

CAP Magjunior

O PRIMEIRO JORNAL DOS KIDS LUSODESCENDENTES

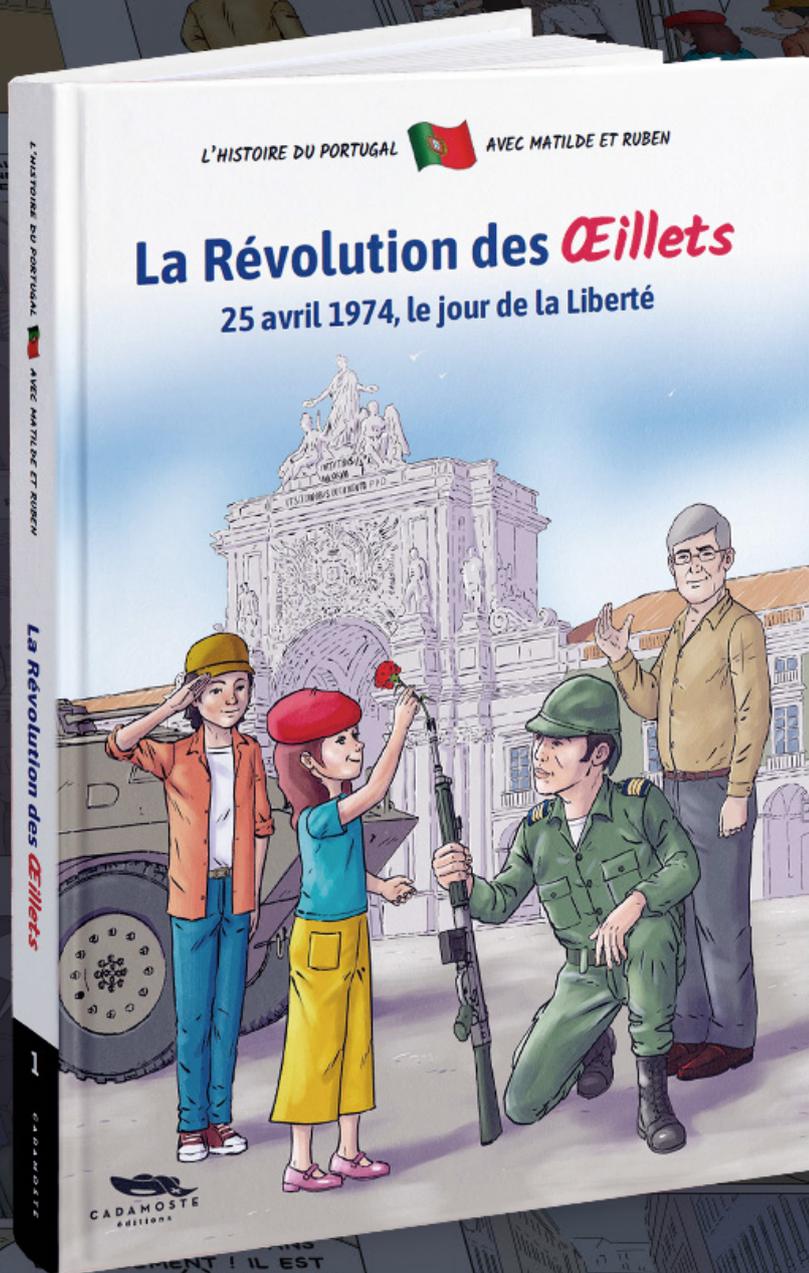
Nº12
Abril 2024



Capitães
da Revolução

Matilde, Ruben et papi-vôvô racontent
La Révolution des Œillets

Bande dessinée de Sandra Canivet da Costa,
auteure de
L'extraordinaire Histoire du Portugal



Disponible
à partir du
24 avril
2024

En librairie et magasins alimentaires portugais

Dessins de
Jay Ruivo



CADAMOSTE
éditions

www.cadamoste-editions.com



Índice

4

Cartas dos leitores

Música

O poder Mágico das Canções

13

24

Multimédia

Escritora e ilustradora Mafalda Mota

6

Conto

"O povo das Flores"

BD

Capi & Magui: Capitães da Revolução

20

8

História

Um dia que abriu caminho para a democracia!

Emprego

O trabalho do electricista

22

E também:

12 → **Língua Portuguesa**
Expressões revolucionárias!

17 → **Retrato:**
Foco Heróis: Salgueiro Maia

18 → **Cidadania:**
As formas pacíficas de protesto

26 → **Jogos**

10

Ciência

Sabão e Pimenta

Mundo Luso

A evolução da comunidade lusófona

23

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

Permanência telefónica: Segunda a sexta-feira das 10h às 17h30

site: capmagellan.com

CAPMag Junior - Jornal associativo

Redação: Associação Des Ailes pour le Portugal em Nantes, Diane Ansault, Hélder Rodrigues, Hugo Magalhães, Jenny Gonçalves Carneiro, Liana Pinto, Mariana Cirilo, Rafael Gomes Nascimento

Revisto por: Cap Magellan,

Direção Artística & Ilustrações: Diane Ansault

Design gráfico: Diane Ansault, Claire Castan

Ícones de créditos, texturas: flaticon.com, freepik.com, pexels, pixabay, wikimedia

Com o apoio de:



COMUNIDADES PORTUGUESAS

ADHÉRER À L'ASSOCIATION CAP MAGELLAN ET RECEVOIR 3 NUMÉROS DU CAPMag Junior 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 :

■ 35 € Adhésion Junior

Vous recevez le CAPMag pendant 1 an (réception des éditions digitales par newsletter ainsi que des éditions papiers ponctuelles) + le Guide de l'Été (1 numéro en édition papier) + le CAPMag Junior (3 numéros en édition papier)

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

Agora que já floriu a esperança na nossa terra as portas que Abril abriu nunca mais ninguém as cerra

Ary dos Santos
"As Portas que Abril Abriu"
1975

OLÁ AVENTUREIROS LUSÓFONOS!

Recebemos alguns vírus aterradores...



Vírus da Covid-19
de Maël



Vírus Royalator
de Lucas

Estes vírus são
assustadores!



Participa tu também!

Também nos queres enviar
as tuas ideias, piadas,
adivinhas, sugestões
para o CAPMag Junior?

Então podes enviar o teu
próprio correio do leitor
para info@capmagellan.org
ou para o endereço postal:
Cap Magellan, 7 avenue de
la porte de Vanves, 75014 Paris

Jogos grátis para baixar e imprimir!

Podes encontrar todos
os jogos de tabuleiro,
cadernos de férias
e edições antigas
do CAPMag Junior em
capmagellan.com/jeux



capmagellan.com/jeux



Workshops CAPMag Junior

É um professor e gostaria de organizar workshops CAPMag Junior nas suas aulas?
Contacte-nos através do info@capmagellan.org

ACEP Fenelon

Na manhã do 31 de janeiro, a Cap Magellan esteve na ACEP Fenelon para dar a conhecer as aventuras do Capi e da Magui. Os mais pequeninos puderam descobrir a história "Capi e Magui visitam a ISS"

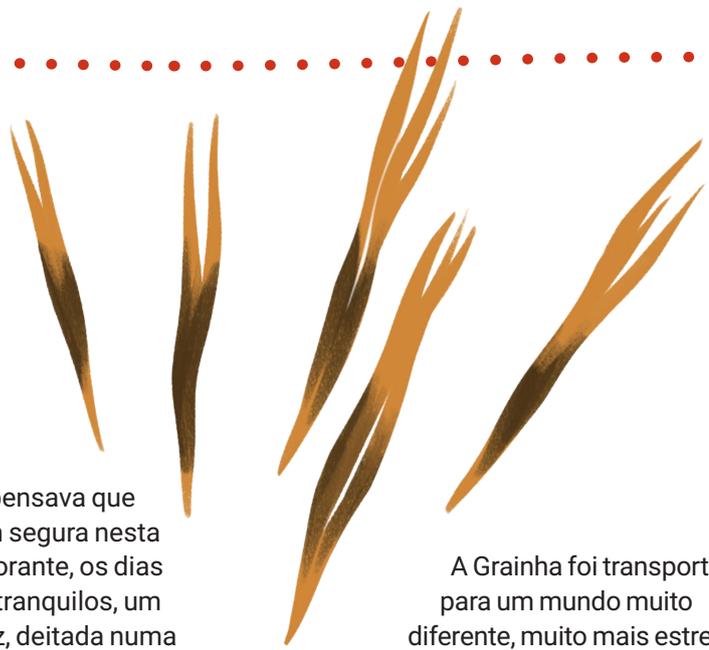


Le Raincy

Na Association Le Raincy CPFC, os alunos desenharam o seu super-herói, num atelier com a Cap Magellan.



O Povo das Flores



Era uma vez uma **Grainha** que não sabia o que era. Ela não sabia o que a existência dela era e interrogava-se:

"Mas o que eu sou?"

"Qual é o objetivo da minha vida?"

"Vida, mas o que é isto?"

Ela tinha o sentimento de **viver sozinha** porque não tinha visão do que **se passava à volta**, e pensava estar numa escuridão sem nome, uma caverna escura da qual a luz não nascia.

Às vezes ela ouvia **uma voz longínqua**, como um suspiro quase surdo.

A Grainha estava sempre sem companhia desde o princípio. Ela estava separada do mundo sem saber de outra forma de vida, não imaginava outra coisa.

A **Grande Estrela** de 5 pontas vinha às vezes, uma vez por ano, assim, sem mais nem menos, para buscar alguma coisa. O quê, ela não fazia a mínima ideia.

Ela parecia clara, com 5 extremidades bem desenhadas e compridas. Parecia o sol fulgurante, tal como um cometa.

A Grainha pensava que estava bem segura nesta ternura ignorante, os dias passavam tranquilos, um de cada vez, deitada numa superfície **suave igual ao algodão**, delicado e reconfortante. **"Como me sinto bem aqui!"**, pensava ela.

Tudo era fácil porque ela não tinha desejos, não tinha perguntas nem vontades.

Ela vivia segundo após segundo, fazendo minutos, horas, dias, semanas, meses e anos.

Um dia, que tinha começado igual aos outros, ela viu a Grande Estrela de 5 pontas entrar em jogo. Sem fazer caso deste **pormenor**, a Grainha sentiu algo a **mexer-se debaixo** dela.

Ficou então **cheia de medo**, tinha uma sensação desagradável. **Sentia-se fechada**.

Ela sentiu que a **tiravam do seu lugar para ser posta noutro lado**.

Estava na **escuridão**, mas tudo tinha mudado. À sua volta havia uma matéria granulosa, que **coçava** tal o **pó-de-mico**, e tinha uma sensação de frescura nunca antes conhecida.

A Grainha foi transportada para um mundo muito diferente, muito mais estreito, fresco, quase húmido, mas, às vezes, quente. Ela não percebia nada, mas a Grainha continuou assim, obedecendo às circunstâncias.

Viver sem perceber, sem querer, sem incomodar, a Grainha seguia sem perguntar nada.

O tempo passava, e ela sentia que tudo se transformava em algo mais húmido, podendo por vezes **flutuar**. O líquido penetrava-a, e ela bebia tudo, como se nunca pudesse descobrir a alegria de **matar a sede**.

Um dia, sentiu uma força mexer-se dentro dela, no mais profundo que podia observar. Parecia uma **bola de fio** enrolado, pronta para se desenvolver.

Isto mostrava uma energia de movimento muito grande, um entusiasmo que nunca tinha experimentado. A Grainha não percebia o que estava a acontecer, uma parte estava a sair do cimo da sua cabeça. Algo comprido, longo e redondo.



VOCABULÁRIO

Grainha: Graine

viver sozinha: vitre seule

se passava à volta:
ce qui se passait autour

uma voz longínqua:
une voix lointaine

Grande Estrela: Grande étoile

suave igual ao algodão:
douce comme du coton

pormenor: détail

mexer-se debaixo: bouger sous

cheia de medo: envahie par la peur

Sentia-se fechada:
elle se sentait enfermée

**tiravam do seu lugar para ser posta
noutro lado:** retirée de sa place
pour être placée ailleurs

escuridão: obscurité

çoçava: démangeait

pó-de-mico: poudre à gratter

flutuar: flotter

matar a sede: éteindre sa soif

bola de fio: pelote de laine

mexer-se como um braço:
bougeait comme un bras

barriga: ventre

recém-nascido: nouveau né

se mudasse: déménageait

no meio: au milieu

Flor de um cravo: Fleur d'un oeillet

a paixão de um povo libertado:
la passion d'un peuple libéré

Conto

Uma espécie de tronco estava a nascer e parecia **mexer-se como um braço**.

De facto, uma parte dela estava a transformar-se. Uma coisa estranha estava a aparecer na sua **barriga**.

A energia dela parecia fugir para esse lugar **recém-nascido** na sua cabeça.

Sentia-o crescer sem que ela o quisesse. Era como se tudo **se mudasse** para outra casa, o seu coração batia agora ali.

Enquanto crescia, algo a obrigou a ir para cima, uma matéria dura e fria, digamos um tutor na linguagem agrícola.

Ela gostava do seu companheiro, mas estava sempre abafada e queria mover-se à vontade.

Com o tempo, uma coroa de pétalas apareceu.

Um dia acordou **no meio** da coroa, e como os seus olhos tinham migrado para cima, ela via tudo!

O céu, o sol, a luz lá estavam enquanto ela era mantida sempre direita pelo fio tutor.

Neste instante, já não era a Grainha. Agora era maior, desenvolvida, cheia de esperança e de desejos. Ela era uma **Flor de um cravo**.

Ajudada pelo vento, conseguiu largar-se do poder do seu tutor até ele cair. Então ela ficou feliz, livre de se virar e observar o mundo.

Então qual foi a sua grande surpresa quando descobriu um campo à volta cheio de Cravos!

Tal como ela, tinham as suas coroas abertas para o céu, desprendidas dos seus guardiões e vermelhas, gravando para sempre **a paixão de um povo libertado**.

Ela gritou então **"Viva o Povo dos Cravos"** e todas responderam.

**Sophie
M. Fagundes
Abrantes**



História

O 25 de Abril

Um dia que abriu
o caminho para
a democracia!

Era uma vez, quando os teus avós tinham mais ou menos a tua idade, as famílias portuguesas queriam ser livres. Mas, havia um governo muito autoritário, que se chamava Estado Novo, que não deixava as pessoas decidirem muitas coisas nas suas vidas.

Os cidadãos andavam tristes, e decidiram mudar as coisas com uma revolução. Assim, deu-se o **25 de Abril de 1974**. Foi um dia de muita alegria e de mudanças incríveis que fizeram o país ser um lugar mais livre e feliz para todos. Vamos contar essa história com os momentos mais importantes.

Um grupo de soldados, que estavam muito descontentes com a situação do país, decidiram reunir-se clandestinamente (contra a lei), dando origem ao Movimento das Forças Armadas (MFA).



SABIAS QUE...



Em 1926, um golpe de estado instaurou uma ditadura nacional em Portugal que levou ao regime do Estado Novo em 1933. De 1926 a 1974, houve, assim, 48 anos de ditadura em Portugal.

Por isso, as pessoas não podiam votar livremente nem escolher o governo do país.

SABIAS QUE...



A escolha do cravo como flor simbólica para este dia não foi de propósito. Na realidade, uma senhora, que estava a passar perto dos soldados, transportava pelas ruas um grande ramo de cravos brancos e vermelhos.

Um soldado pediu-lhe um cigarro, mas ela só tinha flores e decidiu, então, distribuir os cravos pelos soldados, que os colocaram nos canos das suas armas. Mais tarde as floristas da Baixa de Lisboa continuaram a fazer o mesmo. Por esta razão, este dia também ficou conhecido como "**Revolução dos Cravos**".



Graffiti da Revolução dos Cravos © Wikimedia

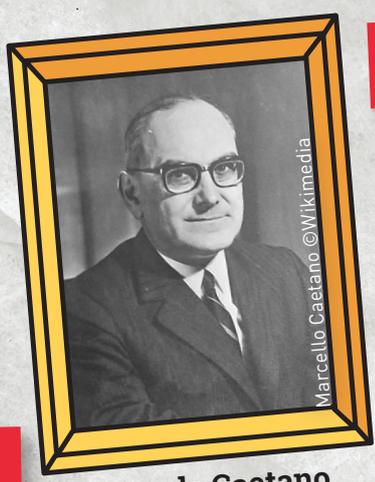


Cartaz datado de 25 de abril de 1974





Durante a manhã, hora da liberdade



Marcelo Caetano

Durante a noite, hora da mudança

Na Madrugada do dia 25 de abril, os revolucionários ocuparam edifícios importantes, como a sede da RTP, aeroportos e várias sedes da PIDE (polícia política que impedia as pessoas de dizer o que pensavam).

Às 3h da manhã, os **Capitães de Abril** foram à rádio para comunicar ao país que era hora de mudar.

As 6h da manhã, as ruas despertaram com a notícia emocionante. As pessoas saíram de casa, algumas um pouco assustadas, outras cheias de entusiasmo para transformar o país.

Às 9h da manhã, ocorreu um encontro nas ruas entre as pessoas e os soldados, marcado por alegria. Os soldados que procuravam a liberdade prevaleceram, **pondo assim fim à ditadura**. Agora, todos podiam falar, votar e desfrutar da liberdade.



O chefe do governo, **Marcelo Caetano**, tinha-se refugiado no Quartel do Carmo. Ele só se rendeu no final do dia, exigindo, contudo, que o poder fosse entregue ao General António de Spínola (porque tinha uma patente militar mais elevada que os revolucionários), que não fazia parte do **MFA**.

Na tarde seguinte, as pessoas estavam radiantes. Podiam sonhar com um país onde todos teriam direitos, como se uma nova janela se abrisse para um mundo melhor.



escola-joao-spaulo-pt /25-de-abril-de-1974/



Hoje, um dia de festa

Cinquenta anos depois, celebramos esse dia tão especial. As crianças brincam livremente, os adultos votam sem medo, e todos desfrutam de direitos importantes. **É uma festa para recordar, provando que quando todos se unem, coisas incríveis podem acontecer.**

O 25 de abril é uma grande celebração em Portugal, um dia crucial para lembrar a importância da liberdade. Com cravos vermelhos, sorrisos e histórias para contar, é um dia de comemoração!

SABIAS QUE ...



Durante estas operações, o MFA pediu à população que ficasse em casa, mas após 48 anos de ditadura, milhares de portugueses saíram à rua, misturando-se com os soldados revolucionários.

Jenny Carneiro
e Hélder Rodrigues

Sabão e Pimenta



I ETAPAS:

1

Prepara a tigela de água

2

Mói pimenta em cima da água



3

Coloca uma pequena gota de sabão líquido na ponta do dedo



4

Mergulha o dedo no centro da tigela



MATERIAIS

* Tigela de água



* Pimenta (moída)



* Gota de sabão líquido



II OBSERVAÇÃO:

Vais ver que quando aproximas o dedo sem sabão, nada acontece de diferente, pois não há nada que afaste a pimenta moída do teu dedo. Mas se puseres o teu dedo com sabão, o inesperado acontece! Os grãos de pimenta "recuam"!

Esta experiência mostra-te porque é importante lavares sempre as mãos com água e sabão, para te protegeres dos micróbios e vírus que andam em nosso redor!



© Wikimedia/Haneeshkm

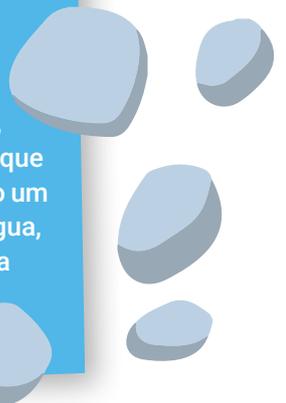
SABIAS QUE...

Vários insetos podem andar sobre a água porque são demasiado leves para quebrar a tensão superficial!



SABIAS QUE ... ?

Quando lanças uma pedra na água parada com a força e ângulo certos, ela faz ricochete. Isso acontece porque a tensão superficial da água funciona como um elástico gigante. Quando a pedra toca na água, ela empurra a água para baixo. Então a água empurra a pedra de volta para cima, como se fosse um trampolim!



III

EXPLICAÇÃO:

Mas o que está a acontecer na tua experiência? Muito mais do que parece: duas coisas ao mesmo tempo.



DENSIDADE:

Para começar, a pimenta está a flutuar na água. **Mas porquê?** Tem a ver com a densidade da pimenta. E o que é a densidade? É uma divisão da massa por um volume de um objeto (mas sem unidades), mais ou menos o peso que o objeto tem, em comparação com o seu tamanho. Quanto mais denso for um objeto, mais ele tende a se afundar no recipiente.



O SABÃO:

Como é que o sabão age no teu corpo? O sabão é formado a partir de dois ingredientes, uma base e uma gordura. As moléculas que criam o sabão têm duas "pontas": uma que gosta de água e a outra que prefere a gordura.

As "pontas" que gostam da gordura são protegidas pelas que gostam de água e formam bolhas de gordura e sujidade, que é lavado com água, e leva com ela os perigos para bem longe de ti.

Neste caso podemos fazer a analogia entre a pimenta e as bactérias. O sabão protege-te contra as bactérias, daí a importância de lavar as tuas mãos.

Hugo Magalhães
Estudante de química
na Université Paris Cité

TENSÃO SUPERFICIAL:

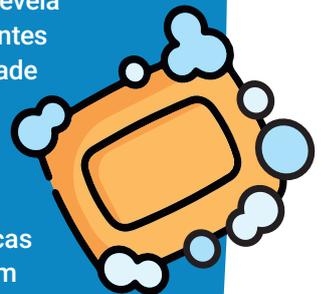
Apimenta é empurrada para as bordas da tigela. De novo, porquê? Isso ocorre por causa da tensão superficial. E o que é isso? É o resultado das interações entre as moléculas (o que cria tudo ao teu redor). Isso faz com que a superfície dos líquidos se curve. É isso que permite que a água com sabão faça bolhas, por exemplo.

O sabão é um surfactante, o que significa que reduz a tensão superficial da água, repelindo a pimenta. Para além disso, também é uma emulsão, ou seja, uma mistura entre dois líquidos que geralmente não gostam um do outro.

IV CONCLUSÃO:

Para concluir esta experiência, a pimenta na água revela fenómenos fascinantes relacionados com a densidade e a tensão superficial.

A flutuação da pimenta dentro da água ensina-nos sobre as propriedades físicas dos objetos e líquidos. Além disso, a deslocação da pimenta para as bordas da tigela, influenciada pela tensão superficial, destaca as forças subtis que ocorrem nos líquidos.



EXPRESSÕES REVOLUCIONÁRIAS!



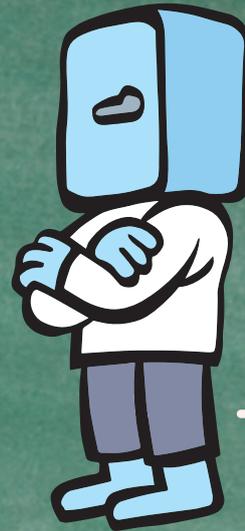
Remar contra a maré: **Lutter contre vents et marées**



Não dar o braço a torcer : **Ne pas lâcher prise / ne pas se faire forcer la main**



Descalçar a bota : **Se tirer d'affaires**



Manter a cabeça fria:
Garder la tête froide



Passar as passas do Algarve:
Avoir du fil à retordre

Sentir um aperto no coração : **Avoir le coeur gros / être triste**



Estar em pé de guerra:
Être sur le pied de guerre



O Poder Mágico das Canções:

A MÚSICA QUE MUDOU PORTUGAL

Era uma vez, um país chamado Portugal, onde as pessoas não tinham a **liberdade** de dizer ou fazer o que queriam. Viviam sob um tempo difícil chamado **ditadura**, onde não podiam expressar livremente os seus pensamentos e sentimentos. Mas, um dia, algo incrível aconteceu!



Num dia especial, em **25 de abril de 1974**, as pessoas decidiram mudar o país. Foi como se uma varinha mágica tivesse sido agitada, e isso ficou conhecido como a **Revolução dos Cravos**. O país ficou cheio de flores chamadas cravos, simbolizando a paz e a liberdade.

O que tornou esse dia ainda mais mágico foi a música. Artistas corajosos pegaram em instrumentos mágicos, como guitarras e vozes encantadoras, para criar canções especiais chamadas de "**música de intervenção**". Essas canções tinham superpoderes!



©Patrícia de Melo Moreira / AFP/ Getty Images

Canções de intervenção

As músicas de intervenção eram como poções mágicas que ajudavam as pessoas a entenderem que podiam sonhar com um mundo melhor. Elas falavam sobre **coisas importantes**, como a liberdade, que é como o vento que faz as pipas voarem alto no céu. Também falavam sobre igualdade, que é quando todos são tratados de maneira justa, como amigos a partilhar brinquedos.

Vira a página para ver as músicas e ouve-as no Spotify aqui:



Momentos históricos associados à música

1 **Grândola, Vila Morena** de Zeca Afonso

O Sinal Mágico da Revolução: Esta canção foi transmitida na rádio como um sinal secreto para começar a Revolução dos Cravos em 25 de abril de 1974. Imaginem um grande relógio, e quando esta música tocou, as pessoas souberam que era hora de mudar o país!

Grândola, Vila Morena
Terra da fraternidade
O povo é quem mais ordena
Dentro de ti, ó cidade **x2**
O povo é quem mais ordena
Terra da fraternidade
Grândola, Vila Morena

Em cada esquina, um amigo
Em cada rosto, igualdade
Grândola, Vila Morena
Terra da fraternidade **x2**

Grândola, Vila Morena
Em cada rosto, igualdade
O povo é quem mais ordena

À sombra duma azinheira
Que já não sabia a idade
Jurei ter por companheira
Grândola, a tua vontade **x2**
Jurei ter por companheira
À sombra duma azinheira
Que já não sabia a idade



Venham Mais Cinco de Zeca Afonso

2

A Celebração da Liberdade: Esta canção é como uma festa alegre depois da revolução, onde as pessoas celebram a liberdade conquistada. É como um grande abraço de alegria para todos!

Venham mais cinco, duma assentada
que eu pago já
Do branco ao tinto, se o velho estica
eu fico por cá
Se tem má pinta, dá-lhe um apito
e põe-no para andar
De espada na cinta, já crê que é rei
de quem e de além-mar

Não me obriguem a vir para
a rua gritar
Que já é tempo de embalar a trouxa,
e zarpar

A gente ajuda, havemos de ser mais,
eu bem sei
Mas há quem queira, deitar abaixo,
o que eu levantei

A bucha é dura, mais dura é a razão
que a system, só nesta rusga
Não há lugar prós filhos da mãe
[...]

Cada música de intervenção é como uma peça de quebra-cabeça que se encaixa perfeitamente num momento específico da história. Juntas, elas criam a banda sonora mágica da Revolução dos Cravos, mostrando como a música pode ser uma poderosa aliada para mudar o mundo.



3

Pedra Filosofal

de Manuel Freire

A Esperança que Sopra como o Vento:
 Durante os tempos difíceis da ditadura, as pessoas ouviam esta música para encontrar esperança. Era como se o vento levasse embora as coisas más e trouxesse sonhos de um mundo melhor.



“ Eles não sabem que o sonho
 É uma constante da vida
 Tão concreta e definida
 Como outra coisa qualquer

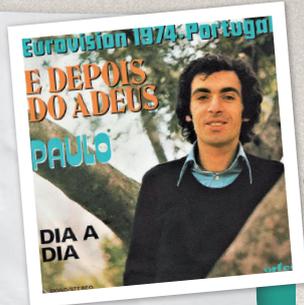


Como esta pedra cinzenta
 Em que me sento e descanso
 Como este ribeiro manso
 Em serenos sobressaltos

Como estes pinheiros altos
 Que em verde e oiro se agitam
 Como estas aves que gritam
 Em bebedeiras de azul
 [...]

“

Quis saber quem sou,
 o que faço aqui
 Quem me abandonou,
 de quem me esqueci
 Perguntei por mim,
 quis saber de nós
 Mas o mar não me traz
 tua voz



©ortfeu

Em silêncio amor, em tristeza enfim
 Eu te sinto em flor, eu te sofro em mim
 Eu te lembro assim, partir é morrer
 Como amar é ganhar e perder

Tu vieste em flor, eu te desfolhei
 Tu te deste em amor, eu nada te dei
 Em teu corpo amor, eu adormeci
 Morri nele e ao morrer renasci

E depois do amor, e depois de nós
 O dizer adeus, o ficarmos sós
 Teu lugar a mais, tua ausência em mim
 Tua paz que perdi, minha dor que aprendi

De novo vieste em flor te desfolhei
 E depois do amor, e depois de nós
 O adeus, o ficarmos sós

E Depois do Adeus

de Paulo de Carvalho

5

4

Trova do Vento Que passa

de Adriano Correia de Oliveira

A Luta pela Justiça Social:
 Imaginem um grupo de heróis que luta contra os vilões para tornar o mundo mais justo. Esta música conta sobre a luta das pessoas por igualdade e justiça social, como se fosse uma história de super-heróis.



Pergunto ao vento que passa
 Notícias do meu país

E o vento cala a desgraça)x2
O vento nada me diz

Mas há sempre uma candeia
 Dentro da própria desgraça

Há sempre alguém que semeia)x2
Canções no vento que passa

Mesmo na noite mais triste
 Em tempo de servidão

Há sempre alguém que resiste)x2
Há sempre alguém que diz não

O Chamado para a Ação:
 Essa música foi usada como um primeiro sinal, como uma senha secreta, indicando o início das operações militares. Era como se os super-heróis estivessem a receber uma mensagem para começar uma missão importante.



SABIAS QUE ... ?

Antes da Revolução, tudo o que fosse publicado ou difundido na comunicação social portuguesa tinha que ser autorizado pela **Comissão de Censura**. Ela cortava todos os textos e músicas que pudessem ser interpretados como **mensagens revolucionárias**. Para isso era usado um "Lápis Azul", como mais tarde ficou conhecida a **Comissão de Censura**.



SABIAS QUE ... ?

Grândola é uma pacata vila do distrito de Setúbal, no Alentejo. No entanto, ficou tão conhecida por causa da música de **Zeca Afonso**, que em 1999 foi construído um bonito **monumento** que comemora a Revolução.



Assim, a música de intervenção do 25 de Abril é como uma história encantada que nos ensina sobre coragem, esperança e liberdade. E agora, sempre que ouvires essas canções mágicas, lembra-te de que tu também és parte dessa história, ajudando a tornar o mundo um lugar melhor com o teu próprio toque de magia!

Hoje em dia, as pessoas ainda ouvem essas canções especiais, e elas continuam a ser importantes. Elas lembram a todos que a música tem um poder incrível, podendo unir corações e fazer o mundo sorrir.

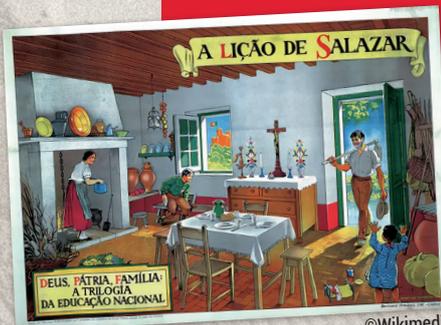


Essas canções não eram apenas para os adultos, mas também para as crianças. Elas ensinavam que todos, grandes e pequenos, podiam ajudar a construir um lugar mais bonito e justo. As crianças aprendiam a importância de sonhar e acreditar que podiam fazer a diferença, como heróis em suas próprias histórias.

SABIAS QUE ... ?

O **Estado Novo** era um regime extremamente conservador (seguia as tradições muito à risca), que se apoiava na divisa "**Deus, Pátria e Família**". Tudo o que fosse contra essa norma, era proibido e as pessoas arriscavam-se a ser presas. Por isso, quando

estas músicas passaram na rádio, foi um momento verdadeiramente mágico e um **sinal de mudança**.



©Wikimedia

FOCO HERÓIS: SALGUEIRO MAIA

UM HERÓI NESTA
HISTÓRIA.

Salgueiro Maia foi um herói nesta história. Ele era um capitão do exército, mas em vez de usar a sua força para controlar as pessoas, ele usou a sua coragem para ajudar a libertá-las. No dia da revolução, em 25 de abril de 1974, Salgueiro Maia liderou um grupo de soldados com uma coluna de veículos blindados e marchou pelas ruas de Lisboa.

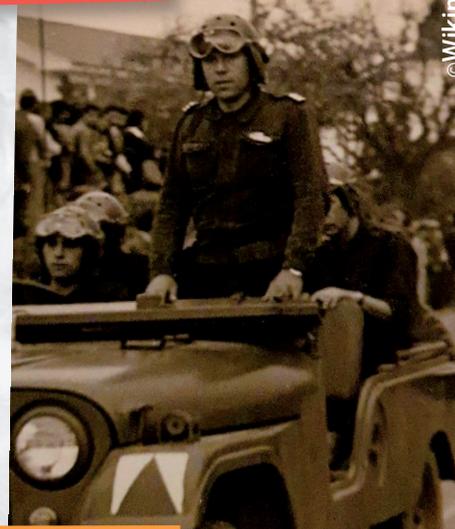
Ocupou o Terreiro do Paço e comandou o cerco ao Quartel do Carmo, onde estavam os líderes da ditadura. Com coragem e sabedoria, ele convenceu esses líderes a renderem-se pacificamente, sem derramamento de sangue. As pessoas uniram-se a ele, empunhando cravos brancos e vermelhos como espadas simbólicas, mostrando que desejavam a paz e a liberdade. Foi um momento mágico, em que as pessoas conseguiram a liberdade que tanto desejavam.

E assim, a Revolução dos Cravos abriu caminho para a democracia em Portugal. Democracia é quando as pessoas se juntam para tomar decisões importantes. Numa democracia, todos têm o direito de falar, dar ideias e escolher juntos o que é melhor para todos! As pessoas puderam escolher os seus próprios líderes e viver num país onde a liberdade florescia como os cravos no jardim. E Salgueiro Maia, o herói corajoso, é lembrado como a figura que ajudou a tornar esse sonho realidade.

O 25 de abril é um dia especial para comemorar essa história e lembrar que, às vezes, pessoas corajosas como Salgueiro Maia, podem fazer coisas incríveis para tornar o mundo melhor.

SABIAS QUE...?

A pesar da sua importância, Salgueiro Maia não aceitou qualquer cargo político ou patente militar e afirmou: *"Não o fiz pelas medalhas, mas pelo meu país"*.



©Wikimedia / Natércia Maia

SABIAS QUE...?

Depois das várias peripécias políticas (e quase uma guerra civil) entre 1974 e 1975, as pessoas esqueceram-se de Salgueiro Maia. Apenas mais tarde se aperceberam da importância deste dia, por isso recebeu quase todas as condecorações depois de ter falecido.



Jenny Carneiro
e Hélder Rodrigues

Como **tornar** o **mundo** num lugar mais **justo**?

Greves

Durante uma greve, os trabalhadores geralmente organizam-se e decidem coletivamente **não realizar as suas tarefas habituais** no local de trabalho. Eles fazem isso para chamar a atenção para questões relacionadas ao trabalho, como salários, condições de trabalho ou outros direitos dos trabalhadores.

SABIAS QUE...

No dia 23 de novembro de 1909, mais de 20.000 trabalhadoras lançaram uma **greve geral** de onze semanas na indústria do vestuário de Nova Iorque, exigindo melhores condições de trabalho e um salário igual ao dos homens.

Apelidada de **Revolta dos 20.000**, foi a maior greve de mulheres até à data na história americana. As grevistas conquistaram apenas uma parte das suas reivindicações, mas desencadearam cinco anos de revolta que transformaram a indústria dos Estados Unidos.



Grevistas durante a Revolta dos 20.000, 1909
©Library of Congress

É chato estar sempre a fazer uma revolução... Não há outra forma?

Claro que sim! Anda daí, vou te mostrar algumas formas pacíficas de protestar e mudar o mundo!



Ocupação ou Bloqueios

As pessoas podem fazer **bloqueios** ou **ocupar** um espaço público para trazer mais atenção para questões importantes, como direitos iguais para todos ou a proteção do meio ambiente.

Elas **ocupam um espaço importante**, como por exemplo o Champs de Mars à frente da **Torre Eiffel**, de forma pacífica para chamar a atenção das pessoas e dos decisores políticos e mostrar que querem uma mudança na sociedade.



Boicote

Boicote é quando as pessoas decidem **não comprar produtos ou serviços** de uma empresa ou país como uma forma de protesto. Elas fazem isso para expressar a sua insatisfação com alguma prática, política ou decisão que consideram injusta.



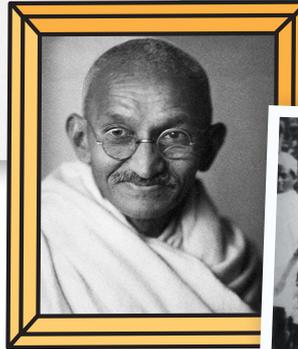
Marchas ou Paradas

As marchas ou paradas são como uma grande festa ou desfile, mas com um propósito sério. As **peças** **desfilam** juntas para mostrar que muita gente se importa com algo específico e que precisa de ser mudado.



SABIAS QUE... ?

Quando o governo britânico colocou impostos sobre o sal na Índia, **Mahatma Gandhi**, que foi um líder pacifista pela independência, chefiou uma marcha de protesto em **1930**, incentivando as pessoas a produzirem o seu próprio sal, e assim boicotaram o sal britânico. Essa marcha ficou conhecida como a "**Marcha do Sal**".



Mahatma Gandhi ©Elliott&Fry /philogalichet/Getty Images



Gandhi durante a Marcha do Sal ©Wikimedia Commons

SABIAS QUE... ?

O sistema de divisão racial nos Estados Unidos determinava que era obrigatório que um indivíduo negro concedesse o seu lugar nos transportes públicos a um indivíduo branco. Em **1955**, num acto de **desobediência civil**, a ativista negra **Rosa Parks**, recusou conceder o seu lugar durante uma viagem de autocarro, desobediência essa que resultou na sua encarceração e consequentemente no movimento racial nos EUA.

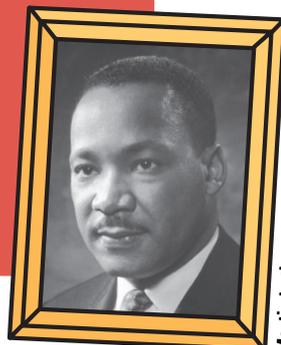


Rosa Parks ©National Archives/Ebony Magazine



Rosa Parks sentada em um autocarro, 1956 ©Underwood Archives/UG/REX/Shutterstock

O seu gesto deu início ao **boicote** aos autocarros de Montgomery, uma campanha de desobediência civil liderada por **Martin Luther King**, que lutou contra o racismo e pela igualdade de direitos políticos e sociais. Em **1963** liderou a **Marcha sobre Washington pelo Trabalho e Liberdade**, onde proferiu o famoso discurso "**I have a dream**" ("Eu tenho um sonho").



Martin Luther King ©Nobel Foundation

Desobediência Civil

A desobediência civil é quando as pessoas escolhem **não seguir uma lei ou regra** que consideram injusta ou errada, mas fazem-no de maneira não violenta e **pacífica**. É uma forma de protesto em que as pessoas agem de acordo com suas crenças, mesmo que isso signifique desafiar as normas estabelecidas.



©Facebook "Stealthy Freedom"

SABIAS QUE... ?

Em **2022**, grupos de mulheres no Irão fizeram vários protestos no país, onde diversos direitos das mulheres não são assegurados e é obrigatório o uso de um véu que cobre todo o cabelo. Depois de uma jovem de 22 anos ter sido morta pela polícia, num acto de **desobediência civil**, várias mulheres protestaram pacificamente, deixando os seus cabelos à mostra.



Capi & Magui: Capitães da Revolução



Sabes, quanto mais informações oiço sobre o 25 de abril, mais gostava de ter estado presente para ter sido uma grande revolucionária e mudar o mundo!

Tenho a certeza que mesmo hoje em dia, podemos fazer muita coisa para mudar o mundo!

Não vês a mamã quando se irrita ao ver as noifeias, ainda há muitas injustiças por aí!



Sim, mas são coisas de adultos, muito chatas e aborrecidas! Eu quero criar uma revolução já já já!!!

Podemos sempre fazer uma lista de tudo o que é injusto nas nossas vidas e ver se conseguimos mudar alguma coisa!



Os preços aumentam em todo o lado! Precisamos de uma mesada maior para combater a inflação!

Eu li na net que o açúcar dá energia ao cérebro: ou seja com gomas ilimitadas, seria bem mais esperto do que o Einstein!

São sempre o pai e a mãe a decidir tudo! Onde está a democracia nisso?

Obrigam-me a ir para a cama cedo, em vez de me deixar ler a noite inteira!

Os adultos recebem um ordenado pelo trabalho que desempenham; a nós ninguém nos paga para irmos à escola!

E todos os deveres são horas extras não remuneradas!



Só injustiças!

Sentes esta brisa, Capi? É o vento da revolução!



Dias depois...

Adultos, temos uma declaração para fazer! Magui, distribui os cravos!

Vocês apanharam as flores no meu jardim????

Eu quero um cravo!



O TRABALHO do ELETRICISTA



Sabes a energia que faz as luzes acenderem, os computadores funcionarem e os brinquedos eletrônicos serem divertidos?

O eletricista é a pessoa que ajuda a tornar tudo isso possível, pois assegura o bom funcionamento e a reparação de aparelhos elétricos. Ele também instala, otimiza e intervém em redes elétricas.

Eles precisam de saber como a eletricidade se move e como fazer para que ela chegue aos lugares certos. Se alguma coisa estiver avariada, como uma luz que não acende, o eletricista é chamado para consertar.

Assim, graças aos eletricistas, podemos ter luz nos nossos quartos, assistir televisão e brincar com os nossos brinquedos favoritos! Eles são verdadeiros heróis elétricos!

SABIAS QUE...?

A eletricidade pode ser muito perigosa, por isso, é preciso ser-se muito cuidadoso! Os eletricistas usam ferramentas especiais, como alicates e chaves de fenda revestidos com borracha e equipamentos de proteção, como luvas e óculos, para garantir que tudo está seguro e a funcionar.



FICHA TÉCNICA

Formação:

✦ **Em França:** BTS em engenharia elétrica ou Bac Pro "équipements et installations électriques"

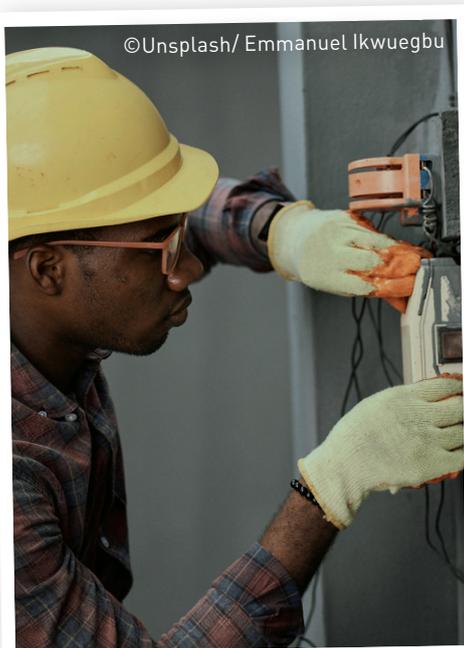
✦ **Em Portugal:** cursos no Instituto Electrotécnico Português ou no Instituto de Ensino Profissional Intensivo

SABIAS QUE...?

Os eletricistas também são especialistas em "ler" desenhos e diagramas elétricos. Os eletricistas usam diagramas para entender como os fios e componentes elétricos estão conectados e ajudam a descobrir como fazer tudo funcionar perfeitamente.

Missões & Habilidades:

- ✦ Localização e resolução de avarias
- ✦ Instalação e renovação da rede elétrica
- ✦ Aplicação de medidas de segurança
- ✦ Conhecer as leis sobre a eletricidade
- ✦ Ter boas noções de bricolagem
- ✦ Ter capacidade de trabalhar em equipa e sozinho



©Unsplash/ Emmanuel Ikwuegbu

Hugo Magalhães
Estudante de química
na Université Paris Cité

A EVOLUÇÃO da comunidade LUSÓFONA

A língua portuguesa originou-se a partir do Galaico-Português, uma língua que, na Idade Média, se falava na Galiza e no norte de Portugal. A partir do século XV, o idioma difundiu-se quando Portugal estabeleceu um império colonial e comercial que se estendeu a vários continentes.

Hoje em dia, mais de 260 milhões de pessoas falam Português, correspondente a uma dezena de países. No total, a comunidade lusófona equivale a 26 vezes a população portuguesa.

Juntos, os países lusófonos têm quase 11 milhões de quilómetros quadrados. Isso corresponde a mais do que a Europa inteira!

SABIAS QUE...

Portugal será um dos únicos países a perder população na comunidade lusófona? Devido ao envelhecimento da população e à baixa natalidade, Portugal irá ter menos habitantes, mas a língua portuguesa vai continuar a crescer!



Mapa da Galiza ©Wikimedia

VOCABULÁRIO

Galaico-Português:

Galicien-Portugais, un mélange de deux langues

Idade Média: Moyen Âge

Galiza: Galice, région nord-ouest de l'Espagne qui rejoint la frontière du Nord du Portugal

Século: siècle

Envelhecer: vieillir

Quilómetro quadrado: kilomètre carré

ONU: Organisation des Nations Unies

Natalidade: natalité (combien de bébés sont nés pendant une année)



Uma lusófona do passado



Um lusófono do futuro

NO FUTURO...

Em 2100, a ONU estima que 500 milhões de pessoas falarão Português, o que vai corresponder a **50 vezes mais que a população atual de Portugal!** Mais de 7% da população mundial falará Português! Ou seja, num grupo de quatorze pessoas, uma pessoa falará Português!

A língua Portuguesa é uma das línguas europeias com maior crescimento, depois do Inglês e do Espanhol, sobretudo graças ao crescimento de vários países, como o Brasil e Angola. Estima-se que nessa altura, a Brasil tenha 185 milhões de habitantes e Angola mais de 130 milhões!

Quem sabe, no futuro, a língua portuguesa pode vir a ser uma língua oficial da ONU. Em 2017, foi feita uma petição nesse sentido, que reivindica a valorização do Português, que é a **6ª língua mais falada no mundo**. Porém, é um processo lento, que requer o empenho de todos os países lusófonos.



Escritora e ilustradora Mafalda Mota

A Mafalda Mota nasceu em Viseu, vive em Lisboa, é escritora e ilustradora e aos 27 anos acredita em heróis! Pois é, mas os heróis nos quais acredita são bem diferentes daqueles com que se cruzou nos livros e nas revistas de banda desenhada da sua infância.

Hoje, ela acredita em heróis de verdade, em heróis de carne e osso, como tu, como os teus vizinhos ou como os teus professores, por exemplo. Naqueles que, de maneiras surpreendentes (e que por vezes nem nos apercebemos), fazem realmente **a diferença nas nossas vidas**. E o que ela mais quer é que, ao conheceres os heróis que ela cria, também tu consigas encontrar aquilo que faz de ti e de quem te rodeia um verdadeiro herói.

“As tuas asas”



É inspirado na relação entre Bibá Pitta - uma conhecida figura pública em Portugal - e a sua filha Madalena, que tem Síndrome de Down.

História: A Madalena é uma menina diferente que, um dia, recebe um par de asas feito com amor pela mãe. Só que estas

asas não voam como deviam, nem a ajudam a correr rápido. Até a fazem tropeçar! Porém, a mãe mostra-lhe que, acreditando em nós, voaremos como soubermos voar.

Mensagens:

- Cada um de nós tem as suas próprias asas e aprenderá a voar com elas.
- É fundamental acreditarmos nas nossas capacidades e aprendermos com os erros.
- É importante os pais ajudarem os filhos a voar e a compreender as suas diferenças.

Curiosidade: A primeira imagem do livro retrata o closet da Bibá, pois tanto ela como a Madalena gostam muito de estar sempre na moda!



“O Revo”

O livro nasce de uma experiência de voluntariado que a Mafalda viveu com as crianças da Terra dos Sonhos, e todas as verbas das vendas revertem para esta associação.

História:

Um dia, um menino chega a um lugar onde, por vezes, os sonhos ficam esquecidos.

O que ele não sabia é que o esperava uma missão muito importante: manter a luz da Terra dos Sonhos acesa. Graças a um objeto escondido, o Revo consegue trazer esperança e garantir que as crianças nunca deixam de sonhar.

Mensagens:

- É fundamental sonhar, ajudar a sonhar e sonhar no coletivo.

- Sonhar traz felicidade, esperança e possibilidade de mudança.
- É importante ir em frente, lutar e conquistar todos os nossos sonhos.

Curiosidade:

O Revo integra no seu próprio nome todos os sonhos do mundo, pois rêve significa sonho em francês...

Heróis sem Capa!

O projeto **Heróis sem Capa** foi criado em 2018 pela Mafalda Mota, com o objetivo de dar cor e palavras à diferença, seja ela qual for: cultural, mental, física, religiosa.

As aventuras do Tito e A minha vida com a minha irmã são dois livros, ilustrados pela Mafalda, que nos ajudam a entender melhor aquele amigo/a que tem uma doença que faz com que ele/a seja diferente.

Vamos conhecer o Tito e a Joana?

“As aventuras do Tito”



História:

O Tito tem seis anos e nasceu corajoso. Nasceu também com uma doença rara. Através de vários episódios reais passados no hospital,

na escola e com a família, conseguimos perceber quão importantes são os médicos, enfermeiros, professores, pais, familiares e amigos para manter as boas energias!

Mensagens:

- Uma doença rara pode ser menos limitativa se tivermos o apoio certo.

“A minha vida com a minha irmã”

História:

A Sofia tem uma irmã - a Joana - que nasceu com uma doença rara chamada Sanfilippo, a qual a torna “estranha, ruidosa e desajeitada”. Mas, apesar das inúmeras limitações, a autora mostra-nos como também é muito divertido partilhar momentos simples - como dançar, cantar, andar de bicicleta, desenhar - com uma irmã tão diferente, mas tão “amiga, simpática e carinhosa”.



Mensagens:

- Importante tentar normalizar o mais possível as doenças raras.
- Fundamental valorizarmos momentos simples com os nossos irmãos.
- Conseguimos construir bonitas memórias, se estivermos disponíveis para amar.

Curiosidade: Este livro é escrito em quadras tão incríveis como esta: “Cada um é como é / e como a Joana não há igual / é a diferença que a define / e nela não vejo nenhum mal.”

Ao comprarem este livro todo o valor da venda reverte para a Associação Sanfilippo de Portugal ou para a Associação Sanfilippo Sud, em França, conforme a edição.

- Importante ter um acompanhamento hospitalar multidisciplinar regular.
- Amigos, família e equipa hospitalar são fundamentais para se conviver melhor com a doença.

Curiosidade:

Dizem que o Tito tem manchinhas “café com leite” no corpo, mas, como não gosta de café, ele prefere ver naquelas pintas os chocolates de que tanto gosta...

As receitas revertem para a Associação Portuguesa de Neurofribramatose.

Jogos

Mensagem

Codificada

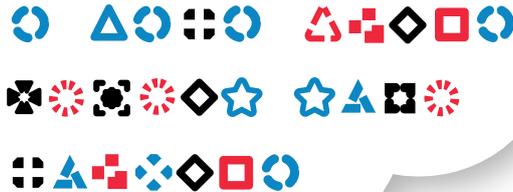
Descodifica estas mensagens revolucionárias!



Mário Soares, ex-presidente da república



Slogan revolucionário



a	b	c	d	e	f	g	h	i	j	k	l	m	n
red sun	black inverted triangle	blue diamond	red square	blue triangle	black circle	blue square with white dots	red circle	black diamond	black square with white dots	red sun	blue diamond	black square with white dots	red square
o	p	q	r	s	t	u	v	w	x	y	z		
blue circle with white dots	blue triangle	red star	black square with white dots	blue star	black square	red inverted triangle	black square with white dots	red square	red sun	black star	blue circle with white dots		

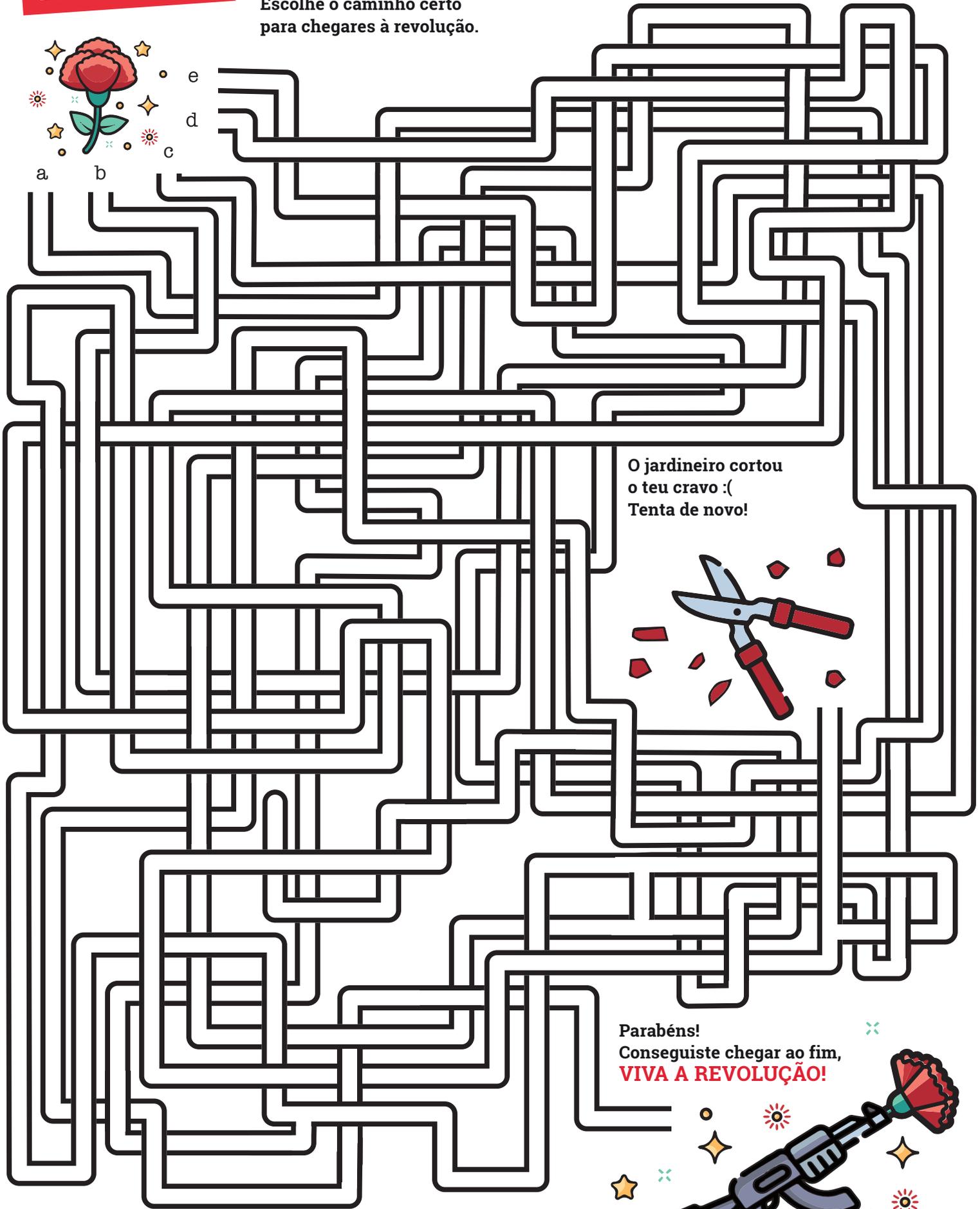
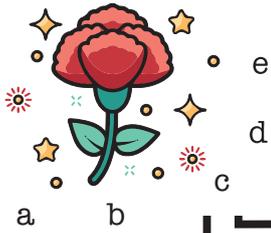
Desenho

E no teu caso? pelo o que lutarias?
Mais doces, menos trabalhos de casa?
Desenha-o e envia-o para
info@capmagellan.org

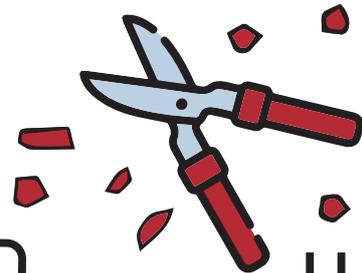
Labirinto

ÉS O CRAVO DO 25 DE ABRIL:

Escolhe o caminho certo
para chegares à revolução.



O jardineiro cortou
o teu cravo :(
Tenta de novo!



Parabéns!
Conseguiste chegar ao fim,
VIVA A REVOLUÇÃO!





Vous avez des idées ou des suggestions pour le CAPMag Junior ? Vous voulez rédiger des articles, participer à la création du CAPMag Junior et être publié ?

Vous êtes prof et vous voulez organiser des ateliers CAPMag Junior dans vos classes ?

Contactez-nous sur : info@capmagellan.org

Jeu : si tu trouves une faute cachée, envoie-nous une photo. Si tu as raison, tu gagneras un an d'abonnement au CAPMag Junior ! Alors ouvre les yeux !