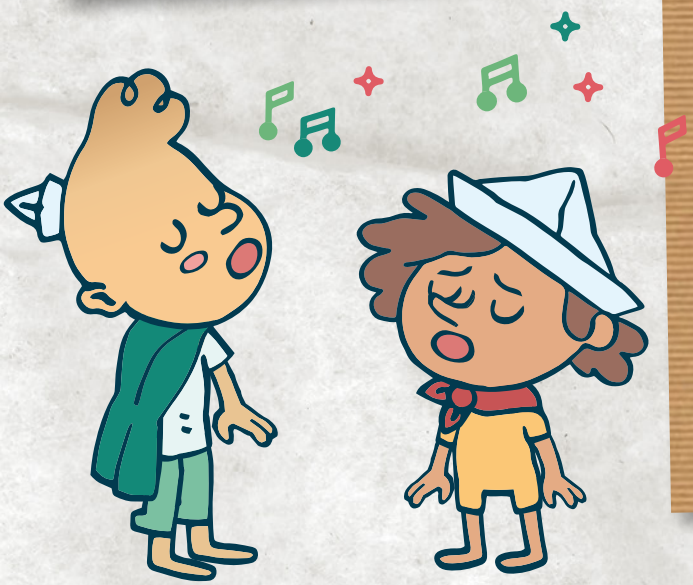


Natal é este ritmo de jazz
Que nos prende de vagarinho
Com o som lindo do contrabaixo
Assim que um coraçao de menino

Sobre esse ritmo de festa que é o Natal !
Com as estrelas na testa, Ô Natal !
Cantaremos o celeste Natal !
Natal ! Natal ! doubidouwaaah !

Natal é este ritmo de jazz
Que nos prende de vagarinho
Com o som lindo do contrabaixo
Assim que um coraçao de menino

Sobre esse ritmo de festa que é o Natal !
Com as estrelas na testa, Ô Natal !
Cantaremos o celeste Natal !
Natal ! Natal ! doubidouwaaah !



Sou Alam

Cantor franco-português, nascido em Fontainebleau e formado em Paris na École Normale de Musique e na ATLA - Village des Musiques. Sou Alam canta em português e mirandês, os temas das suas músicas têm como base o seu país de origem, Portugal. Muitas iniciativas foram criadas pelo cantor, principalmente durante o confinamento, como encontros webinários com a associação "L'Oasis Des Familles", destinados ao público infantil.

Esta canção "Natal Jazz !" fará parte de um dos projetos que unem a Cap Magellan e Sou Alam. Por enquanto, que tal aprender a letra?

Sem prenda

Sem grande ânimo andava eu pelas ruas da cidade. Tantas luzes, tanta buzina e a lua já ia alta. Frio não estava, só um ventinho da época, afinal acabávamos de entrar no inverno. Passava de loja em loja mas nada me inspirava, acho que este ano a minha mãe iria ficar sem prenda. Restava-me apenas um dia para encontrar "o presente" que neste Natal iria aquecer-lhe um pouco o coração e apagar a solidão.

Nesse fim de dia rapidamente desisti da minha busca. O curso de inglês tinha acabado às 18h e estava um pouco cansado. Acabei por ir para casa.

Mal entrei pelo corredor adentro, cheirou-me logo a caldo verde. Estava a minha mãe, como todos os dias, a preparar o jantar.



- Como correu a aula filho?

- Nada de especial, continuo sem saber falar inglês, se é o que queres saber.

- Filho, que desânimo é esse? Ninguém nasce mestre. Com tempo lá chegarás. Olha que o 7° ano é conhecido por ser difícil! Vai lavar as mãos e chama a tua irmã que vamos jantar.

Entrei no quarto, a Carminho estava de costas sentada no chão à volta de pedaços de papel e lápis de cores.

- És tu, que susto! Estou a acabar a prenda de Natal da mamã. O que achas?

- Vamos jantar, anda daí.

Com apenas 6 anos, a minha irmã estava a confeccionar a prenda da mãe e eu nada.

Sentados à mesa, a minha mãe tentou desdramatizar a consoada deste ano.

- Amanhã não vou conseguir fazer o tradicional jantar de Natal. Com a avó em casa do tio, fico sem ajudante! O papá vem buscar-vos logo na manhã do dia 25, talvez passem por casa da vossa avó Matilde. As filhoses dela não valem as da minha mãe mas não são nada más!

Ficamos em silêncio. A Carminho pouco percebia desta nova situação. A separação dos nossos pais tinha acontecido apenas há um ano e este seria o primeiro Natal sem o papá. Nem os avós estariam porque este ano a consoada calhava em casa do filho, o nosso tio Gonçalo.

- Mesmo assim, ao sair do escritório vou passar pela churrasqueira comprar um bacalhau já feito. Gustavo, poderás ir buscar a Carminho aos ateliês de tempos livres? Receio não chegar a horas.

- Claro mãe, não há problema.

Fui deitar-me mais culpado ainda, a minha mãe esforçava-se tanto. Peguei no tablete e dei uma olhadela na Amazon sem sucesso. Adormeci com aquela sensação de desconforto que sentia desde a saída do papá de casa.

De manhã senti um beijo na testa e as últimas recomendações para o dia. A porta bateu e as duas saíram.

Quando finalmente consegui sair de debaixo do edredom, tomei um pequeno almoço rápido e saí sem rumo.

- Bom dia Gustavo. Onde vais assim tão cedo?

- Bom dia senhor Joaquim, estou sem muito sono e tenho uma compra importante para fazer.

- Ai sim? Será para o Natal?

- Tenho que comprar um presente para a minha mãe e não tenho ideia nenhuma.

- Ia agora comprar o jornal, anda comigo talvez encontres alguma coisa na papelaria.

Lá fui com o vizinho. Conheço-o desde sempre e sempre me pareceu um idoso um pouco triste mas amoroso. Enviuvou há três décadas e não tem filhos. É um grande leitor e amador de poesia.

Na papelaria nada me cativou, nem conjuntos de papel de carta, nem livros românticos. Saí de cabeça baixa. Na rua, cruzámos com a senhora dona

Maria, porteira do nosso prédio. Deu-me um beijo e um abraço, como faz sempre, e perguntou-nos o que andávamos os dois a fazer.

Depois de eu explicar a razão pela qual estávamos ali, a dona Maria convidou-nos a segui-la até ao mercado. Queria fazer umas filhoses para a sua consoada mas faltava-lhe abóbora.

- O mercado é um lugar mágico, talvez encontres algo que te agrade.

Lá fomos os três.

Andei por entre os corredores. Risos, slogans, gritos, bacalhau, carne, legumes, realmente tudo se ouve e tudo se vê num mercado! Comi frutos secos, provei chá de canela e os meus olhos deliciaram-se com os bolos-reis. A dona Maria lá comprou abóbora e mais meio quilo de tangerinas.

- Então Gustavo, este lugar cheio de vida não te inspirou?

Acenei que não e lá saímos do mercado. O Joaquim, com o jornal debaixo do braço e a dona Maria com a fruta no cesto de verga.

Ao entrarmos para o prédio, agradeci a dona Maria e deixei o senhor Joaquim à porta dele. Ambos me desejaram uma boa tarde e um feliz Natal antecipado. Era hora de almoçar.

Aqueci o resto do caldo verde da véspera e liguei a televisão. Passei a tarde a ver filmes de Natal e quando chegaram às 17 horas, saí para ir buscar a minha irmã.

Regressámos a casa com uma última decoração de reciclagem feita nos ateliês de tempos livres. Orgulhosa, a Carminho colocou-a no pinheiro já muito decorado por ela!

A minha mãe chegou a casa cansada, mas com um sorriso. Tomámos banho, vestimo-nos e começámos a preparar juntos o jantar ao som da tradicional 'Noite feliz'.

Passámos para a mesa já com alguma fome. Mal começámos, tocou a campainha.

- Boa noite senhora dona Maria, como está? As duas mulheres cumprimentaram-se.

- A Dona Lurdes trouxe-lhe uns docinhos. A abóbora que comprámos esta manhã com o Gustavo era fresquinha, as filhoses estão deliciosas. Disse a porteira com orgulho.

- Obrigada, não era preciso. Os seus netos? Estão lá em baixo?

- Este ano infelizmente estou sozinha, a malta nova agora viaja, não há cá tempo para visitar idosos!

- Faça-nos então a honra de jantar connosco. A mesa não está muito cheia, mas onde jantam três, jantam quatro.

E a noite começou logo a ser mais animada. A dona Maria é engraçada. Com a sua presença até as luzes do pinheiro começaram a brilhar mais.

Tocou a campainha mais uma vez. Desta, abri eu.

Num tom firme e eloquente, um poema natalício de Miguel Torga começou a ser recitado no patamar da porta. O nosso vizinho, meio envergonhado, entrou a convite da minha mãe, afinal, onde cabem quatro, cabem agora cinco. Os avós ausentes tornaram-se os vizinhos presentes.

Foi um Natal diferente e os sorrisos repetidos da minha mãe testemunharam disso. Quando um pouco envergonhado lhe confessei que não tinha encontrado prenda para ela, ela simplesmente deu-me um beijo na testa e disse:

- A alegria e o convívio voltaram a esta casa por uma noite, não poderia ter recebido melhor prenda.

Sandrine Da Fonte



Brigadeiros

Pequenos grandes cozinheiros, e que tal viajar até ao Brasil através do paladar?

Grau de Dificuldade: Fácil
Tempo Preparação: 10 Minutos
Tempo de Congelamento: Uma hora

Ingredientes

- Lata de leite condensado
- Colheres de sopa de chocolate em pó
- Colher de sopa de manteiga
- Óleo para untar
- Chocolate granulado

Instruções de preparação

1. Num tacho anti-aderente, coloca o leite condensado, o chocolate em pó e a manteiga
2. Leva o tacho ao lume, mistura bem e deixa cozinhar, mas atenção, em lume brando, por volta de 10 minutos sem parar de mexer
3. Quando vires que a massa começa a descolar do fundo do tacho, retira. Coloca o preparado num prato untado com óleo e deixa arrefecer
4. Com as mãos untadas, faz bolinhas médias e em seguida, passa as bolinhas pelo chocolate granulado
5. Coloca os brigadeiros em formas de papel frisado e está pronto a ser degustado

Sophie Abreu

LIVROS RECOMENDADOS



O PEQUENO PRÍNCIPE

De Antoine de Saint-Exupéry

Este livro conta a história do Principezinho, um menino que vive num asteróide, com os seus vulcões em miniatura, a sua rosa vermelha e que usa um longo cachecol. Porém, certo dia, ele decide abandonar a flor que ele tanto gosta e parte à descoberta do mundo que o rodeia. Durante a sua aventura, vai conhecendo diversos planetas até que alcança a Terra, o mais intrigante de todos.

DISCURSO DO URSO

De Julio Cortázar

Trata-se de um livro juvenil onde tudo é possível. Um urso que vive na sombra dos homens e os observa. Neste livro consegues, ter uma visão exterior da humanidade para poderes pensar no que fazemos.



TIO FLORES: UMA HISTÓRIA ÀS MARGENS DO RIO SÃO FRANCISCO

De Eymard Toldeo

O pequeno Eduardo quer ser costureiro como o seu Tio! Vive numa pequena cidade do Brasil, perto do rio São Francisco. O seu tio ensina-lhe os segredos da profissão. Inspirada em histórias reais vividas na região do rio São Francisco, a autora conta a história de dois familiares, que no passado tentaram encontrar uma solução para continuar a trabalhar frente à concorrência.



OLLIE AND MOON SHOW

Juntos, viajam pelo mundo, descobrem novos personagens e aprendem a adaptar-se às diferentes culturas. A cada episódio, um novo país é visitado pela dupla: a vontade de comer um gelado leva-os a Itália, o interesse por queijos fá-los desembarcar em Paris e, em busca do perfume das flores, chegam à Holanda.Para ver este programa visita o site do canal panda :

canalpanda.pt/series







MÚSICA: RUBEL

Rubel é um cantor, compositor e músico brasileiro. Em setembro de 2018 o álbum Casas recebeu nomeação ao Grammy Latino na categoria Melhor Álbum de Rock ou Música Alternativa em Língua Portuguesa. Escuta as suas músicas e o seu estilo suave, que captou a nossa atenção!

Carla Oliveira & Ana Rita Fernandes

Iniciamos este mês a volta das livrarias e editoras portuguesas especializadas em literatura infantil. O panorama português tem andado a mudar bastante esses últimos anos, tornando Portugal um dos maiores países europeus nesta área, cuja oferta pulula.



Qual era o contexto em relação à literatura infantil e ilustrada em Portugal quando começaram a vossa atividade de editora?

As edições Orfeu Negro nasceram em 2007 e, em 2008, criei a Orfeu Mini, a coleção de Livros ilustrados para miúdos e graúdos. O universo da ilustração e da publicação de álbuns começou a tornar-se mais visível há cerca de uma década, com o Orfeu Mini, o Planeta Tangerina, a Kalandraka, a Bruaá, o Pato Lógico... Os leitores mais pequenos, e não só, pois os adultos também gostam dos chamados livros para crianças. A nossa BAOBÁ livraria abriu há 3 anos e o mercado não tem mudado significativamente, desde então.

Qual é a situação da literatura infantil em Portugal em relação ao resto da Europa?

Eu prefiro falar em álbum ilustrado, que é o nosso foco na Orfeu Mini, e não de literatura infantil. Aliás, uma das questões no nosso país é a falta de novos escritores, de autores, de narrativas para álbum, pois temos uma grande variedade de ilustradores e cada um melhor do que o outro. Na Feira Internacional do Livro Infantil de Bolonha, a maior feira de profissionais na área da ilustração editorial para crianças, Portugal continua a dar cartas e a ser procurado pela sua frescura, qualidade e originalidade. Em 2019, a Orfeu Negro recebeu o Prémio de Melhor Editora Infantil Europeia na Feira de Bolonha.

Quais são as editoras que vendem na vossa livraria? Como escolhem os livros?

CARLA: A BAOBÁ oferece aos seus leitores uma linha muito contemporânea, entre a ilustração e o design gráfico, sobre temas variados, das artes às questões de género, das viagens aos valores humanistas, albergando histórias de todo o mundo e em várias línguas. Os livros são escolhidos de acordo com os nossos gostos, interesses e linha curatorial.

ANA RITA: Não creio que haja uma receita para um "bom" álbum. Até porque vistas todas as regras e revistos todos os parâmetros, ainda sobra o não mensurável. Claro que numa livraria há sempre o cliente e a variedade da representação a ter em conta. O que não quer dizer que se sacrifique a qualidade!

Como nasceu o projeto de livraria depois da editora? Qual foi a motivação para abri-la?

Já tínhamos experimentado abrir uma livraria temporária aqui em Campo de Ourique no Natal de 2014. Correu muito bem e ficou o bichinho. Em 2017 a BAOBÁ tomou forma, depois de a Ana Rita ter aceite o convite para vir trabalhar connosco e de termos encontrado uma loja com alma convidativa.

Há vários eventos a decorrer na livraria, qual é a vossa "ideia diretora" em relação à programação?

A livraria faz uma articulação entre a sua oferta em termos de livros e as atividades em torno dos mesmos. É uma livraria de bairro, um ponto de encontro de leitores, de autores e de contadores de histórias. Recebemos também ilustradores, organizamos exposições e formações, levamos a cabo oficinas para miúdos e graúdos, tudo gira em torno do livro e das suas múltiplas possibilidades. Tácteis, literárias, sonoras, plásticas, teatrais. Prolongamos a vida dos livros, reforçando os laços da comunidade.

FICHA TÉCNICA

Edições Orfeu Negro :
orfeunegro.org
Rua Silva Carvalho, n.º 152 – 2.º
1250-257 Lisboa | Portugal

E livraria Baoba:
orfeunegro.org/blogs/baoba-livraria
Rua Tomás da Anunciação, n.º 26B
1350-327 Lisboa | Portugal

Inês d'Almeÿ - Inesdalmey.com
Entrevista realizada antes da crise sanitária de 2020

O mapa da lusofonia



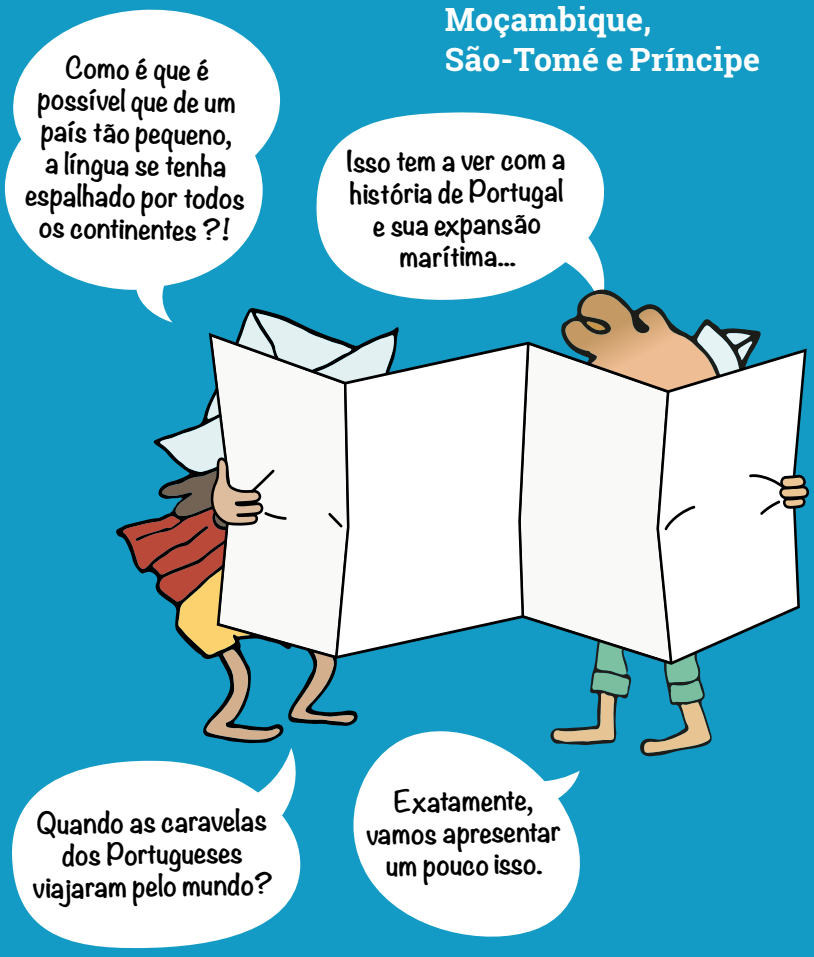
O QUE É LUSOFONIA?

É o conjunto de identidades culturais, regiões, países e comunidades ligadas à locução do português. Reúne comunidades nos 4 continentes:

- **Na Europa:** Portugal
- **Na América:** Brasil
- **Na Ásia:** Macau e Timor Leste
- **Na África:** Angola, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Guiné Equatorial, Moçambique, São-Tomé e Príncipe

SABIAS QUE... ?

- O português é a sexta língua mais falada no mundo.
- É a língua mais falada no hemisfério sul e 51% da América do Sul fala português.
- O português pertence à família das línguas indo-europeias.
- + de 250 milhões de pessoas falam a língua portuguesa, entre as quais cerca de 185 milhões como língua materna.
- Estima-se que em 2025, a população lusófona do mundo tenha crescido em 50%.



Poster

1-PORTUGAL

• **Lema :** Esta é a ditosa Pátria minha amanda • **Capital :** Lisboa
• **Moeda :** Euro • **População :** 10.000.000 habitantes

Um pequeno território na ponta Oeste da Europa acompando por dois arquipélagos situados no Oceano Atlântico, Portugal é o país mais ensolarado da Europa. Com mais de 300 dias de sol por ano, uma gastronomia de deixar água na boca só de falar nela, tem ainda umas praias incríveis ao longo de uma costa com 943 km !



Lisboa



2-ANGOLA

• **Lema :** A união faz a força
• **Capital :** Luanda
• **Moeda :** Kwanza
• **População :** 32.000.000 habitantes

No sudoeste africano, a República de Angola faz fronteira com o oceano Atlântico. A cozinha angolana é uma mistura de tradições. Geralmente muito picante para quem não está habituado, a cozinha angolana é deliciosa. Prato tradicional muito antigo : fungee, feito de mandioca ou farinha de milho, acompanha frango, carne ou peixe.



Luanda











Brasilia



3-BRASIL

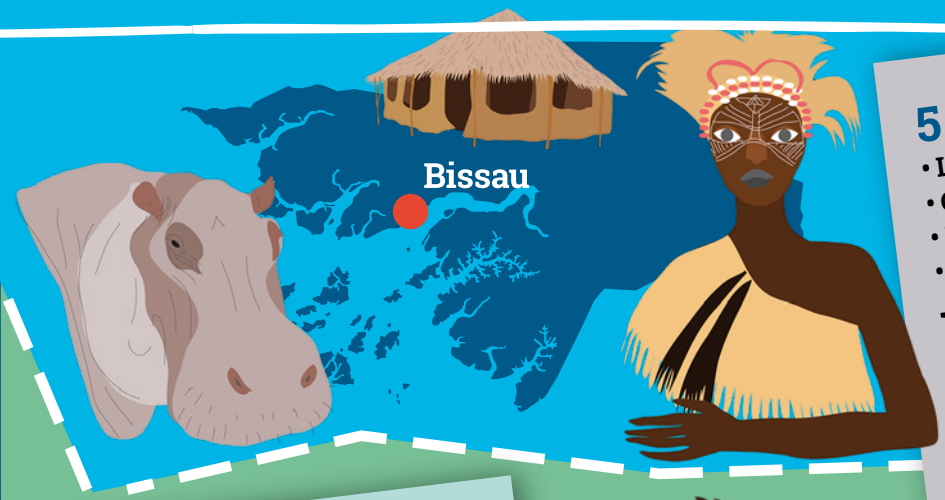
• **Lema :** Ordem e Progresso
• **Capital :** Brasília
• **Moeda :** Real
• **População :** 210.000.000 habitantes

O Brasil é um país localizado no subcontinente da América do Sul. O território brasileiro é banhado pelo oceano Atlântico. E o quinto maior país do mundo! Em razão da dimensão territorial, existem no país quatro fusos horários diferentes.

4-SÃO-TOMÉ E PRÍNCIPE

• **Lema :** Unidade, Disciplina, Trabalho
• **Capital :** São Tomé
• **Moeda :** Dobra
• **População :** 211 122 habitantes

A república democrática de São Tomé e Príncipe é um arquipéago constituído por duas ilhas de origem volcânica que deliciam todos os turistas que as visitam. Com as paisagens magníficas e paradísiacas que dão mão a uma gastronomia tradicional e carregada de sabores intensos, São Tomé e Príncipe é um local orgulhosamente cheio de cultura nacional !



5-GUINÉ BISSAU

- **Lema :** Unidade, Luta, Progresso
- **Capital :** Bissau
- **Moeda :** Franco CFA
- **População :** 1.800.000 habitantes

Este país está situado em África Ocidental. Neste país existem várias reservas naturais que possuem uma rica variedade de fauna protegida. É um dos centros mais importantes para observação de aves em todo o mundo, principalmente na área de Cacheu onde já se identificaram 248 variedades de aves !

6-MOÇAMBIQUE

- **Lema :** Pátria Amada
- **Capital :** Maputo
- **Moeda :** Metical
- **População :** 30.000.000 habitantes

Moçambique é um país muito rico, por um lado, em terra e mar e, por outro, na flora e fauna. Existem três tipos de ecossistemas diferentes : densas áreas florestais nas partes superiores do norte e centro do país, florestas e savanas no sul e manguezais ao longo da costa. As principais espécies de animais são os elefantes, leões, leopardos, guepardos, hipopótamos, antílopes, tartarugas, macacos e diversas espécies de aves.





7-GUINÉ ÉQUATORIAL

- **Lema :** Unidade, Paz, Justiça
- **Capital :** Malabo
- **Moeda :** Franc CFA
- **População :** 1.309.000 de habitantes

A Guiné Equatorial tem a sua cultura baseada nos antigos ritmos e nas antigas canções do país. No entanto, na ilha de Bioko, onde se encontrava antiga a capital foi muito influenciadas pelos usos, costumes e tradições dos ocupantes espanhóis durante todo o período colonial. Música até não mais !



8-MACAU

- **Lema :** Não tem, apenas tem um hino "Marcha dos Voluntários", o mesmo da Repóblica Popular da China
- **Estatuto Político :** Região administrativa especial de Macau na República Popular da China
- **Moeda :** Pataca
- **População :** 632 000 habitantes

Macau é constituído por uma península e duas ilhas situadas na costa meridional da República Popular da China. Um dos melhores destinos para fazer turismo com imensos locais para visitar como: a Igreja de São Paulo, o farol de Macau, a Torre de Macau, "The Venetian", "Senado Square", Templo de A-ma, e muitos outros !



9-CABO VERDE

- **Lema :** Unidade, Trabalho, Progresso • **Capital :** Praia
- **Moeda :** Escudo caboverdiano
- **População :** 585.000 habitantes

Cabo Verde está localizado a cerca de 450 km da costa ocidental africana. É um arquipélago formado por dez ilhas vulcânicas. Este país está em pleno oceano atlântico, não tem fronteiras com nenhum país. A língua oficial é o português e o crioulo caboverdiano. Cesária Évora grande cantora cabo verdiana cantava muitas músicas em crioulo. Se não conheces, descobre!

Victor Soares, Raphaëla Verde, Joana Carneiro

Ilustrações : Joela Visniec

Praia

Dili

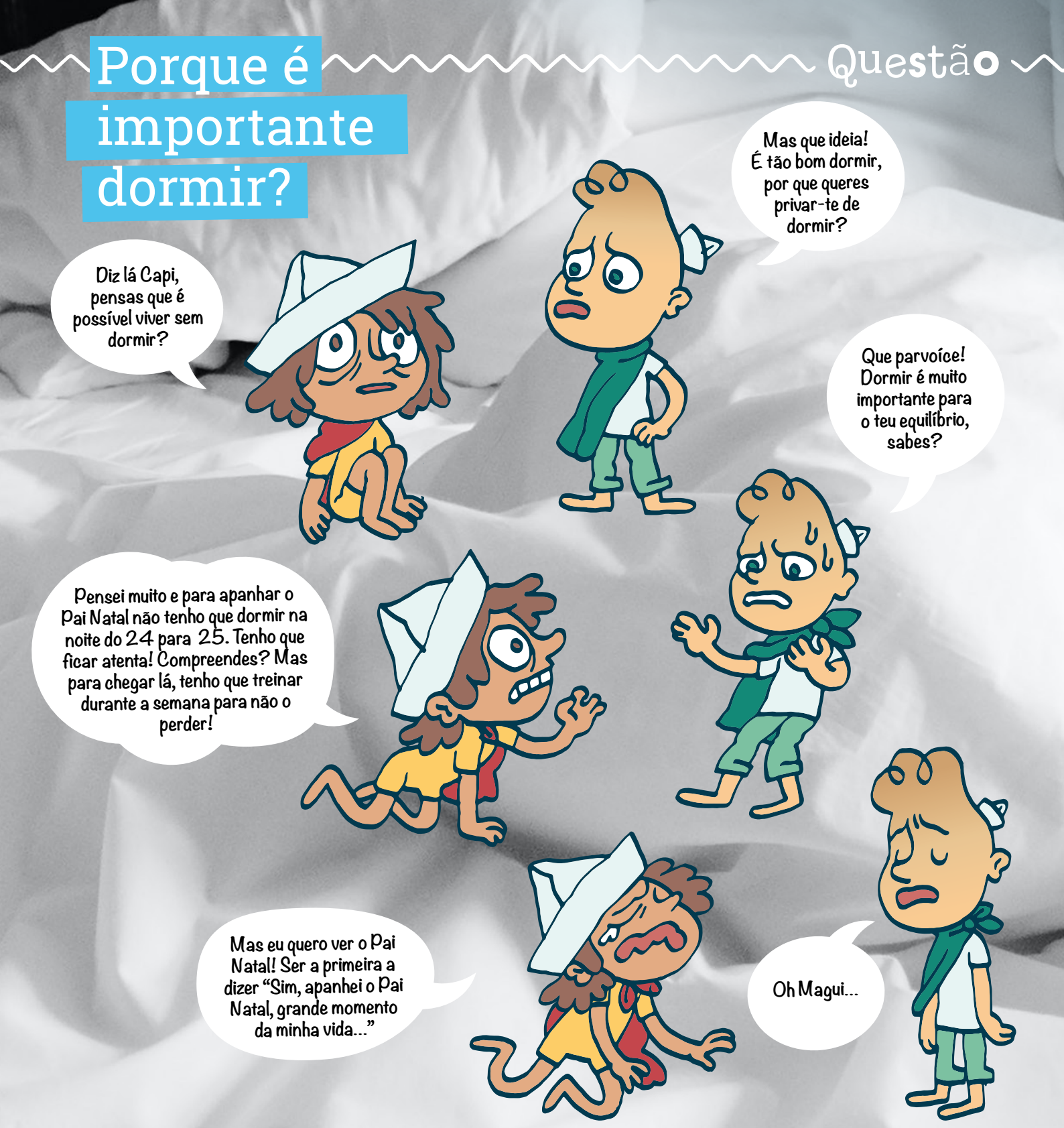


10-TIMOR LESTE

- **Lema :** Unidade, Acção, Progresso
- **Capital :** Dili
- **Moeda :** Dólar americano
- **População :** 1.300.000 habitantes

Timor Leste é um país da Ásia do sudeste. Existe neste país uma ilha dos dragões : a ilha de Komodo! Não são dragões como imaginas... Que pena... É uma ilha onde a uma espécie chamada dragão de Komodo habita. Esta é a maior espécie viva de lagarto, com um comprimento médio de 2 a 3 metros e pesa de cerca de 70 kg.

Porque é importante dormir?

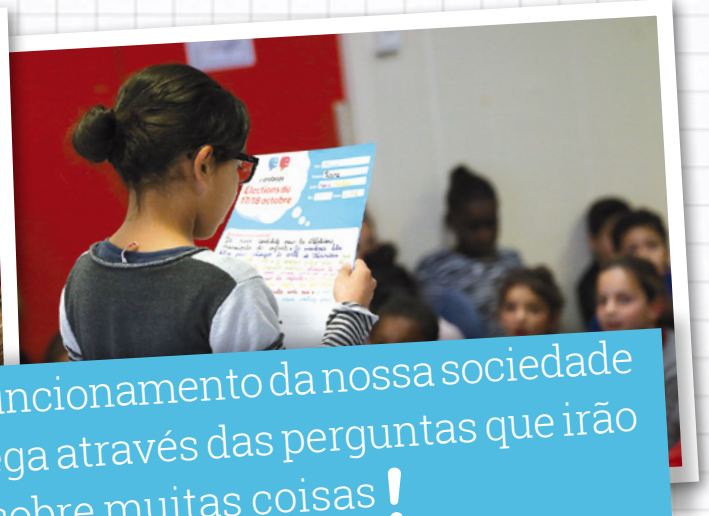


Sem dormir, não tens mais força nem energia para ser ativo durante o dia. Pessoas que não dormem durante muito tempo, perdem peso, a noção do tempo e estão sempre de mau-humor. É durante o sono que o corpo recupera as energias, otimiza o metabolismo e regulariza a função das hormonas fundamentais para o seu funcionamento, como é o caso do hormona do crescimento. Sem sono, as tuas capacidades intelectuais são reduzidas e não podes aproveitar o dia e brincar com os teus presentes!

Raphaëla Verde

10 PERGUNTAS SOBRE A CIDADANIA ...





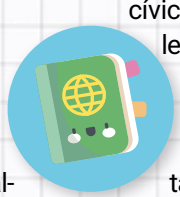
Queres aprender mais sobre o funcionamento da nossa sociedade e sobre o teu papel nela? Navega através das perguntas que irão esclarecer a tuas questões e descobre muitas coisas !

1 O que significa ser um cidadão?

A palavra cidadão vem do latim "civitas" que significa a cidade. O cidadão vive num território, numa cidade ou num país e tem o dever de conhecer as suas leis. Ele é uma pessoa que está sob a proteção e autoridade de um Estado, do qual pertence.

Ele goza de direitos cívicos e políticos e deve cumprir deveres (por exemplo, pagar impostos, respeitar as leis, cumprir os seus deveres militares, ser jurado do Tribunal...).

2 Quando é que nos tornamos um cidadão francês?



Para ser cidadão francês, há algumas condições. A primeira é ter a nacionalidade francesa. Podes obtê-la se nasceste França e ambos os teus pais são franceses, caso contrário, podes obtê-la casando-te com uma pessoa francesa ou solicitando-o à câmara municipal. Em França tornas-te cidadão aos 18 anos de idade, quando atinges a maioridade!

As pessoas com mais de 18 anos, que têm nacionalidade francesa, são portanto cidadãos franceses. E um dos seus deveres como cidadãos é ir votar! Caso se tenham registado para votar, podem escolher o Presidente da República.

3 Quais são os deveres de um cidadão?

Este estatuto confere direitos, mas também deveres na vida quotidiana. Assim, o cidadão tem direitos cívicos concedidos por um país àqueles que vivem sob suas leis, como o direito de ensinar ou o direito de ser eleito. Mas este também tem deveres. Deve conhecer e respeitar as leis do seu país, o que permite que todos os habitantes vivam juntos. Entre esses deveres, todo cidadão deve ir votar porque, mesmo que de acordo com a lei, o direito de voto não seja uma obrigação, é o que se chama um dever moral ou cívico.

4 Quais são os poderes do Presidente da República Francesa?

O primeiro homem do estado tem poderes importantes. Este estatuto vem do sufrágio universal, ele é eleito por 5 anos por todos os adultos franceses. Este modo de sufrágio cria uma forte ligação com o eleitorado e estabelece a autoridade do presidente.

Ele é o chefe dos exércitos, decide sobre as ações a serem tomadas, nomeia as figuras importantes do Estado e assina tratados internacionais. O seu papel está definido na constituição da quinta república.



5 Quais são os valores da República Francesa?

Secularismo: tem sido uma regra no nosso país desde 1905. Diz que todos são livres de escolher a sua religião ou de não ter nenhuma. As crenças de todos devem permanecer em casa, na vida privada.

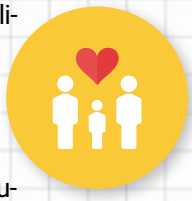
Democracia: como já dissemos, em França, os cidadãos adultos têm o direito de votar para escolher os seus representantes políticos.

Liberdades: O direito de reunião, de expressão, de imprensa... os franceses têm muitas liberdades.

Direitos Humanos: É dito que "a França é o país dos direitos humanos". Estas liberdades estão consagradas na Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão, de 1789. Os países do mundo foram inspirados por este texto para criar a Declaração Universal dos Direitos Humanos em 1948.

O lema: Liberdade, igualdade e fraternidade

6 Quais são os principais princípios da República Portuguesa?



Portugal é uma República soberana, baseada na dignidade da pessoa humana, na vontade popular e empenhada na construção de uma sociedade livre, justa e solidária.

O lema: O bem da nação

7 O que significam as cores e os diferentes elementos da bandeira portuguesa?



- O vermelho é uma cor de força, coragem e alegria, que representa o sangue derramado pelos portugueses nas batalhas;
- O verde, a cor da esperança e do mar, foi escolhida em honra de uma batalha onde esta cor deu a vitória aos portugueses. Ao centro, sobre as duas cores, tem o Escudo das Armas Nacionais, e a Esfera Armilar Manuelina, em amarelo e avivada de negro. Simboliza as viagens dos navegadores portugueses pelo Mundo, nos séculos XV e XVI.

8 Pode alguém ser privado do direito de voto?

Uma das melhores coisas de se viver em democracia é que todos nós temos garantidos os direitos políticos e civis. Como tal, os detidos e condenados não podem ser privados deles, excepto por lei. Aqueles que não podem votar são aqueles que são menores, ou que não estão registados para votar...



9 Em que ano é que as mulheres obtiveram o direito de voto em França?



Durante muito tempo as mulheres não podiam votar, consegues imaginar? A 29 de Abril de 1945, as mulheres francesas puderam votar pela primeira vez. As mulheres foram excluídas dos direitos civis e lutaram pela igualdade com os homens, no direito de voto. Mas ainda subsistem desigualdades por corrigir.

10 Porque é que existe um dia da mulher?

A primeira razão é histórica - foi em 8 de março de 1917, que as mulheres russas obtiveram o direito de voto. Em França este direito foi promulgado muito mais tarde, antes de qualquer hipótese de uma mulher chegar ao poder político ou de se tornar presidente da república. Estes exemplos mostram que os direitos das mulheres ficam atrás dos direitos dos homens. 8 de março é uma oportunidade para refletir sobre como compensar esse atraso e alcançar a igualdade de direitos e oportunidades para todos, homens e mulheres. Em 1977, a Organização das Nações Unidas (ONU) declarou oficial o Dia Internacional dos direitos das Mulher.

Raphaëla Verde

BD

Capi & Magui à procura do pai Natal

Magui, não entendo, como é que o Pai Natal consegue entregar as prendas a todas as crianças ao mesmo tempo?

Txi, vais me dar cabo da paciência enquanto eu não te deixar expores as tuas teorias durante toda a noite, não é?

Uma rede secreta de chaminés

Os agentes do Pai Natal entregam as prendas com antecedência às famílias das crianças

Renas supersónicas

Duendes super bem treinados

Uma organização inacreditável

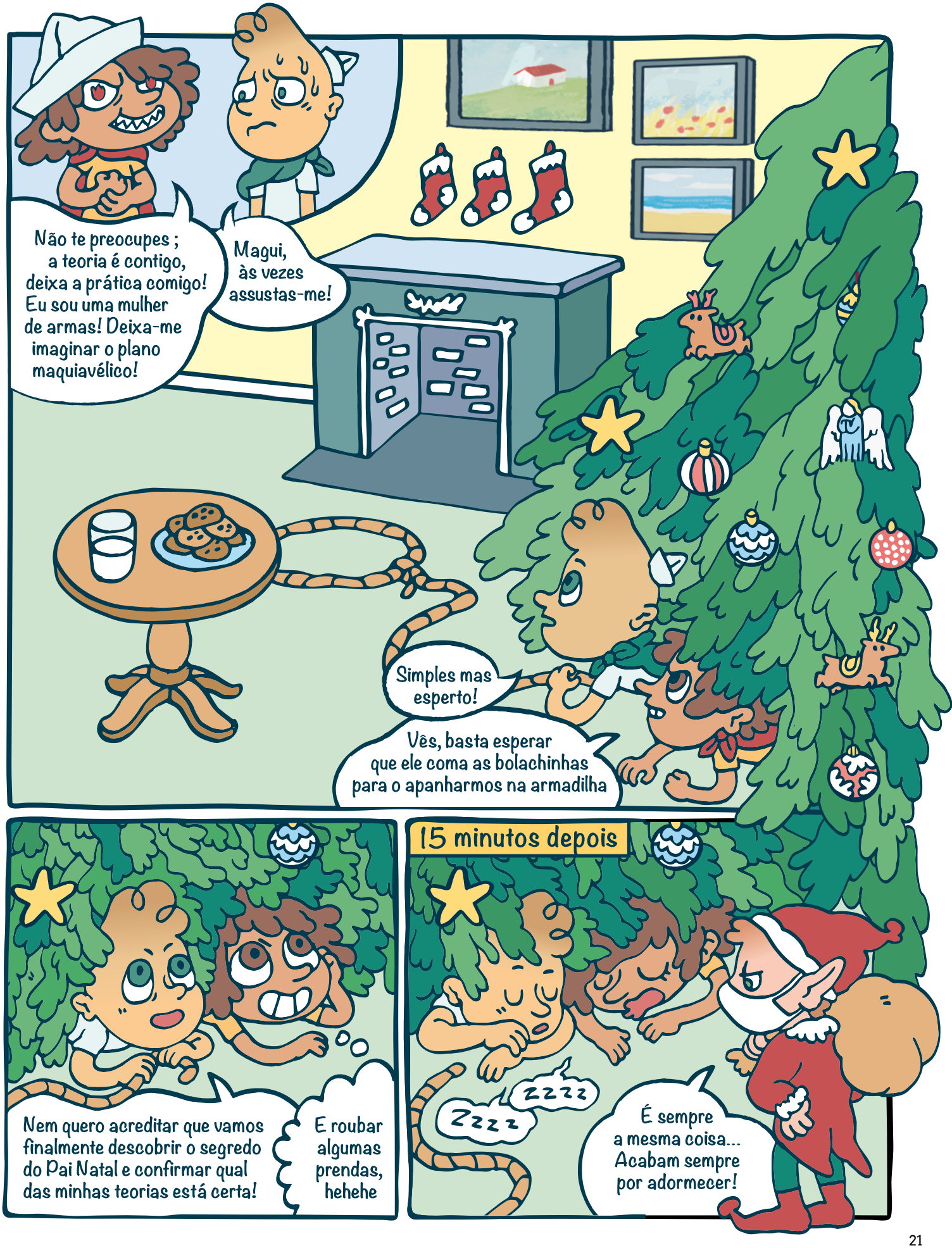
Viajar no tempo

Prendas aéreas

Bom Capi, isso é tudo muito bonito mas enquanto não perguntarmos ao Pai Natal, não sabemos a verdade! Temos que o raptar!

O quê?? Raptar o Pai Natal? Isso é de loucos!!! Como é que podemos conseguir isso?

Arte e cenário: Diane Ansault


Não te preocupes ; a teoria é contigo, deixa a prática comigo! Eu sou uma mulher de armas! Deixa-me imaginar o plano maquiavélico!
Magui, às vezes assustas-me!
Simples mas esperto!
Vês, basta esperar que ele coma as bolachinhas para o apanharmos na armadilha
Nem quero acreditar que vamos finalmente descobrir o segredo do Pai Natal e confirmar qual das minhas teorias está certa!
E roubar algumas prendas, hehehe
15 minutos depois
Zzzz
Zzzz
É sempre a mesma coisa... Acabam sempre por adormecer!

Jornalista, Reporter de imagens



EM QUE CONSISTE?

Se tens muita curiosidade, se nunca consegues ficar no teu lugar e se gostas muito de viajar, existe uma linda profissão para ti : **jornalista JRI repórter de imagens!**

O JRI realiza reportagens vídeo. No terreno recolhe imagens, som e entrevistas de pessoas reluciendo com o tema tratado na sua reportagem.

Pode ser uma reportagem sobre os animais da selva, como sobre as populações ameríndias do Brasil ou ainda sobre um conflito político!

Depende de onde trabalha.
Antes de captar os elementos essenciais através da sua câmara, o jornalista prepara o sujeito, organiza a sua viagem, contacta as pessoas importantes para levar a cabo a sua investigação.

Uma vez que recolheu todas as informações e imagens, ainda tem que montar o seu vídeo, ou seja, criar o seu filme escolhendo as imagens e as sequências que lhe interessam.

Parece ser muito trabalho não é? Na realidade, o jornalista repórter de imagens, pode ser ajudado por um redator que se ocupa das entrevistas no terreno e dos comentários, por um editor e um engenheiro do som que se ocupam de montar o filme e captar o som.

Tanto na cidade como no outro lado do mundo, este profissional da informação, adapta-se a todo tipo de situações. É um trabalho que requer uma grande implicação! Pode viajar durante meses para uma só reportagem! O jornalista repórter de imagens têm uma vida muito completa.

Os +

É uma profissão que te leva a viajar por todo o mundo. Aprende-se muito, sobre o mundo, os países onde vais, as pessoas que te rodeiam.... sobre o mundo e a atualidade! Não tens tempo de te aborrecer. Nessa profissão tena ser muito desenrascado. É o jornalista repórter de imagens que transmite as informações importantes a conhecer, está na primeira fila. Tens que ter em conta que pode ser perigoso sobretudo se o repórter intervém em situações de guerras.

Os -

A grande profissão de jornalista repórter de imagens é uma profissão muito solicitada. E é muito importante impor-se e fazer a diferença. Além disso o jornalista não trabalha de maneira contínua, ou é chamado para trabalhar sobre um tema ou é ele próprio que propõe um assunto. A câmara que tens que levar para filmar todas as imagens que precisas pode pesar até 15 kilos, tens que fazer desporto para aguentar esse peso!

Raphaëla Verde

O futuro da profissão :

Vamos sempre necessitar de jornalistas repórteres de imagens para captar diretamente imagens com o objetivo de informar a população sobre uma situação política, a história, tradições... Hoje, em dia na paisagem mediática, á video ganhou muita importância, e vai ser cada vez mais importante. Aproveite a oportunidade!

Formação depois do BAC :

- DUT informação-comunicação opção jornalismo
- Licenciatura professional em profissões da informação
- Licenciatura professional técnicas do som e da imagem
- Escola de jornalismo em 2 ou 5 anos

Site a consultar :

Existe uma organização que não depende do governo que se chama **Repórteres Sem Fronteiras**. O objetivo que tem essa organização é de defender a liberdade de imprensa no mundo e os jornalistas em perigo.

Cuanto se ganha :

€€€€€€

Entre 2 300 e 4 700 para um grande repórter. Se fazes reportagens de maneira independente, vai depender do sucesso do teu trabalho.

AMIGOS FALSOS

A maioria das palavras entre o francês e o português têm a mesma raiz, que é a raiz latina : Mas há palavrinhas que não têm o mesmo significado apesar de uma pronunciação muito parecida com a palavra francesa ... ***Vou dar vários exemplos :***

"Gato"
não significa "Gâteau"
mas "chat"



"Milhar"
não significa "milliard"
mas "mille"

"Mancha"
não significa "manche"
mas "tâche"



"Pele"
não significa "pelle"
mas "peau"



"Burro"
não significa "bourreau"
mas "âne" (l'animal)



"Despensa"
não significa "dépense"
mas "garde-manger"

"Viola"
não significa "violon"
mas "guitare"



"Legenda"
não significa "légende"
mas "sous-titre"



"Ombro"
não significa "ombre"
mas "épaule"

"Mais"
não significa "maïs"
mas "plus"

"Subir"
não significa "souffrir"
mas "monter"



"Russa"
não significa "rousse"
mas "russe"

"Pimenta"
não significa "piment"
mas "poivre"



"Pensamento"
não significa "pensement"
mas "pensée".



Raphaëla Verde

LENDA DE PEDRO E INÊS DE CASTRO

D. Pedro I foi o oitavo rei de Portugal e viveu no século XIV (1320-1367) onde reinou entre 1357 e 1367, o que lhe valeu ser chamado de "Justiceiro" ou de "Cruel". Estas "alcunhas", ou cognomes, têm a ver com uma triste história de amor que viveu quando ainda era príncipe. Tens curiosidade? Então lê a história de D. Pedro e D. Inês de Castro, uma das mais famosas histórias de amor do mundo, conhecida também como o conto de Romeu e Julieta português, com a diferença que as personagens principais desta triste história realmente existiram.

"TIRAR INÊS AO MUNDO DETERMINA, POR LHE TIRAR O FILHO QUE TEM PRESO, CRENDO CO SANGUE SÓ DA MORTE LADINA, MATAR DO FIRME AMOR O FOGO ACESO. QUE FUROR CONSENTIU QUE A ESPADA FINA, QUE PÔDE SUSTENTAR O GRANDE PESO; DO FUROR MAURO, FOSSE ALEVANTADA CONTRA HÛA FRACA DAMA DELICADA?"

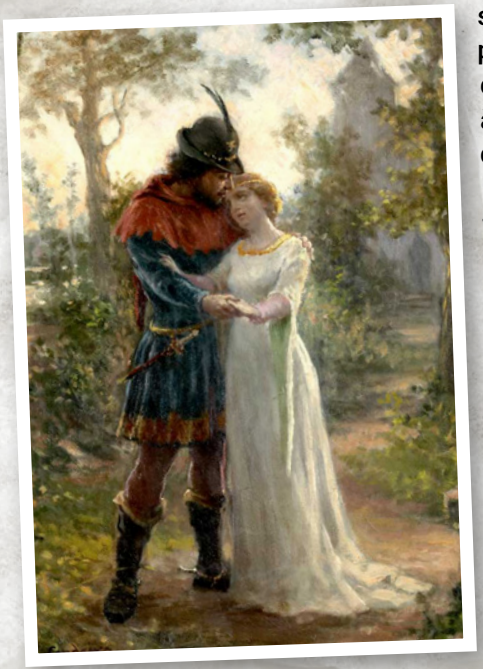
OS LUSÍADAS
CANTO III, 123

D. Pedro nasceu em Coimbra dia 8 de Abril de 1320 e era filho de D. Afonso IV, que teve muitas dificuldades durante o seu reinado, nomeadamente por causa de epidemias de peste negra e maus anos agrícolas que puseram o país em grandes dificuldades. Viveu também muitas guerras na conquista de África, por isso, o "Bravo" - da sua alcunha - queria muito agradar o seu povo.

Tudo começou com o casamento de D. Pedro com uma princesa espanhola, D. Constança. Nesta união, não existia amor entre os dois. Foi nessa altura que D. Pedro conheceu D. Inês de Castro, uma das aias (dama de companhia) de D. Constança, por quem ele se apaixonou perdidamente. Assim, os dois começaram uma longa história de amor, marcando encontros românticos nos jardins da Quinta das Lágrimas.



Esta ligação amorosa não foi nada bem-vinda pela corte, sobretudo pelo rei. Todos tinham medo de que D. Inês de Castro, filha de um Espanhol muito poderoso, pudesse ter má influência sobre o príncipe. De início, D. Afonso tentou afastá-los, proibindo D. Inês de Castro de viver em Portugal através do seu exílio forçado no castelo de Albuquerque, junto à fronteira portuguesa. Mas isto não resultou porque os dois pombinhos correspondiam com frequência e D. Pedro ia ter com a sua amada logo que se pudesse libertar da autoridade do seu pai.



Diz a lenda que os belos jardins da Quinta das Lágrimas em Coimbra eram o local onde D. Pedro colocava cartas de amor em barquinhos de madeira, para que as suas mensagens chegassem até ao abrigo onde D. Inês estava, pelas águas da fonte dos Amores, alimentada pelo rio Mondego. Diz-se que se casaram nesta altura, mas ninguém sabe de certeza.





Frente à preocupação crescente do rei D. Afonso IV e vendo que esta união era fonte de descrédito para ele porque via que o povo tinha medo da influência de D. Inês e, povo também descontente com as guerras e a fome que se viviam no reino, o rei decidiu tomar uma decisão radical para acabar com a história de amor. Assim se explica a decisão de D. Afonso IV de condenar D. Inês de Castro à sua morte, influenciado por dois conselheiros. Esta execução ocorreu depois de regresso de Pedro e Inês no Paço de Santa Clara, onde aproveitando a ausência do filho, D. Afonso IV mandou três dos seus homens executar D. Inês.

O local onde D. Inês foi morta, em Coimbra, é hoje conhecido como a Quinta das Lágrimas, lugar onde muitos casais se encontram. E, segundo a lenda, as lágrimas derramadas no rio Mondego pela morte de Inês teriam criado a Fonte das Lágrimas da Quinta das Lágrimas.

Depois da execução de D. Inês de Castro, D. Pedro revoltou-se contra o pai e declarou-lhe guerra. Felizmente, a paz voltou graças à rainha-mãe, que evitou a guerra entre pai e filho e ambos se perdoaram. Quando D. Pedro subiu ao trono, era muito cuidadoso com o povo, que gostava bastante dele. Mas uma das primeiras coisas que fez foi vingar a morte de D. Inês de Castro, executando de modo cruel os ex-conselheiros do pai: mandou arrancar-lhes o coração! Justificando-se dizendo que era assim que se sentia desde que D. Inês tinha morrido.







O mais estranho de toda esta história é que D. Pedro tornou D. Inês de Castro a rainha já depois de ela estar morta. Diz a lenda que a mandou desenterrar e obrigou toda a corte a beijar-lhe a mão, ou o que restava dela (porque D. Inês já tinha morrido há dois anos). Apesar de ter perdido o seu grande amor, D. Pedro voltou a casar-se e teve vários filhos, legítimos e ilegítimos. Dois deles chegaram a reis: D. Fernando e D. João I, Mestre de Avis.

Mandou depois construir o mosteiro de Alcobaça, onde fez um belo túmulo para D. Inês de Castro e mesmo em frente mandou construir o seu, onde foi enterrado em 1367, de modo a que os dois amantes ficassem um ao pé do outro para sempre.



SABIAS QUE...?

Esta lenda está contada nos Lusíadas. Este episódio lírico-amoroso foi contado pelo grande Camões para mostrar a força e o vigor do amor em Portugal. É relatado o assassinato de Inês de Castro. É narrado, em sua maior parte, por Vasco da Gama, que conta a história de Portugal ao rei de Melinde. Considerado um dos mais belos momentos do poema, é a um só tempo um episódio histórico e lírico.

Jenny Carneiro e Hélder Rodrigues

DESCOBRE PRATOS PORTUGUESES!

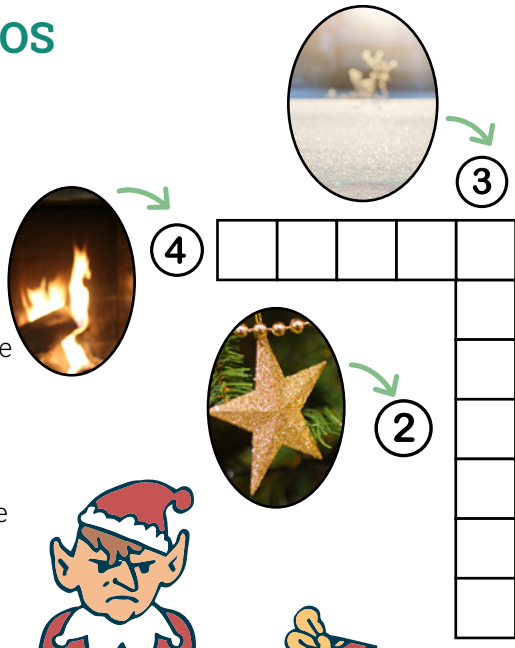
1. Não podes esquecer-te de escrever uma ao pai natal

2. Pode ser filante, mas também podemos pô-la em cima da árvore de natal

3. Estação que começa o 22 de dezembro

4. O Pai Natal desce por ela para deixar os presentes

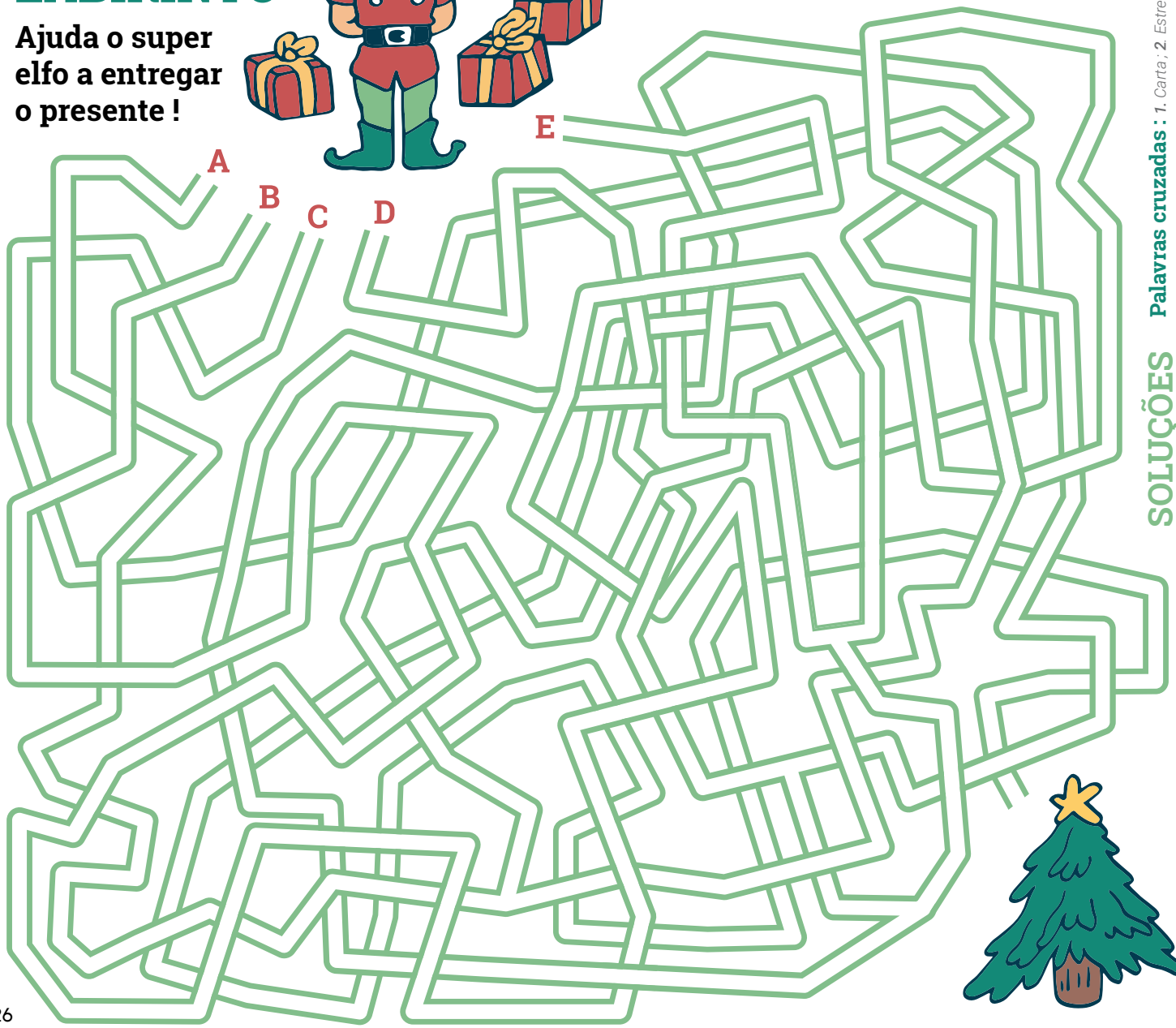
5. Dia em que tradicionalmente as crianças recebem prendas



LABIRINTO

Ajuda o super elfo a entregar o presente !





SOLUÇÕES

Palavras cruzadas : *1. Carta ; 2. Estrela; 3. Inverno ; 4. Chaminé ; 5. Natal* **Labirinto : c**

MINISTÈRE
DE L'ÉDUCATION
NATIONALE
ET DE LA JEUNESSE

Liberté
Égalité
Fraternité

COVID-19

LES RÈGLES DE CIRCULATION DANS MON ÉCOLE/ÉTABLISSEMENT



Je ne crée pas d'attroupements dans les couloirs.



Je respecte le sens de circulation indiqué.



Je me tiens à plus d'un mètre des autres, même en cas de croisement.



J'ouvre les portes sans toucher la poignée avec ma main.

GOUVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS

0 800 130 000
(appel gratuit)



Abonnez-vous au ***CAPMag Junior*** *et suivez* ***Capi & Magui****, les explorateurs de la lusophonie !*

ADHÉRER À L'ASSOCIATION CAP MAGELLAN ET RECEVOIR LE CAPMag Junior (édition de Pâques, d'Été, et de Noël) PENDANT UN AN

*Genre : ☐ Féminin ☐ Masculin ☐ Association ☐ Entreprise

*Nom : ..... *Prénom : .....

*Adresse : .....

*Ville : ..... *Code Postal : .....

*Téléphone : .....

*@ E-mail : .....

*Date de naissance : ..../..../..... Lieu : .....

Nationalité(s) : .....

Formation/niveau d'études : .....

École/Université : .....

Profession : .....

*Informations obligatoires

■ 35 € Adhésion Junior

Vous recevrez les 3 éditions du **CAPMag Junior**, les 11 éditions du CAPMag + le Guide de l'Été

Règlement et bulletin à faire parvenir à Cap Magellan
7, avenue de la Porte de Vanves - 75014 Paris

Pour plus d'infos ou pour devenir rédacteur du CAPMag Junior :

info@capmagellan.org