

CAPMagjunior

O PRIMEIRO JORNAL DOS KIDS LUSODESCENDENTES

N°15

Julho 2025



Era Uma Vez
no Castelo...



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



CAP MAGELLAN
 #AGITATEUR LISOPHONE DEPUIS 1991!



COMUNIDADES
 PORTUGUESAS

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 !

Índice

4 Cartas dos leitores	Cidadania As mulheres na Idade Média 17	24 História Dona Leonor de Avis
6 Arte Brasões: Um Arte Heráldica	Emprego Ser Cavaleiro na Idade Média 18	E também:
8 Conto Duas lendas de Portugal	Património Porque é que os castelos são tão fortes? 20	5 → Língua portuguesa: Expressões ilustradas
13 Mapa Os castelos defensores de Portugal	Atividade Manual As Catapultas 22	10 → Receita: Bolos Croc'Dominós

CAP MAGELLAN

1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif

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, Alicia Domingues, Ana Monteiro, Diane Ansault, Clara Morais, Eunice Martins, Jenny Gonçalves Carneiro e Hélder Rodrigues

Revisto por: Cap Magellan

Direção Artística: Diane Ansault

Design gráfico e Ilustrações: Diane Ansault

Ícones de créditos, texturas, fotos: flaticon.com, freepik.com, pexels.com, pixabay.com, Wikimedia Commons

Com o apoio de:



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 papier 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
1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif

**A liberdade real
só há de perder-se
com a vida**

Sebastião I^{er}
Batalha d'Alcácer
Quibir (1578)



OLÁ AVENTUREIROS LUSÓFONOS!

INTRODUÇÃO

Bem-vindo a mais uma edição do CAPMag Junior! Desta vez, vamos fazer uma viagem até à **Idade Média** - uma época cheia de castelos, cavaleiros, reis e rainhas... e muitas batalhas! Talvez já tenhas ouvido dizer que o “**tempo dos castelos**” foi uma era escura. Mas será que foi mesmo assim?

É verdade que não havia eletricidade nem internet... Mas, na Idade Média, também se construíram **cidades, pontes e igrejas incríveis**. Claro que havia guerras, mas também havia **regras de honra, festas nos castelos, torneios e até poesia!** Os primeiros **hospitais** começaram a surgir e muitas pessoas sabiam bastante sobre **plantas medicinais, estrelas e matemática**. A vida **não era fácil**, mas era cheia de **histórias incríveis!**

E sabias que **Portugal** nasceu mesmo durante esta época? Foi na **Idade Média** que o nosso país começou a ter **as fronteiras** que conhecemos hoje!

Neste número, vais descobrir tudo isso e muito mais: **castelos que ainda hoje estão de pé, reis corajosos, lendas espantosas...** e até vais poder construir uma catapulta em casa!

Workshops CAPMag Junior

Graines de Luso fez um ateliê de música com a última edição do CAPMag Junior! Cada criança construiu o seu próprio instrumento!

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, 1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif



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

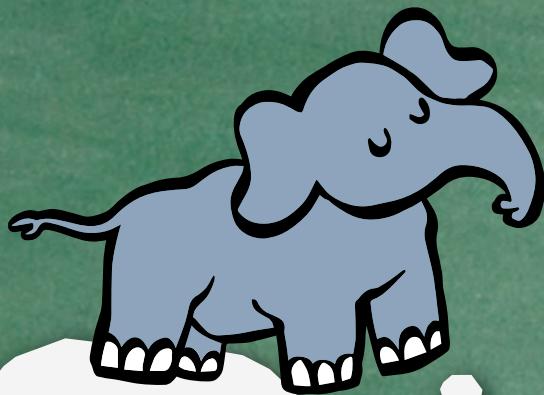


EXPRESSÕES PORTUGUESAS



Na flor da idade

Être dans la fleur de l'âge (jeune)



Ter memória de elefante
avoir une mémoire d'éléphant
(se rappeler de tout)



Sem pés nem cabeça
Sans queue ni tête (ça n'a aucun sens)



Estar na corda bamba
Être sur la corde raide (dans une situation difficile)



Andar às aranhas
Marcher sur des œufs (agir avec précaution)



Não perceber patavina
Ne rien comprendre



(Explicar qualquer coisa) tintim por tintim
(raconter) dans les moindres détails

Association Des Ailes pour le Portugal em Nantes

Ilustrações: Diane Ansault



Um Arte Heráldica

Os primeiros brasões apareceram por volta do século XII. No início, serviam para reconhecer quem era quem nas batalhas, porque os cavaleiros usavam armaduras que cobriam todo o corpo - até a cara! Cada cavaleiro tinha um desenho único, com formas simples e cores fáceis de ver de longe. Esse desenho era pintado no escudo - e assim nasceram os brasões!

Cores contrastantes!

Arte dos brasões chama-se heráldica. Existem regras muito exatas para descrever e criar um brasão. As esmaltagens (ou esmaltes) são as cores usadas nos brasões.

Os metais



Ouro (amarelo ou dourado): generosidade, fé, poder, riqueza...



Prata (branco ou prateado): pureza, paz, verdade, inocência, clareza...

As cores



Azur (azul): lealdade, justiça, beleza, verdade, sabedoria...



Goles (vermelho): coragem, valentia, amor, ousadia...



Sable (preto): sabedoria, dor, constância, prudência, dignidade...



Sinople (verde): esperança, alegria, liberdade, juventude, natureza...



Púrpura (roxo): majestade, soberania, justiça, poder...

SABIAS QUE...

Não se pode pôr um metal sobre outro metal (por exemplo, ouro sobre prata), nem uma cor sobre outra cor (por exemplo, vermelho sobre azul), porque assim não se vê bem. Os brasões foram feitos para serem vistos de longe nos campos de batalha, por isso as cores tinham de ter muito **contraste**.

Um significado preciso!

Um brasão pode ter vários significados diferentes: Pode servir para reconhecer alguém, mostrar as qualidades de uma pessoa ou família, representar um lugar, dizer o que alguém faz como trabalho, ou contar uma história importante do passado.

Espada: Justiça e guerra

Cruz: Fé cristã

Chave: Poder da Igreja e proteção

Castelo: Defesa e poder

Âncora: Esperança e fé

Montanha: Força e lugar difícil de conquistar

Carvalho: Força e vida longa

Loureiro: Vitória e glória

Oliveira: Paz e sabedoria

Leão: Coragem e força

Águia: Poder e visão forte

Dragão: Força mágica e proteção

Grifo: Guarda do tesouro e autoridade

Veado: Paz e nobreza

Javali: Coragem selvagem

Cão: Lealdade e atenção

Pomba: Paz e amor de Deus

Corvo: Sabedoria e mensagens

SABIAS QUE...

O brasão da cidade de Lisboa mostra um **barco preto no mar**, com dois **corvos pretos**, um à frente e outro atrás. Este brasão conta uma antiga lenda sobre **São Vicente**, o santo padroeiro de Lisboa: No século XII, o rei **D. Afonso Henriques** queria trazer os restos de São Vicente para Lisboa. Conta a lenda que, durante a viagem de barco, dois corvos pousaram no navio e ficaram a proteger o corpo do santo até chegarem à cidade.

Por isso, Lisboa escolheu este **brasão**, para homenagear o santo e os seus **dois fiéis guardiões**.



As armas de Portugal

No centro da bandeira de Portugal está um escudo cheio de símbolos antigos.

Este escudo tem **cinco escudetes azuis**, cada um com **cinco pontos brancos**. Diz a lenda que representam os cinco reis mouros que **D. Afonso Henriques** venceu na Batalha de Ourique, e os pontos brancos lembram as **cinco chagas de Cristo**, mostrando que Deus o ajudou.

À volta há uma borda vermelha com **sete castelos dourados**, que simbolizam as terras conquistadas aos mouros durante a **Reconquista**.



Por trás do escudo está a esfera armilar dourada, um símbolo usado pelos **navegadores portugueses** nos Descobrimentos, que mostra a ligação de Portugal ao mar e ao mundo.

Símbolos de família

Com o tempo, os brasões deixaram de ser só para a guerra. Tornaram-se marcas de identidade, como se fosse um **apelido desenhado**. As famílias **nobres** passavam o seu brasão de geração em geração. Mas os brasões não eram só para a **nobreza**! Também as **cidades**, os **padres**, e até alguns **artesãos** começaram a usar brasões para se representar.

Cria o teu brasão!

- * Desenha um escudo numa folha branca.
- * Escolhe cores fortes (vermelho, azul, verde...).
- * Desenha símbolos que te representem: um animal, uma árvore, uma estrela...
- * Colore bem o escudo e escreve o teu nome e idade.

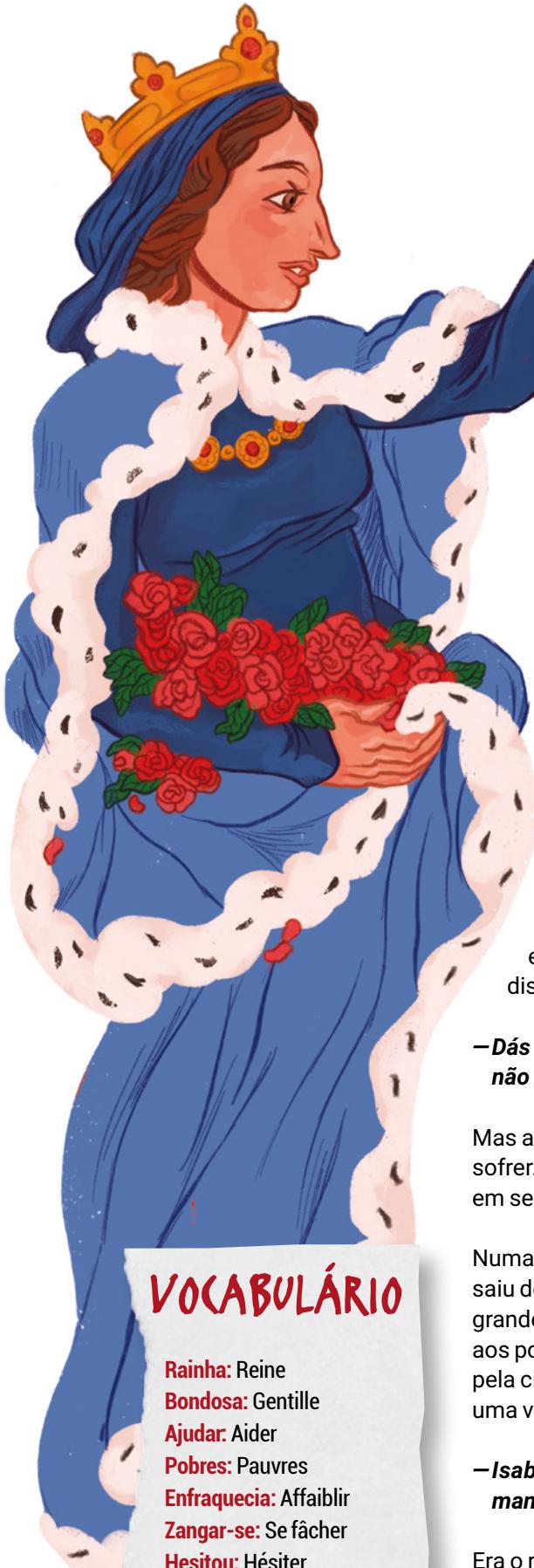


Como enviar?

Pede a um adulto para tirar uma foto e envia por e-mail para: info@capmagellan.org



**Ana Monteiro
e Diane Ansault**



VOCABULÁRIO

Rainha: Reine
Bondosa: Gentille
Ajudar: Aider
Pobres: Pauvres
Enfraquecia: Affaiblir
Zangar-se: Se fâcher
Hesitou: Hésiter
Manto: Manteau
Sobrancelha: Sourcil
Ordenou: Ordonna

O Milagre das Rosas

Em Portugal, há muito tempo, vivia uma rainha chamada Santa Isabel. Ela era muito bondosa e gostava de ajudar os pobres. Todos os dias, dava pão às pessoas que tinham fome.

Mas o rei, Dom Dinis, não gostava disso. Ele achava que dar demasiado aos pobres enfraquecia o reino. Um dia, disse à rainha:

— Dás demasiado aos pobres! Um dia, não nos vai sobrar nada!

Mas a rainha não queria ver ninguém a sofrer. Por isso, continuou a ajudá-los em segredo.

Numa manhã fria de inverno, Isabel saiu do palácio. Debaixo do seu grande manto, escondia pão para dar aos pobres. Caminhava discretamente pela cidade quando, de repente, ouviu uma voz forte:

— Isabel! O que escondes debaixo do manto?

Era o rei! Ele tinha visto que ela escondia alguma coisa.

A rainha hesitou. Se dissesse a verdade, o rei iria zangar-se. Mas ela não queria mentir. Então, olhou para o rei e disse calmamente:

— São rosas, meu senhor.

O rei levantou uma sobrancelha. Rosas, no meio do inverno? Era impossível!

— Mostra-me! ordenou ele.

A rainha abriu lentamente o manto... E, em vez de pão, caíram ao chão magníficas rosas vermelhas!

O rei não acreditava no que via. Ele sabia que era impossível ter rosas naquela estação do ano. Compreendeu então que aquilo era um milagre e que Deus protegia a sua esposa.

A partir desse dia, Dom Dinis deixou Isabel ajudar os pobres sempre que quisesse. E ela continuou a fazer o bem, sempre com um sorriso e um coração generoso.

E ainda hoje, em Portugal, as rosas são um símbolo de bondade e generosidade, em memória da rainha que transformou o pão em flores.

O Galo de Barcelos

Há muito, muito tempo, na época em que reis e cavaleiros andavam por Portugal, um jovem peregrino caminhava pelo país...

Ele ia para Santiago de Compostela. Caminhava há muitos dias. As suas roupas estavam sujas de pó e os seus pés doíam, mas ele continuava cheio de esperança.

Uma noite, chegou a Barcelos, uma vila animada onde as ruas ecoavam com o barulho dos mercadores e dos ferreiros.

Mas, nessa noite, alguém roubou dinheiro da casa de um rico proprietário da vila. Como não sabiam quem tinha sido, começaram a desconfiar do peregrino. Na manhã seguinte, quando ele se preparava para partir, os guardas apanharam-no.

— **Tu roubaste o dinheiro!**
disse o chefe dos guardas.

— **Eu não roubei nada!**
protestou o peregrino.

Mas ninguém quis ouvi-lo. Era um estrangeiro, um pobre peregrino, por isso pensaram que devia ser ele o culpado. O juiz não quis ouvir explicações. O peregrino foi julgado rapidamente e condenado à forca.

Na véspera da execução, o peregrino pediu um último desejo: queria falar com o juiz mais uma vez. Os guardas aceitaram e levaram-no ao palácio do magistrado.

O juiz estava sentado à mesa com os seus amigos, a comer um grande banquete. Sobre a mesa, havia um magnífico galo assado, pronto para ser servido. O peregrino exclamou:

— **Senhor juiz, digo-vos a verdade! Sou inocente, e como prova da minha inocência, este galo vai levantar-se e cantar!**

Todos riram. Um galo assado não pode cantar! Mas, quando chegou a hora da execução e apertaram a corda à volta do pescoço do peregrino, algo incrível aconteceu. O galo assado levantou-se na mesa e cantou bem alto:

— **Cocorico!**

O juiz ficou muito assustado. Tinha cometido um erro! Correu até ao local da execução e viu que, por milagre, a corda tinha-se soltado e o peregrino ainda estava vivo.

O juiz mandou libertá-lo imediatamente e pediu desculpa. O peregrino seguiu viagem, feliz por ter sido salvo.

Mais tarde, para agradecer a Deus pelo milagre, mandou construir um monumento em honra do galo que lhe tinha salvo a vida. Desde esse dia, o Galo de Barcelos tornou-se um símbolo de justiça e verdade em Portugal. Hoje, podemos vê-lo por todo o país, com as suas penas coloridas, a lembrar-nos que nunca devemos acusar um inocente sem provas.

E se um dia fores a Barcelos, olha bem à tua volta... Talvez encontres uma estátua do famoso galo, com o peito levantado e as asas abertas, pronto para cantar outra vez!



VOCABULÁRIO

- Cavaleiros** : Chevaliers
- Peregrino** : Pèlerin
- Sujo de pó** : Couvert de poussière
- Ecoavam** : Résonnaient
- Mercador** : Marchand
- Ferreiro** : Forgeron
- Desconfiar** : Soupçonner
- Apanharam** : Attrapèrent
- Juiz** : Juge
- Condenado à forca** : Condamné à la potence/pendaison
- Na véspera** : La veille
- Desejo** : Souhait
- Banquete** : Banquet
- Galo assado** : Coq rôti
- Assustado** : Effrayé
- Soltado** : laché
- Milagre** : Miracle
- Penas** : Plumes
- Levantado e as asas abertas** : Dressé et les ailes ouvertes

Bolos Croc'Dominós

1 Mistura o açúcar com o ovo, a manteiga amolecida e a farinha. Amassa tudo com as mãos e forma uma bola com a massa. Depois, deixa a massa repousar 1 hora no frigorífico.

2 De seguida, retira a massa. Polvilha a bancada da cozinha ou a mesa com um pouco de farinha e estende a massa com o rolo até ficar com cerca de meio centímetro de espessura.

3 Corta pequenos rectângulos com aproximadamente 4 x 9 cm. Com uma faca, traça uma linha no meio de cada rectângulo. Depois, coloca os rectângulos sobre o tabuleiro do forno, forrado com papel vegetal, e deixa cozer durante 10 minutos a 180 °C.

4 Entretanto, numa tigela, mistura uma colher de sobremesa de açúcar em pó com umas gotas de água para fazeres a cola. Tem cuidado para não ficar demasiado líquida.

5 Quando os bolinhos estiverem cozidos, retira-os do forno e coloca os Smarties por cima, usando a cola que preparam. Os teus croc'dominós estão prontos!

Vais precisar de:

- 250 gr. de farinha
- 1 ovo
- 1 pitada de sal
- 125 gr. de açúcar
- 120 gr. de manteiga
- 1 colher de sobremesa de açúcar em pó
- Pequenos bombons Smarties

Eunice Martins
Autora de livros para crianças:
eunice-dm.webnode.fr

Aventura no Reino de Messidor

Livro: "Royaume de Messidor" da autora Eunice DM

História: O Thomas é um adolescente de treze anos. Sem família, foi adotado à nascente pela diretora de um internato parisiense. No dia dos seus catorze anos, recebe uma carta de um misterioso tio que o convida a ir até à Escócia passar uns dias de férias com ele.

O Thomas nunca viajou de avião e tem medo, mas aceita. A viagem está, finalmente, a correr bem e o avião está quase a chegar. Quando, de repente, o aparelho começa a oscilar violentamente antes de mergulhar nas águas frias do Canal da Mancha.

Sem compreender o que lhe está a acontecer, Thomas é aspirado e projetado para o Reino de Messidor com a missão de ajudar o jovem Anaël. Juntos, devem recuperar um cetro maléfico a fim de evitar que o reino mergulhe no caos. Mas o mais complicado é para o jovem Thomas, que foi transformado numa águia.

Combates, um estranho livro, criaturas fantásticas, magia, amizade, uma espada mágica - são alguns dos elementos que vão acompanhar os dois adolescentes durante a busca que lhes foi confiada.



Sopa de letras especial "Reino de Messidor"

As palavras do livro podem estar escondidas na horizontal ou na vertical, consegues encontrá-las?

M	P	Y	J	H	T	Z	A	D	O	R	F	F	U
A	Y	G	H	A	H	K	J	G	L	I	V	R	O
L	F	Q	H	N	O	M	E	S	S	I	D	O	R
D	A	I	T	A	M	V	V	X	W	J	V	A	Y
I	E	G	S	E	A	M	T	B	U	I	S	C	Y
T	N	J	Y	L	S	O	G	Q	J	A	H	K	J
A	A	I	I	C	E	T	R	O	U	G	A	E	X
C	R	Q	E	S	P	A	D	A	U	U	N	I	G
E	O	N	A	F	G	V	V	I	P	I	I	Q	A
Y	L	A	N	D	R	A	G	O	N	A	A	L	E
H	Q	W	M	I	S	S	I	A	S	F	R	K	X
K	C	Z	D	R	A	G	A	O	D	D	B	L	G
U	U	V	S	Z	X	F	E	R	R	E	I	R	O
I	X	S	I	M	H	E	S	C	O	C	I	A	A

AGUIA	ESOCIA	LANDRAGON	MISSIAS
ANAEI	ESPADA	LIVRO	SHANIA
CETRO	FAENARO	MALDITA	THOMAS
DRAGAO	FERREIRO	MESSIDOR	ZADORFF

Descobre as misteriosas Cuves



Livro: "Mystère aux Cuves de Sassenage" da autora Eunice DM

História: Quando os cinco amigos - o Liam, o Noah, o Gabriel e as primas Jade e Chloé - se inscreveram na associação "Os Mochos" para irem acampar a Sassenage, perto de Grenoble, nunca pensaram que se iriam meter em apuros. Pois, curiosos como sempre, vão descobrir que, na gruta "Les Cuves", se passam coisas muito estranhas!

Eunice Martins
Autora de livros para crianças:
eunice-dm.webnode.fr

Questão

Porque é que os cavaleiros usavam armaduras?



RESPOSTA:

Claro que os cavaleiros usavam armaduras para se proteger nas batalhas! Havia diferentes tipos de **armaduras de metal**:

A cota de malha (10 a 15 kg), parecia uma camisola de metal. Protegia bem contra cortes de espadas ou flechas, sobretudo se por baixo se usasse um gambeson, uma roupa almofadada que ajudava a absorver os choques. Mas não era tão eficaz contra ataques em bico (como lanças) ou armas pesadas (como maças).

A armadura de placas, feita de placas de aço (até 30 kg!). Cobria o corpo inteiro e protegia quase de tudo... exceto golpes muito fortes, como os de um machado ou de uma besta. Era muito cara, só os cavaleiros mais ricos podiam tê-la.

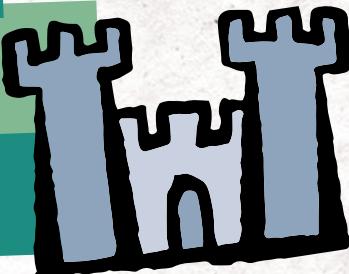
SABIAS QUE...

Ao contrário do que muitos pensam, os cavaleiros conseguiam correr, montar a cavalo e até rebolar com as armaduras vestidas!

Eram pesadas (até 30 kg), sim, mas o peso estava bem distribuído e as armaduras eram muito bem articuladas. Se os cavaleiros não se conseguissem mexer com elas, não as usavam em combate!

Clara Morais

Os CASTELOS DEFENSORES de PORTUGAL



Há muito, muito tempo, o Portugal ainda não existia como o conhecemos hoje. O território estava dividido e ocupado por diferentes povos: os Romanos, os Visigodos e depois os Muçulmanos. Mas na Idade Média, tudo começou a mudar!

A Reconquista

Durante este período, surgiram vários reinos cristãos no norte da Península Ibérica, como o Reino de Leão, o Reino de Castela e o Condado Portucalense - que foi a base do que viria a ser Portugal.

Os reis cristãos do norte começaram a conquistar as terras ocupadas pelos Muçulmanos no sul, pouco a pouco. A este processo chamamos a **Reconquista**.

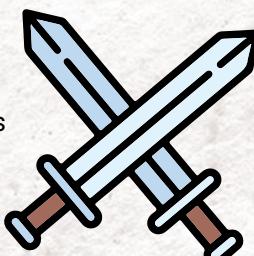


Em 1248, os Mouros entregaram a cidade de Sevilha ao rei Fernando III
Pintura de Francisco de Zurbarán

O nascimento de Portugal

Oreino de Portugal nasceu em 1143, com o rei **D. Afonso Henriques**. Antes disso, ele era conde do Condado Portucalense, que pertencia ao Reino de Leão. Mas nessa altura, Portugal era muito mais pequeno!

Durante mais de 100 anos, os reis portugueses continuaram a lutar para empurrar as fronteiras para sul, na continuação da Reconquista. Em 1249, o rei **D. Afonso III** conquistou a cidade de **Faro**, no sul do país. A partir desse momento, Portugal tinha quase as mesmas fronteiras que tem hoje!



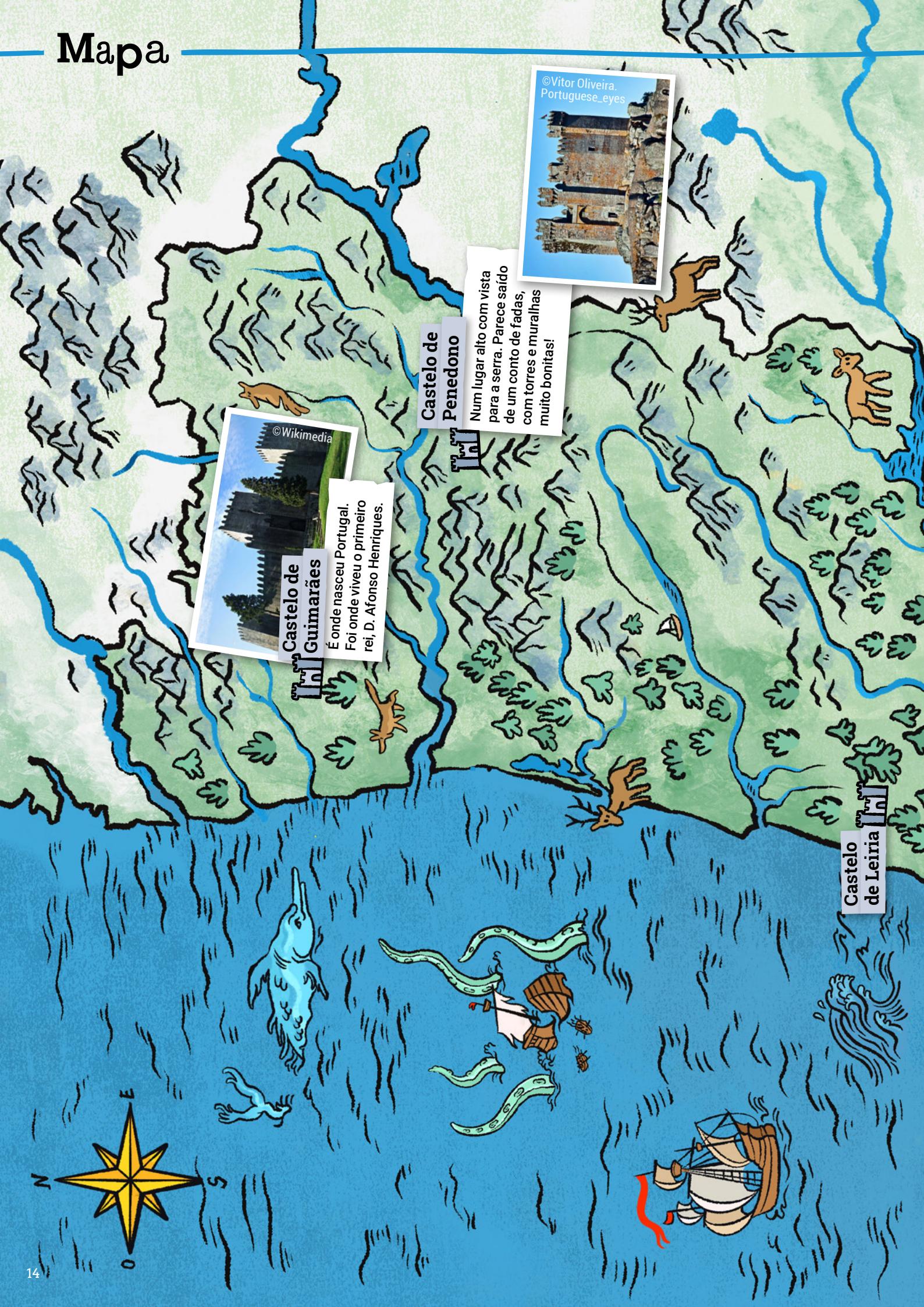
SABIAS QUE ...

Portugal tem uma das fronteiras mais antigas da Europa! Em 1297, o Tratado de Alcañices foi assinado entre Portugal e o Reino de Leão e Castela.

Este acordo definiu as fronteiras oficiais entre os dois reinos, criando limites que ainda hoje praticamente se mantêm. Desde então, as fronteiras de Portugal mudaram muito pouco, tornando-o um dos países europeus com as fronteiras mais antigas e estáveis!

Agora que já sabes como o país cresceu, vamos conhecer os castelos que protegiam estas terras e ajudavam a defender Portugal!

Mapa



SABIAS QUE...

Em Elvas, não confundas o **Forte de Santa Luzia** com o castelo! Foi construído muitos séculos depois, já no tempo dos canhões e da pólvora. Tem a forma de uma estrela e servia para defender Elvas dos espanhóis, com fogo. Elvas tem tantas fortificações importantes que, hoje, é considerada Património Mundial da UNESCO!



Castelo de Marvão

Castelo de Elvas

Construído na Idade Média, na fronteira, para proteger a cidade dos inimigos com catapultas, arcos e espadas!



Castelo de Almourol

Numa ilha no rio Tejo, foi construído pelos Cavaleiros Templários.

Castelo de Óbidos

Castelo de São Jorge

Castelo de Beja

Castelo de Silves

Foi construído pelos Muçulmanos e depois conquistado pelos Cristãos.

Ilustrações:
Diane Ansault

Mapa

Castelo de São Jorge

Primero foi usado pelos **Muçulmanos**, mas em 1147 foi conquistado por **D. Afonso Henriques** com a ajuda de **cavaleiros cruzados**. Foi muito importante durante a **Idade Média**, pois servia para defender Lisboa dos inimigos. Depois disso, tornou-se **residência de reis** e local de festas e decisões importantes!



Castelo de Leiria

Foi construído no **século XII** para proteger a cidade dos ataques durante a **Reconquista**. Mais tarde, foi transformado numa residência real com lindas **janelas** e salas. Fica num alto monte e tem uma **vista espetacular** sobre Leiria!



Castelo de Marvão

Este castelo está **no topo de uma montanha**, perto da fronteira com Espanha. É muito difícil de atacar por causa da sua posição.

Castelo de Beja

Foi construído **no século XIII** pelo rei **D. Dinis**, durante a Reconquista. A sua torre de **40 metros de altura** é uma das mais altas de Portugal!

A **torre de menagem** era a parte mais alta e mais forte do castelo. Servia para proteger o rei ou os soldados em caso de ataque. Lá em **cima**, os guardas podiam vigiar à **distância** e ver se vinham inimigos.



Ana Monteiro e Diane Ansault



Castelo de Óbidos

Oferrido às **rainhas**, protegeu o **centro** de Portugal e conserva **muralhas** medievais intactas



SABIAS QUE...

No tempo da Idade Média, os marinheiros acreditavam em monstros marinhos: serpentes gigantes, ilhas que eram baleias disfarçadas, sereias com vozes perigosas... Mas não era só imaginação! Muitas destas criaturas vinham de:

- ✿ Animais reais (uma baleia podia parecer uma ilha, um peixe-lua parecia um monstro bizarro...)
- ✿ Lendas antigas copiadas durante séculos sem verificação
- ✿ E principalmente... do medo real! Viajar no mar era perigosíssimo!

As mulheres na Idade Média

pouca escolha,
muita coragem

Na Idade Média, a vida das mulheres era bem diferente da de hoje. A maioria das decisões era tomada pelos homens: os pais, os irmãos ou os maridos. As mulheres não podiam escolher com quem casar e quase não tinham acesso à escola.



©National Geographic, Bridgeman, ACI

Quem podia aprender?

Os rapazes nobres aprendiam a ler e a escrever com monges ou padres. Mas as raparigas, mesmo ricas, aprendiam outras coisas: rezar, bordar, tocar música e comportar-se bem. Se fossem pobres, nem elas nem os seus irmãos iam à escola - começavam a trabalhar cedo, em casa ou nos campos.

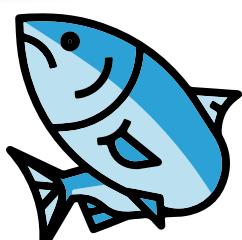
Casar ou ir para o convento?

As famílias escolhiam com quem as raparigas iam casar - às vezes com homens muito mais velhos! Mas havia uma saída para algumas: dizer que queriam ser freiras. A Igreja respeitava este desejo, porque "servir a Deus" era visto como muito nobre. Assim, algumas jovens escapavam de casamentos forçados. Mas atenção! Só as famílias ricas conseguiam pagar a entrada num convento.



E as mulheres trabalhadoras?

Nas aldeias ou junto ao mar, as mulheres pobres trabalhavam muito: cuidavam dos filhos, da casa, e às vezes vendiam produtos no mercado.



Nas zonas costeiras (como o Algarve e o Minho), enquanto os homens pescavam, as mulheres vendiam o peixe e cuidavam das casas e das aldeias. Eram essenciais para a economia local.

Dentro dos conventos, algumas mulheres - chamadas abadesas - tinham poder. Mandavam na comunidade, organizavam o trabalho e até escreviam textos religiosos. Não era uma vida livre como hoje, mas para algumas, era melhor.

A Idade Média foi uma época difícil para as mulheres. Mas mesmo com poucas escolhas, muitas conseguiram encontrar formas de resistir, aprender e até mandar um bocadinho! Hoje temos muito mais liberdade... graças à coragem de todas elas.

Clara Morais

Ser Cavaleiro na Idade Média



Para ser cavaleiro, não bastava vestir uma armadura! Só os **filhos de nobres** podiam seguir este caminho longo e exigente. Um camponês ou um comerciante, mesmo rico, quase nunca tinha **hipótese**. Alguns guerreiros podiam ser tornados nobres por feitos de grande bravura, mas isso era muito raro.

A aprendizagem



Paje: Um jovem nobre era enviado para a casa de um senhor para aprender as bases da **cavalaria**. Servia à mesa, aprendia boas maneiras, montava a cavalo e treinava com **armas de madeira**.

Escudeiro: Acompanhava um cavaleiro em combate, **cuidava das armas** e dos cavalos, e começava um treino intensivo com espada e lança.



Adubamento: Depois de provar a sua coragem e **lealdade**, o escudeiro era **armado cavaleiro** numa cerimónia. Recebia uma espada, uma cota de malha e, por vezes, um **feudo** (um pedaço de terra para administrar).



O lendário cavaleiro Lancelot armado cavaleiro pelo rei Artur (1470) ©BnF Paris

SABIAS QUE...

Ser cavaleiro era **caro**! Um bom cavalo de guerra custava o equivalente a vários anos de salário de um **camponês**.



Quem podia ser cavaleiro?

Só os nobres tinham essa oportunidade. Mas havia algumas exceções:

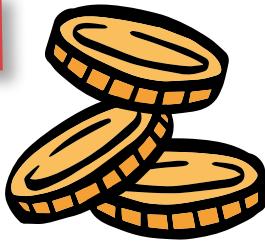
Cavaleiros andantes: sem terras nem senhor, viajavam pelo reino a oferecer os seus serviços.

Mercenários: guerreiros bem treinados que podiam ser contratados por **reis** ou **nobres**, mas sem o prestígio do título de **cavaleiro**.

Anobrecimento em batalha: soldados excepcionais podiam ser **armados cavaleiros** no campo de batalha.



Uma profissão bem paga?



Dependia muito do estatuto do cavaleiro.

Os cavaleiros ricos (da alta nobreza) tinham terras e vassalos que trabalhavam para eles. Viviam bem, lutavam nas grandes batalhas e recebiam recompensas do rei ou dos senhores.

Os cavaleiros sem terras tinham de se alugar como mercenários, viver da guerra ou encontrar um senhor que os sustentasse. Alguns acabavam na miséria ou entravam em ordens militares como os **Templários**.

O dia a dia de um cavaleiro

Esquece os contos com dragões e aventuras mágicas: o dia a dia de um cavaleiro misturava guerra, gestão de terras e deveres religiosos.

Guerra e torneios

Os cavaleiros eram, acima de tudo, guerreiros. Tinham de defender o seu senhor, partir em campanhas militares e participar nas **cruzadas ou nas reconquistas**, como a luta contra os Mouros em Portugal.

Em tempos de paz, treinavam nos **torneios**: competições violentas onde podiam mostrar o seu valor e ganhar dinheiro.



Representação de um torneio de justas do final do século XIII no *Codex Manesse*
©Walter von Klingen

A gestão das terras

Um cavaleiro não passava todo o tempo em batalha. Se tivesse um feudo, também era responsável por **gerir os camponeses**, cobrar **impostos** e fazer justiça local.



Estátua de Dom Nuno Álvares Pereira frente ao Castelo de Ourém
©Juntas / Wikimedia

Deveres religiosos e morais

Um cavaleiro devia obedecer ao **código da cavalaria**: coragem, lealdade ao seu senhor, e proteção dos mais fracos (especialmente nobres e clérigos).

Tinha muitas vezes ligação à **Igreja**, que via os cavaleiros como defensores da fé cristã.

Clara Moraes

SABIAS QUE...

Os cavaleiros da **Ordem do Templo** (os **Templários**) eram cavaleiros religiosos: como monges, faziam voto de **pobreza e obediência**, mas também combatiam para defender a **religião cristã**. Criado durante as cruzadas, o seu principal objetivo era proteger os peregrinos a caminho de **Jerusalém**.

Muito bem organizados, tornaram-se rapidamente **ricos e poderosos**. No entanto, o seu poder despertou a preocupação de alguns reis. Em 1312, a ordem foi proibida e muitos cavaleiros Templários foram **presos ou mortos**.



Uma profissão nada glamourosa!

Ser cavaleiro não era só viver grandes aventuras. Era uma profissão exigente, arriscada e reservada a uma elite. Entre guerras, responsabilidades e jogos de poder, a realidade estava longe dos contos de fadas!

VOCABULÁRIO

- Cavaleiros** : Chevaliers
filhos de nobres : fils de nobles
hipótese : hypothèse
cavalaria : chevalerie
armas de madeira : armes en bois
cuidava das armas : s'occupait des armes
lealdade : loyauté
armado cavaleiro : adoubé chevalier
feudo : fief
camponês : paysan
Cavaleiros andante : chevaliers errants
cruzadas ou nas reconquistas : croisades ou reconquêtes
gerir os camponeses : gérer les paysans
impostos : impôts
código da cavalaria : code de la chevalerie
Igreja : Église
Ordem do Templo/os Templários : Ordre du Temple / les Templiers
pobreza e obediência : pauvreté et obéissance
ricos e poderosos : riches et puissants
presos : prisonniers

Porque é que os CASTELOS são tão FORTES?

Estamos na Idade Média, no século XIV, e tu queres construir o castelo mais bonito, mais forte, mais imponente... o melhor castelo de todos! Nós explicamos-te como fazer!



Antes de mais, deves saber que os castelos são, acima de tudo, lugares de segurança, porque os tempos eram perigosos: ladrões, senhores rivais e até outros reinos tentavam enriquecer às tuas custas! Por isso, grande parte da tua atenção tem de estar focada na defesa do teu castelo.



©Jebulon / Wikimedia

Entrada

Comecemos pela entrada: deves ter um portão reforçado para resistir aos ataques dos aríetes. Escolhe madeira grossa e metal, e aproveita para decorar o portão com o teu brasão - assim todos saberão que aquele castelo é teu!



© Wikimedia

Gárgulas

Agora que tens tudo para ter um castelo forte, só falta torná-lo bonito! Para isso, podes colocar gárgulas. Como muitos acreditavam em monstros, só a presença das gárgulas já assustava os inimigos. Além disso, também podes colocar bandeiras com as cores do teu brasão para deixar tudo mais impressionante.

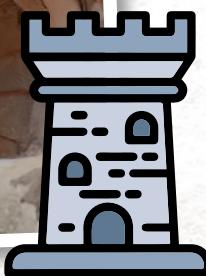
Muralhas

Um castelo deve ter muralhas bem grandes à volta, para aguentar ataques de canhões, trabucos e catapultas! As pedras usadas devem ter pelo menos 30 cm de espessura e ser bem empilhadas. As muralhas são tão largas e altas que dá para caminhar por cima delas.

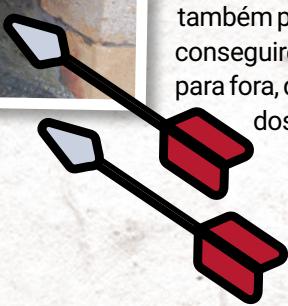


Torres de Vigia

Nos cantos das muralhas, constrói torres de vigia, onde vais colocar os teus cavaleiros para defender o castelo. Atenção: as escadas para subir às torres devem ser em espiral e a subir no sentido dos ponteiros do relógio! Assim, os teus cavaleiros (que são destros) terão vantagem contra os inimigos que tentem subir, pois estes vão bater com o braço na coluna central.



As janelas das escadas são estreitas e compridas - chamadas de seteiras -, para deixar passar a luz mas também para os arqueiros conseguirem disparar de dentro para fora, dificultando a vida dos atacantes.



Masmorra

Quando as batalhas acabam, precisas de um sítio para guardar os prisioneiros e os tesouros: é para isso que serve o torreão! Fica normalmente numa cave, bem escondido e de difícil acesso. Muitas vezes, quem entrava ali... já não saía.



Guarnição

Também vais precisar de escolher a tua guarnição. Um castelo não se defende sozinho! Vais precisar de cavaleiros (guerreiros a cavalo), infantes (guerreiros a pé), arqueiros e besteiros (que lutam com arcos e bestas), e ainda a tua guarda pessoal: os melhores dos melhores, equipados com lanças e escudos.



A Batalha de Aljubarrota (Castela contra Portugal, 1385)
©Jean d'Wavrin

Pronto! Agora já sabes tudo o que precisas para construir o teu castelo: das muralhas às decorações, passando pelos habitantes. Tens tudo para ter o melhor castelo possível!



Alicia Domingues

As Catapultas:

Máquinas de Guerra Impressionantes

As catapultas tiveram um papel essencial nas guerras da Idade Média. Estas grandes máquinas de cerco eram usadas para lançar pedras ou bolas contra os inimigos e os seus castelos. Eram temíveis e espalhavam o pânico!

Alguns Tipos de Catapultas

O Trabuco

era uma das catapultas mais potentes. Usava um **braço de alavanca pesado** que, ao ser lançado com força, conseguia atirar projéteis de **tamanho impressionante**. Este tipo de catapulta era especialmente temido por conseguir destruir muralhas de castelos.



Trabuco ©Emlach / Wikimedia



Balista ©Scigeek / Wikimedia

A balista era parecida com um **arco mecânico** gigante. Lançava projéteis mais pequenos do que os da trabuca, mas com **grande precisão**. Era muitas vezes usada para atacar **alvos específicos** como torres de vigia ou soldados.



Onagro © Rade Nagralasalović / Wikimedia

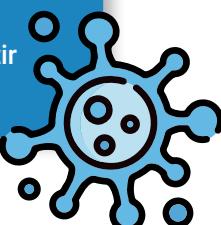
O onagro parecia uma pequena trabuca e era usado para lançar projéteis como **pedras ou potes cheios de óleo a ferver**. Tinha um alcance mais curto, mas era mais fácil de construir e de manobrar.

VOCABULÁRIO

Papel essencial	: rôle essentiel
máquinas de cerco	: machines de siège
bolas	: boulets ou balles
inimigos	: ennemis
temíveis	: redoutables
espalhavam	: semaient
trabuca / trabuco	: trébuchet
balista	: baliste
onagro	: onagre
alvos específicos	: cibles spécifiques
torres de vigia	: tours de guet
braço de alavanca pesado	: bras de levier lourd
tamanho	: taille
atirar projéteis	
de tamanho impressionante	: lancer des projectiles de taille impressionnante
arco mecânico	: arc mécanique
soldados	: soldats
pedras	: pierres
potes cheios de óleo a ferver	: pots remplis d'huile bouillante
manobrar	: manoeuvrer

SABIAS QUE...

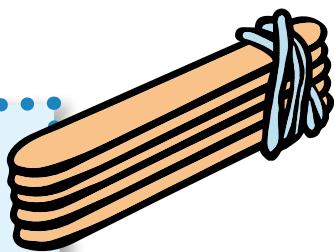
Durante o cerco de Caffa, em 1347, os Mongóis tiveram a ideia de usar catapultas para lançar cadáveres de pessoas mortas pela peste bubónica contra os defensores da cidade. O objetivo era espalhar o medo e transmitir a doença aos sitiados.



Constrói a tua própria Catapulta!

Queres perceber como funcionavam estas máquinas? Constrói esta mini-catapulta em casa! (Não prometemos que consiga destruir castelos, atenção!)

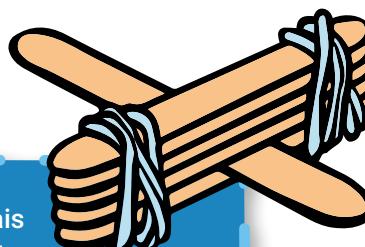
1 Pega em 5 paus e empilha-os uns sobre os outros.



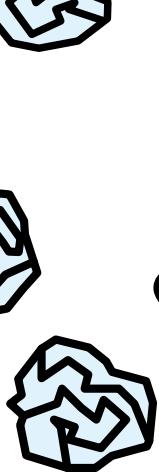
2 Rende uma das pontas com um elástico, dando várias voltas para ficar bem seguro.



3 Desliza mais um pau entre o pau de baixo e os outros, na posição perpendicular (em cruz).



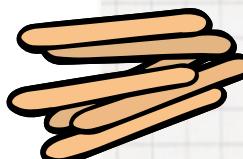
4 Depois, prende a outra ponta da pilha de paus com outro elástico.



5 Coloca a colher por cima do pau que está em cruz e prende a ponta da colher à ponta do pau que está sozinho, usando o último elástico.



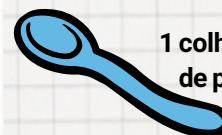
MATERIAIS



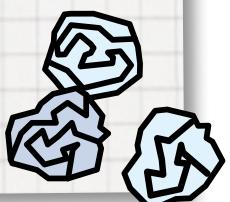
6 pau de madeira (tipo pau de gelado)



3 elásticos



1 colher de plástico



Alguns objetos pequenos para lançar (como bolas de papel ou rebuçados)

Rainha Dona Leonor de Avis

A Idade Média foi um tempo em que os reis governavam os países a partir dos seus grandes castelos. Nessa época, as coisas não eram justas entre homens e mulheres: os homens mandavam em quase tudo e podiam ser reis, cavaleiros ou chefes de família. Já as mulheres tinham poucas opções e, muitas vezes, tinham de seguir as ordens dos homens.

Mesmo com todas essas dificuldades, algumas mulheres conseguiram marcar a história. Uma delas foi **D. Leonor de Avis**, de quem te vamos falar hoje!



D. Leonor de Avis

D. Leonor de Avis nasceu em 1458, numa família real muito influente. Desde pequena, recebeu uma educação cuidada, o que era raro para as meninas da época. **Aprendeu a ler, a escrever e a conversar com pessoas importantes da corte**, preparando-se para um futuro papel político.

D. Leonor casou-se com o seu primo, rei D. João II, numa união pensada para reforçar os laços da família real.



D. João II.

Ela teve um único filho, o príncipe Afonso (o herdeiro do trono), que morreu muito jovem num acidente de cavalo o que foi uma enorme tragédia para a rainha e para o rei.

Alguns anos depois, também morreu o rei D. João II. Como o filho já não estava vivo, o trono passou para o irmão de D. Leonor, que se tornou D. Manuel I. Enquanto ele viajava, D. Leonor ficou a governar o país por algum tempo - isso chama-se ser regente.

A Rainha que Ajudava os Pobres

SABIAS QUE... ?

Quando D. Manuel I, irmão do rei, subiu ao trono em 1495, D. Leonor continuou a ser uma pessoa importante. Ela ajudou a criar o Hospital de Todos os Santos, em Lisboa, e participou na política do país, mesmo depois de se ter retirado para o Palácio de Xabregas.



© godiscoverportugal.com

Naquela época, não era bem aceite que uma mulher tivesse tanto poder, e muitos nobres começaram a afastá-la das decisões políticas. Por isso, D. Leonor acabou por se retirar para o Paço de Xabregas, em Lisboa, onde viveu de forma discreta, mas continuou a dedicar-se à ajuda aos mais pobres.

Mesmo afastada do poder, D. Leonor usou a sua influência para fazer o bem:

O primeiro hospital termal

Durante uma viagem entre Óbidos e Batalha, D. Leonor viu camponeses a banharem-se numa nascente de água quente, que diziam ter poderes de cura. A rainha também experimentou essas águas e sentiu-se melhor de um problema de saúde.

Então, mandou construir um hospital termal em Caldas da Rainha, onde os pobres doentes podiam ser tratados sem pagar nada. Este hospital é o mais antigo hospital termal do mundo ainda em funcionamento.



© Wikimedia - Joséotgon

SABIAS QUE...

Acidade de Caldas da Rainha tem esse nome por causa dela! Significa "Termas da Rainha", porque foi ali que D. Leonor mandou construir um hospital com águas quentes para curar os doentes.

A Santa Casa da Misericórdia

Em 1498, criou a Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, a primeira de muitas misericórdias. Estas instituições ajudavam pobres, doentes e abandonados, numa altura em que não existiam hospitais como hoje. As Misericórdias apoiavam quem mais precisava, oferecendo comida, abrigo, cuidados médicos e educação.

Graças à coragem de D. Leonor, foram criadas muitas outras Misericórdias em todo o país, ajudando milhares de pessoas.

Até hoje, as Misericórdias continuam a existir em Portugal, seguindo a missão de ajudar a comunidade.

SABIAS QUE...

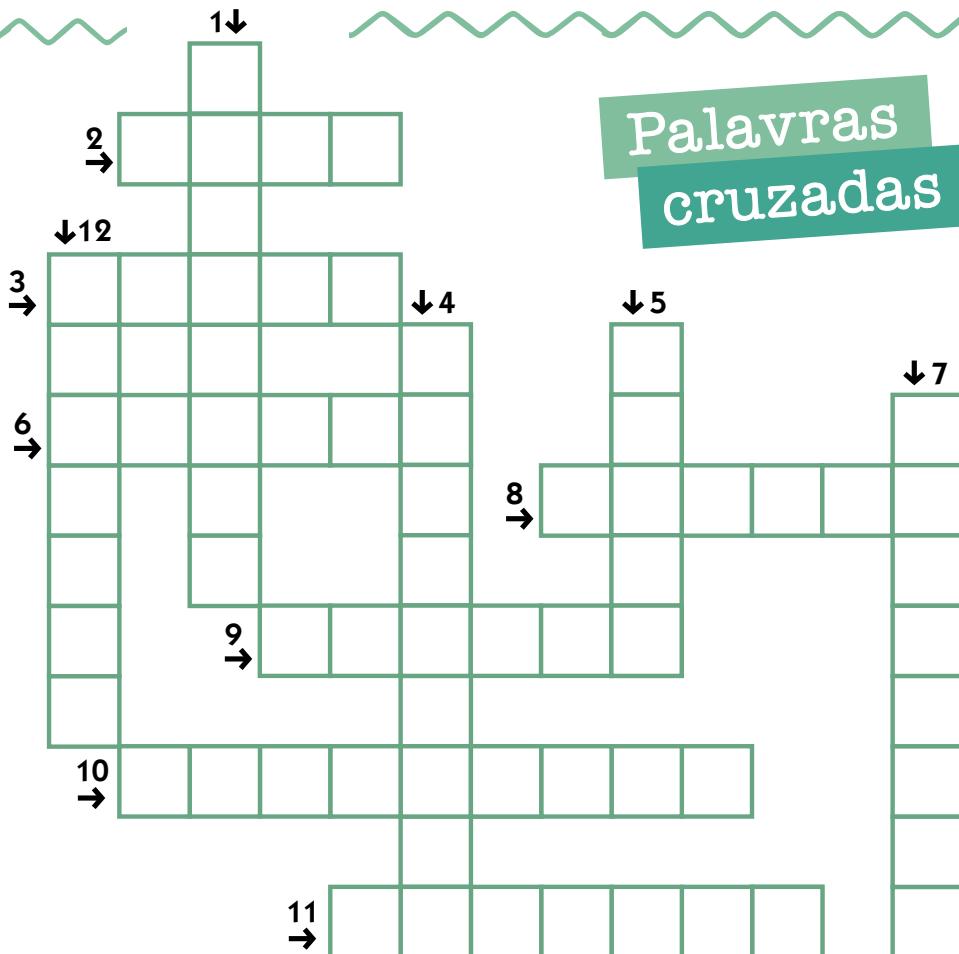
Ela escreveu as primeiras regras de um hospital em Portugal! Em 1512, foi criado o Compromisso do Hospital das Caldas. Nesse documento, dizia-se que todos deviam ter acesso aos cuidados de saúde, mesmo os mais pobres. Também se falava da importância da higiene e de cuidar da alma antes do corpo!

Estas ideias foram tão importantes que ajudaram a criar as famosas Misericórdias, grupos que ainda hoje ajudam quem mais precisa.



Jenny Carneiro
e Hélder Rodrigues

Palavras cruzadas



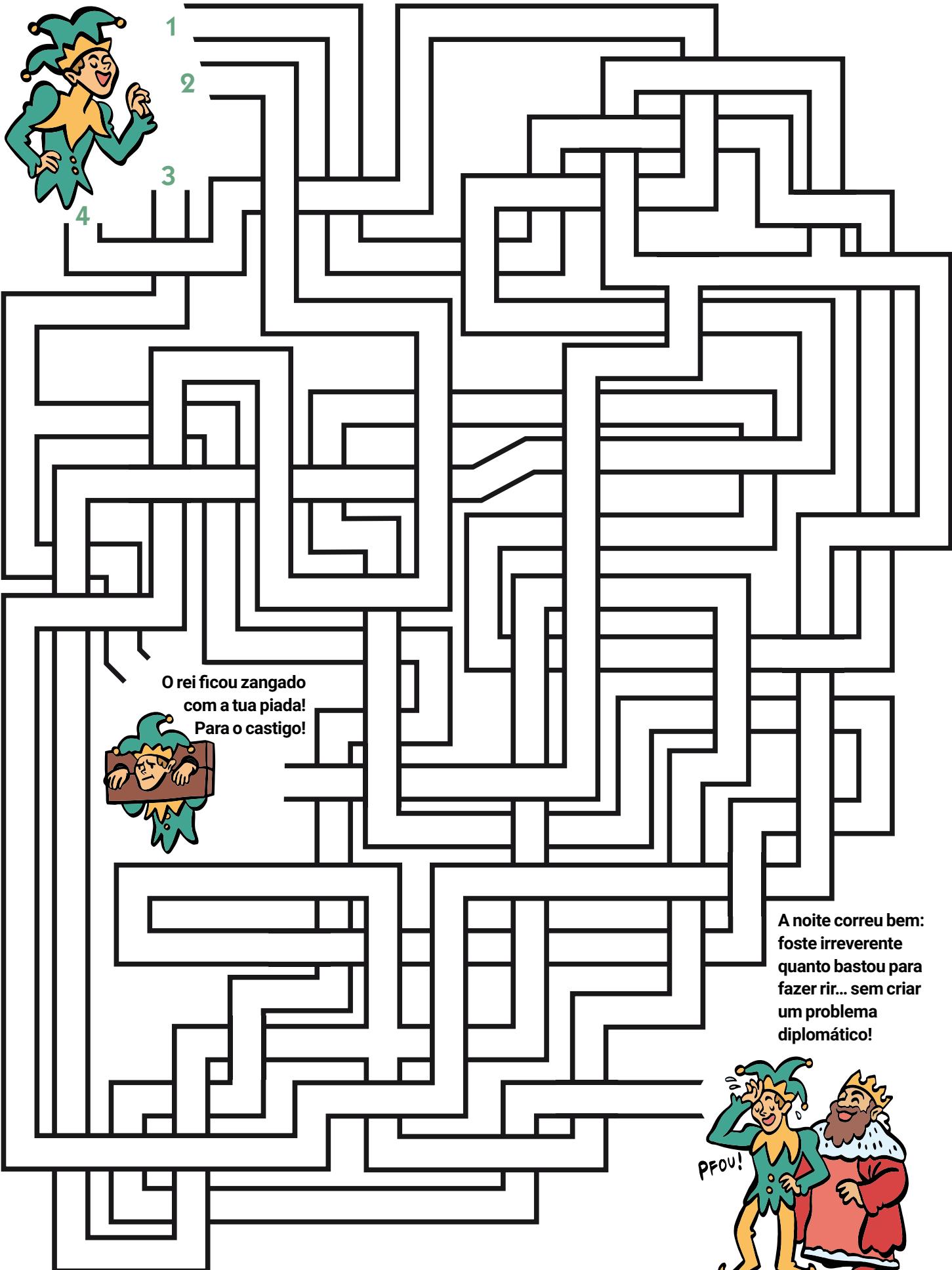
Desenho

Desenha o castelo medieval onde gostarias de viver e envia-o por e-mail para info@capmagellan.org

1. Ele é filho do rei e pode herdar o trono um dia.
2. Com esta arma, os arqueiros disparam flechas à distância.
3. Vive em um mosteiro e dedica-se à oração e ao estudo.
4. Máquina de guerra que lança pedras contra muralhas inimigas.
5. Um objeto brilhante que o rei e a rainha usam na cabeça.
6. A esposa do rei e muitas vezes governante do reino.
7. Neste lugar sagrado, os monges rezam e copiam manuscritos.
8. Uma criatura enorme que cospe fogo e guarda um tesouro.
9. Arma afiada usada pelos cavaleiros para lutar.
10. Ele usa uma armadura brilhante e luta a cavalo.
11. O rei e a rainha vivem numa grande fortaleza de pedra.
12. Este muro alto protege a cidade contra os invasores.

Labirinto

Tu és o Bobo da corte e tens de entreter toda a gente esta noite!
Escolhe as piadas certas para animar a festa, mas cuidado...
o rei é muito sensível!



Tu t'ennuies dans la voiture ?
Capi et Magui ont la SOLUTION !

Caderno de **FERIAS**



Scanne ce QR code pour accéder
à notre carnet de lecture et de jeux
de voyages ou va sur la page
www.capmagellan.com/jeux

