

# CAPMagjunior

O PRIMEIRO JORNAL DOS KIDS LUSODESCENDENTES

N°16

Dezembro 2025

## O Poder da Língua





**V**ous 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](mailto: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 !**

# Índice

<b>4</b> <b>Cartas dos leitores</b>	<b>Emprego</b> Terapeuta da Fala <b>12</b>	<b>24</b> <b>Cidadania</b> Um plano para salvar o planeta!
<b>6</b> <b>Ciência</b> Como se aprende uma língua?	<b>Língua</b> A Língua Portuguesa <b>14</b>	<b>E também:</b>
<b>8</b> <b>Arte</b> A Caligrafia escrever como arte	<b>Pequeno ecologista</b> A Linguagem dos Animais <b>20</b>	<b>5 → Livros</b> <b>17 → Receita:</b> Bolo-leão <b>18 → Questão:</b> Por que é que há tantas línguas? <b>19 → Expressões ilustradas</b> <b>26 → Jogos</b>
<b>10</b> <b>Conto</b> A Torre que Tocava as Estrelas	<b>História</b> A incrível viagem da língua portuguesa <b>22</b>	

**CAP MAGELLAN**

1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif

**tel:** +33 (0)1 79 35 11 00 **e-mail:** [capmag@capmagellan.org](mailto:capmag@capmagellan.org)

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

**site:** [capmagellan.com](http://capmagellan.com)

**CAPMag Junior - Jornal associativo**

**Redação:** Associação Des Ailes pour le Portugal em Nantes, Anne Marie Gonçalves, Ana Monteiro, Diane Ansault, Clara Morais, Eunice Martins, Jenny Gonçalves Carneiro e Hélder Rodrigues, Liliana Tavares Ribeiro

**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**

**2 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 : .....

\*Informations obligatoires

■ 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** (2 numéros en édition papier)

Règlement et bulletin à faire parvenir à Cap Magellan  
1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif

Há palavras que fazem bater mais depressa o coração

**José de Almada Negreiros,  
A Invenção do Dia Claro**



## OLÁ AVENTUREIROS LUSÓFONOS!

### Os artistas do CAPMag Junior

**L**eitores fiéis enviaram-nos belos desenhos dos castelos onde gostariam de viver, depois do nosso número sobre a Idade Média (se ainda não leste este número, não te preocipes! Está disponível em [capmagellan.com/capmag-junior](http://capmagellan.com/capmag-junior)). Tu também podes participar: envia-nos os teus desenhos para [info@capmagellan.org](mailto:info@capmagellan.org)



**Pauline**

**Tiago**

### Participa tu também!

**T**ambém 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](mailto:info@capmagellan.org) ou para o endereço postal: Cap Magellan, 1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif



### Jogos grátis para baixar e imprimir!

**P**odes encontrar todos os jogos de tabuleiro, cadernos de férias e edições antigas do CAPMag Junior em [capmagellan.com/jeux](http://capmagellan.com/jeux)



[capmagellan.com/jeux](http://capmagellan.com/jeux)



## Luas e Sangue

**Livro:** "Lunes et sang" da autora Eunice DM

**História:** Valentina, de 17 anos, leva uma vida simples e tranquila numa pequena aldeia de Portugal, ao lado da avó que a criou desde pequena. A avó conhece os segredos das plantas, sabe curar e preparar remédios naturais, e por isso muitos habitantes da aldeia olham para ela com desconfiança, chamando-a de bruxa.

Tim é um jovem lobo adulto diferente de todos os outros. Enquanto os restantes lobos têm o pelo cinzento, o dele é branco como a neve, com uma estrela prateada a brilhar no peito. Tim sente uma enorme curiosidade pelos humanos - os "bípedes", como lhes chama - que o fascinam e intrigam. Essa curiosidade preocupa profundamente a mãe, que teme que um dia venha a ser a sua perdição.

Os lobos, afinal, não são bem-vistos pelos humanos. Muitos acusam-nos de atacar o gado e sonham apenas com a sua expulsão ou desaparecimento. Para sobreviver, os lobos aprenderam que devem manter-se longe dos humanos.

Mas os jovens lobos adultos, tal como os adolescentes humanos, nem sempre seguem as regras...

Eunice Martins  
Autora de livros para crianças:  
[eunice-dm.webnode.fr](http://eunice-dm.webnode.fr)



## Os três castelos das três bruxas malvadas

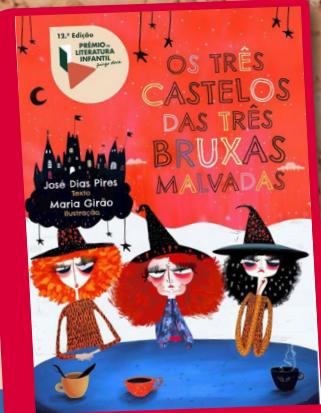
**Autores:** José Dias Pires (texto) e Maria Girão (ilustração)

**História:** Esta história fala de três bruxas muito malvadas que mandam construir três castelos incríveis: um castelo fica na água, outro no chão e o terceiro no ar.

Dentro desses castelos vivem criaturas estranhas e engraçadas, como tubarões gulosos, abutres trapalhões e centopeias cheias de sapatos.

O livro é contado em rimas, como uma canção ou uma lengalenga, e está cheio de palavras divertidas que dão vontade de ler em voz alta.

É uma história cheia de imaginação, humor e surpresas, perfeita para quem gosta de bruxas, castelos e jogos de palavras.



## Eu e o Segredo do Faraó

**Autores:**  
Catarina Fonseca (texto)  
e Mané Peixoto (ilustração)

**História:** "Eu e o Segredo do Faraó" conta a história de Artur, um rapaz de cerca de 9 anos com um grande sonho: ter um cão. Determinado e criativo, ele constrói planos para conquistar este desejo, enfrentando imprevistos e acidentes que o metem em aventuras inesperadas.



# Ciência

# COMO se APRENDE uma LÍNGUA?

**F**alas francês? Português?  
Um pouco de inglês? Bravo!  
O teu cérebro já é um verdadeiro acrobata das palavras! Mas como é que ele consegue compreender, memorizar e usar uma língua?

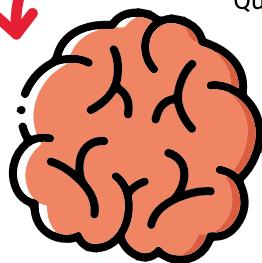
## O CÉREBRO

**Q**uando aprendes **uma nova língua**, o teu cérebro entra em modo super ativo: ouve, repete, compara e organiza os sons, palavras e frases.

Cada vez que ouves ou dizes uma palavra, o cérebro cria uma **ligação** entre vários **neurónios** - como se estivesses a traçar **caminhos** numa grande floresta.

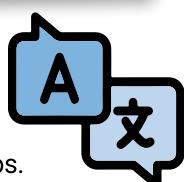
Quanto mais usas esses caminhos (a falar, a cantar, a ler...), mais fácil é para o teu cérebro os reconhecer.

Isto chama-se memória de **longo prazo**: o cérebro guarda o que usas **com frequência**.



## AS CRIANÇAS APRENDEM MAIS RÁPIDO

**J**á reparaste que as crianças bilingues passam de uma língua para outra como verdadeiros ninjas? Isto é normal! O cérebro delas ainda é super **flexível**, tem uma grande **plasticidade**, e cria facilmente novos caminhos entre os neurónios.



Quando um bebé ouve várias línguas em casa, ele **reconhece** sons diferentes muito mais cedo. E como ainda não tem **medo de errar**, tenta, imita e diverte-se - ou seja, aprende naturalmente!

## VOCABULÁRIO

Falar	: Parler
Cérebro	: Cerveau
Palavras	: Mots
Super ativo	: Super actif
Ligação	: Lien / Connexion
Neurónios	: Neurones
Caminhos	: Chemins
Longo prazo	: Long terme
Com frequência	: Souvent
Reparaste	: Tu as remarqué
Crianças	: Enfants / Flexível
Plasticidade	: Plasticité
Reconhece	: Reconnaît
Cedo	: Tôt
Medo de errar	: Peur de se tromper
Tons do mandarim	: Tons du mandarin
Altura	: Hauteur
Sotaque	: Accent
Não notam	: Ils ne remarquent pas
Sons da língua que ouve	: les sons de la langue qu'il entend
Fenómeno	: Phénomène
Estreitamento perceptivo	: Rétrécissement perceptif.
Desde cedo	: Dès le plus jeune âge
Alguém à tua volta	: Quelqu'un autour de toi
Desenhos animados	: Dessins animés
Legendas	: Sous-titres
Esconde a folha	: Cache la feuille
Desenho	: Dessine
Cada palavra	: Chaque mot
Memorizar	: Mémoriser

## SABIAS QUE...

**A**o nascer, os **bebés** conseguem distinguir muitos sons, mesmo os que não existem na sua língua.

Por exemplo, percebem os **tons do mandarim** (onde a **altura** da voz muda o significado de uma palavra) ou variações de **sotaque** que muitos adultos **não notam**.

Esta capacidade dura cerca de 10 a 12 meses, até que o **cérebro** se **especialize nos sons da língua que ouve** mais - fenómeno chamado **estreitamento perceptivo**.



## AS TÉCNICAS PARA APRENDER

**Q**ueres memorizar palavras e frases mais facilmente? Experimenta estas dicas:

- ★ **Se alguém à tua volta fala a língua,** pede-lhe para te falar só nessa língua. Mesmo algumas frases por dia fazem grande diferença.
- ★ **Usa as palavras no teu dia a dia.** Cola etiquetas ("porta", "janela", "cadeira") em casa, ou cria jogos de faz de conta com amigos.



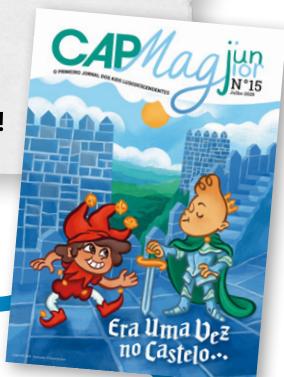
- ★ **Canta as palavras!** A música ativa a memória, as emoções e o ritmo - três super poderes do cérebro.
- ★ **Associa palavras a imagens.** Quando desenhas ou imaginas uma cena, o cérebro memoriza mais rápido.
- ★ **Repete muitas vezes.** Esta é a chave! Mesmo 5 minutos por dia ajudam bastante.

## SABIAS QUE ...

**A**s crianças bilingues associam cada língua a uma pessoa. Por exemplo, podem falar francês com os pais e português com a avó, sem confundir as línguas. Isto mostra que o cérebro bilingue organiza as línguas de forma inteligente desde cedo.

★ **Ouve música, vê filmes, séries ou desenhos animados** na língua que queres aprender. No início, podes usar **legendas** para ajudar a compreender.

★ **Lê livros simples,** ou melhor ainda: lê o **CAPMag Junior!**



## EXPERIÊNCIA:

**P**or que é que algumas palavras estrangeiras ficam na tua cabeça... e outras não? Com esta experiência, vais descobrir o segredo do cérebro dos poliglotas!

### I A PRIMEIRA LISTA

- ★ **Escreve 10 palavras em português (ou noutra língua que estejas a aprender).**
- ★ **Lê-as uma única vez durante 30 segundos, depois esconde a folha.**
- ★ **Tenta escrever o máximo que conseguires de memória.**
- ★ **Conta quantas palavras te lembras!**

### II A SEGUNDA LISTA

- ★ **Agora escolhe 10 novas palavras.**
- ★ **Lê várias vezes (3 ou 4) ou faz um desenho ao lado de cada palavra para memorizar melhor.**
- ★ **Esconde a folha e tenta escrever novamente de memória.**



Vais reparar que **lembras-te de muito mais palavras** quando as **repetes** ou as **ligas a imagens**, porque o cérebro adora fazer **conexões**!

Ana Monteiro

# A Caligrafia

## escrever como arte

**A** caligrafia é a arte de escrever de forma bonita e criativa. Não é só escrever as palavras, é também transformar as letras numa expressão artística, onde cada traço, curva e movimento tem importância.

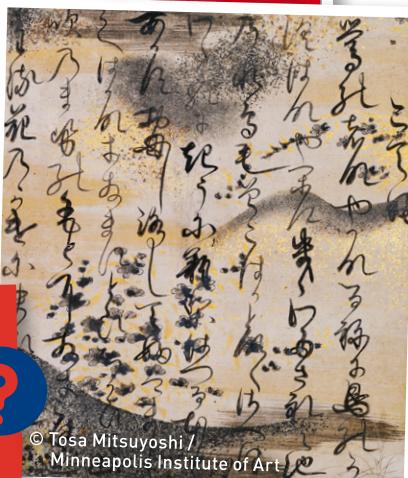
### Diferentes caligrafias pelo mundo

#### Na China e no Japão,

a caligrafia é feita com **pincéis** e **tinta**. Cada traço precisa de ser muito **cuidadoso** e fluido. Na China, os mestres passavam horas a praticar os traços para alcançar a perfeição. No Japão, a caligrafia (chamada **shodō**) é vista como uma forma de meditação: o movimento do pincel ajuda a pessoa a concentrar-se e a encontrar **paz interior**.



© Weng Tonghe  
Metropolitan Museum of Art



© Tosa Mitsuyoshi /  
Minneapolis Institute of Art

#### SABIAS QUE...

**N**o Japão, existe uma competição de caligrafia em que os participantes escrevem com pincéis enormes, às vezes tão grandes quanto eles próprios!

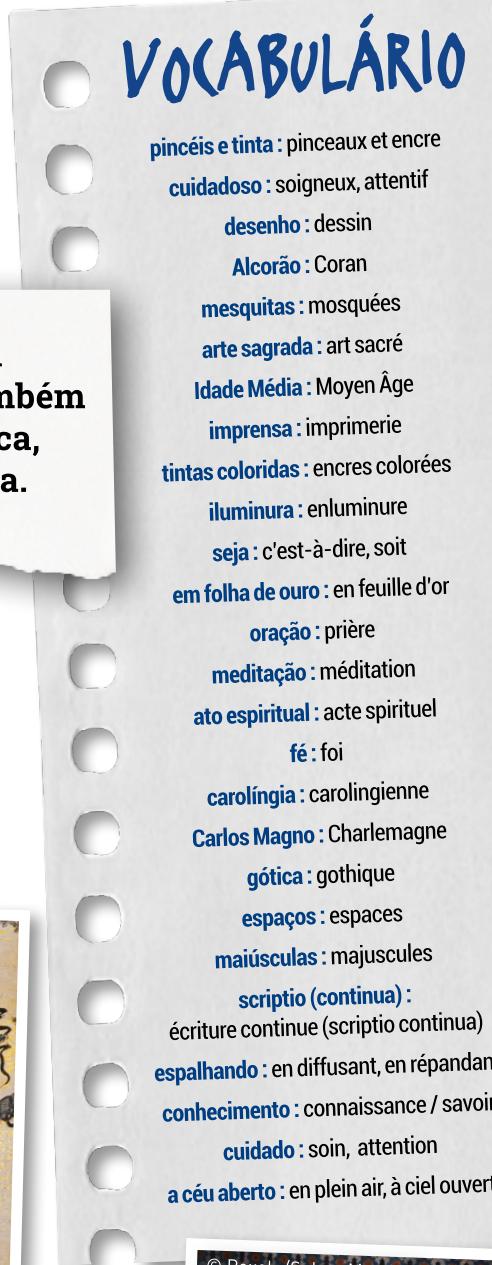


©www.aoiyamaguchi.com

#### A caligrafia árabe

é conhecida pelas suas curvas elegantes e pelos movimentos contínuos, que parecem dançar no papel. As letras juntam-se de forma harmoniosa, formando **desenhos**.

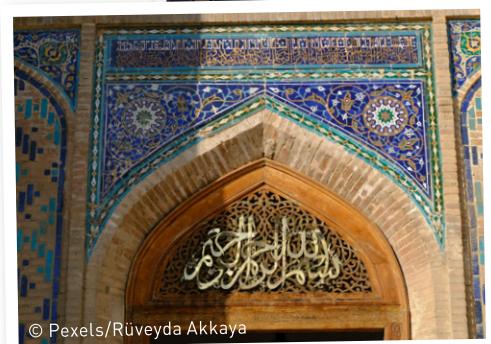
Como a religião islâmica não permite representar pessoas ou animais em locais religiosos, os artistas usaram palavras - especialmente versos do **Alcorão** - para decorar **mesquitas**, livros e objetos preciosos. Para eles, a caligrafia não é só escrever: é uma **arte sagrada**.



## VOCABULÁRIO

- pincéis e tinta** : pinceaux et encre
- cuidadoso** : soigneux, attentif
- desenho** : dessin
- Alcorão** : Coran
- mesquitas** : mosquées
- arte sagrada** : art sacré
- Idade Média** : Moyen Âge
- imprensa** : imprimerie
- tintas coloridas** : encres colorées
- iluminura** : enluminure
- seja** : c'est-à-dire, soit
- em folha de ouro** : en feuille d'or
- oração** : prière
- meditação** : méditation
- ato espiritual** : acte spirituel
- fé** : foi
- carolíngia** : carolingienne
- Carlos Magno** : Charlemagne
- gótica** : gothique
- espaços** : espaces
- maiúsculas** : majuscules
- scriptio (continua)** : écriture continue (scriptio continua)
- espalhando** : en diffusant, en répandant
- conhecimento** : connaissance / savoir
- cuidado** : soin, attention
- a céu aberto** : en plein air, à ciel ouvert

© Pexels/Salma Moudood



© Pexels/Rüveyda Akkaya

**Na Europa**, durante a Idade Média, os monges copistas copiavam livros à mão, muito antes da invenção da **imprensa**. Nos mosteiros, passavam longas horas em silêncio a escrever com penas e **tintas coloridas**. Os seus manuscritos eram frequentemente acompanhados de **iluminura**, ou seja, da decoração das páginas com desenhos, letras ornamentadas e detalhes **em folha de ouro**.

Para eles, escrever era mais do que uma simples tarefa: era uma forma de **oração** e de **meditação**. Cada gesto da pena tornava-se um **ato espiritual**, uma expressão de **fé** e de disciplina interior.

Com o tempo, a caligrafia latina foi-se transformando, influenciada pela cultura, pela política e pela técnica. Surgiram novos estilos de letras, como a **carolíngia**, criada por **Carlos Magno**, e a **gótica**, usada nos grandes manuscritos dos séculos seguintes.



## SABIAS QUE...

**A**ntes do século IX, os textos eram escritos sem **espaços** entre as palavras e quase sem **maiúsculas**. Esta forma de escrita, chamada **scriptio continua**, tornava a leitura difícil.

Foi com a reforma da escrita carolíngia, promovida por **Carlos Magno**, que surgiram os **espaços**, as **maiúsculas** e a **pontuação**, tornando os textos mais fáceis de ler e espalhando melhor o conhecimento.

## A caligrafia moderna

**H**oje, a caligrafia continua a existir, mas de uma forma diferente. O **graffiti** e o **lettering** mostram que escrever também pode ser arte nas cidades.

Os artistas usam letras coloridas e formas criativas para transmitir mensagens e ideias. Pintar letras nas ruas exige **cuidado**, força e imaginação. Cada traço é pensado para transformar muros e paredes em obras de arte a **céu aberto**.

Em Portugal, os artistas Mariana Branco e Emanuel Barreira, do grupo **Halfstudio**, são muito conhecidos. Criam letras grandes, cheias de cor e movimento, com mensagens positivas para quem vive nas cidades. Os seus trabalhos já apareceram em exposições e festivais, em Portugal e noutros países.

Com o graffiti e o lettering, as palavras ganham cor e enchem as ruas de alegria!



**Liliana Tavares Ribeiro**

# A Torre que Tocava as Estrelas

**H**á muito, muito tempo, a humanidade vivia em pequenas tribos. A cada solstício, todos os chefes se reuniam para decidir sobre a partilha de terras e resolver qualquer disputa que pudesse existir entre as tribos.

**U**m dia, alguém teve uma ideia grandiosa:

**- "E se construíssemos uma Torre tão alta que chegasse até ao céu?"**

Todos concordaram. E assim começaram a trabalhar: uns carregavam pedras, outros misturavam a argamassa, outros ainda cuidavam da comida para que ninguém passasse fome. Cada pessoa tinha um papel, e todos se entendiam perfeitamente.

A Torre cresceu, cresceu e cresceu... No entanto, o processo foi mais moroso do que o esperado. As pedras ao redor da Torre tinham acabado, então tinham de ir buscá-las cada vez mais longe. A argamassa era cada vez mais complicada de fazer, pois já não havia

água nas redondezas. A Torre já estava tão alta que era cada vez mais difícil levar os blocos para o cimo da construção.

Desalentados com estes obstáculos, os chefes começaram a culpar-se uns aos outros por cada retrocesso, espalhando discórdia e confusão. As tribos deixaram de ver a Torre como algo que as uniria, mas como algo inútil, um símbolo da ganância dos seus líderes e que estava condenado ao falhanço.

A situação ficou de tal forma descontrolada que o projeto foi abandonado. Todos voltaram às suas tribos, os chefes deixaram de se reunir a cada solstício e este grandioso projeto caiu no esquecimento.



## VOCABULÁRIO

Passadas algumas décadas, um **pastor** que por ali passava com o seu **rebanho** encontrou as ruínas da Torre abandonada. Intrigado, chamou o resto da sua tribo para tentarem descobrir do que se tratava.

O sábio ancião daquela tribo reconheceu a Torre em que tinha trabalhado quando era jovem. Encantado com a redescoberta, convenceu o chefe a convocar as outras tribos no solstício de verão seguinte para recomeçar a construção.

Convencer os outros chefes provou ser uma tarefa árdua. As décadas sem interações entre as tribos, as desavenças antigas e os estereótipos que tinham criado umas das outras tornavam a comunicação difícil. Era preciso voltar a **descobrir o outro** e ir mais **além da superfície**.

No entanto, o ancião e o seu chefe não desistiram. Nos meses seguintes, foram de tribo em tribo explicar como o projeto **tinha sido marcante** e como era importante voltarem a trabalhar juntos. Quando chegou o solstício de inverno, os chefes voltaram a reunir-se. Todos concordaram: a Torre tinha de **ser acabada**.

O processo não foi fácil. As tribos tiveram de aprender a aceitar as suas diferenças e a trabalhar juntas.

Mas os **esforços recompensaram** e a Torre **floresceu**. Ficou mais alta do que qualquer montanha. Tão alta que as nuvens passavam por entre as janelas e os **pássaros** vinham pousar nos **andares de cima**.

No último dia de construção, quando colocaram a pedra final, **olharam para cima** e ficaram em silêncio. A ponta da Torre **tocava nas estrelas**.

Foi então que perceberam uma coisa importante:

Eles não tinham construído a Torre para apaziguar a ganância dos chefes, mas sim para mostrar o quanto conseguiam realizar quando trabalhavam juntos.

De cima, **viam a Terra inteira**: mares brilhantes, desertos dourados, florestas verdes sem fim. E ali, naquele momento, entenderam que a verdadeira força deles não era a altura da Torre... mas a união.

E assim, a Torre deixou de ser um símbolo de confusão, para ser um símbolo de **amizade**. Um lugar onde todas as vozes se encontravam e aprendiam a **cantar juntas**.

E dizem que, se ouvires com atenção, nas **noites de luar**, ainda se podem ouvir as **risadinhas** e músicas vindas lá de cima da Torre.

**Solstício**: Solstice. Le jour le plus long en été ou le plus court en hiver. Les solstices indiquaient le bon moment pour semer et récolter, comme un calendrier naturel. Ils étaient aussi des jours sacrés.

**Argamassa** : Mortier. Pâte composée de chaux ou de ciment avec du sable et de l'eau

**passasse fome** : aient faim

**um papel** : un rôle

**ao redor** : autour de

**tinham acabado** : il n'y en avait plus

**ir buscá-las cada vez mais longe** : aller en chercher de plus en plus loin

**nas redondezas** : dans les environs

**Desalentados** : Désouragés

**culpar-se uns aos outros** : se blâmer les uns les autres

**retrocesso** : revers, obstacle

**espalhando** : semant, propageant

**ganância** : avidité

**líderes** : chefs / **falhanço** : échec

**caiu no esquecimento** : tomba dans l'oubli

**pastor** : berger

**rebanho** : troupeau

**descobrir o outro** : découvrir l'autre

**além da superfície** : au-delà des apparences

**tinha sido marcante** : avait été remarquable

**ser acabada** : être achevée, finie

**esforços recompensaram** : les efforts ont payé

**floresceu** : a prospéré

**pássaros** : oiseaux

**andares de cima** : étages supérieurs

**olharam para cima** : ils ont levé les yeux

**tocava nas estrelas** : touchait les étoiles

**viam a Terra inteira** :

ils voyaient toute la Terre

**amizade** : amitié

**cantar juntas** : chanter ensemble

**noites de luar** : nuits de pleine lune

**risadinhas** : petits rires

Esta história tem inspiração na passagem bíblica sobre a Torre de Babel



Anne Marie Gonçalves

Ilustração: © Diane Ansault

# Terapeuta da Fala

O especialista das palavras e da voz!

**J**á ouviste falar de um terapeuta da fala? Talvez já tenhas ido a uma consulta ou conheças um amigo ou uma amiga que vai ao terapeuta da fala. Mas sabes mesmo para que serve esta profissão? O terapeuta da fala ajuda as crianças (e também os adultos!) a falar melhor, a compreender melhor, a ler, a escrever... e até a usar a voz de forma mais saudável.

Pronto para descobrir esta profissão? Vamos lá!

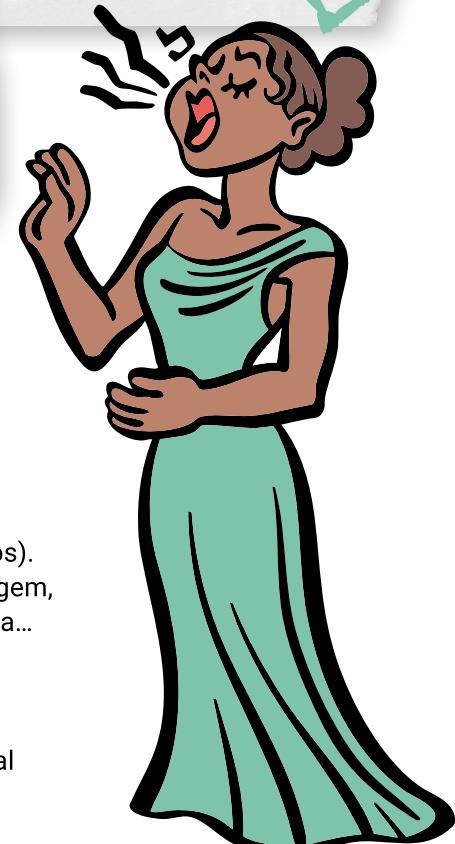


## Quem vai ao terapeuta da fala?

- Os bebés que não balbuciam ou que têm dificuldade em mamar ou dizer sons
- As crianças que ainda falam pouco, trocam sons ou cometem muitos erros de pronúncia (como confundir "f" e "v", "ch" e "j"...).

- As pessoas com dificuldades de aprendizagem, como a dislexia ou a disortografia
- As pessoas que gaguejam ou falam muito rápido e não conseguem ser entendidas.

- Os adultos que forçam a voz (como cantores ou professores) e precisam de aprender a usá-la melhor.



## SABIAS QUE...

**C**onheces o trava-línguas "Les chaussettes de l'Archiduchesse sont-elles sèches ou archi-sèches"? Existe um equivalente em português! Diz esta frase em português o mais depressa possível: "O rato roeu a roupa do rei de Roma"



## Como se tornar terapeuta da fala?

**E**m França e em Portugal, é preciso fazer estudos longos na universidade (cerca de 5 anos). Aprende-se como funcionam a linguagem, a voz, a deglutição, a leitura, a memória... e também se fazem muitos estágios práticos em hospitais ou clínicas. A única diferença é que em França chama-se orthophoniste e em Portugal chama-se terapeuta da fala.



# OS EXERCÍCIOS

**A**qui tens alguns exercícios fáceis (e divertidos!) que os terapeutas da fala usam.

Podes experimentá-los! Estes jogos de sopro ajudam a respirar bem, falar melhor e até a relaxar.

## EXERCÍCIO II: AS BOLHAS NA ÁGUA

**C**oloca uma palhinha num copo de água e sopra para fazer bolhas sem salpicar. Podes também cantar ou fazer sons na palhinha ("ouuu"), o que faz trabalhar as cordas vocais de forma suave. **Treinas a tua respiração e os músculos da boca.**

Também resulta com chocolate quente



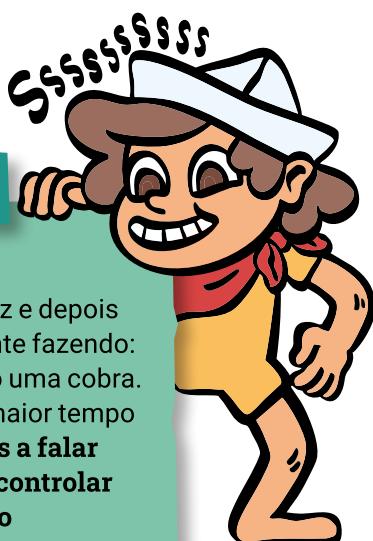
## SABIAS QUE...

**M**uitas crianças confundem os sons "s" e "ch". O terapeuta da fala ajuda-as a ouvi-los bem... e a dizer-los corretamente.



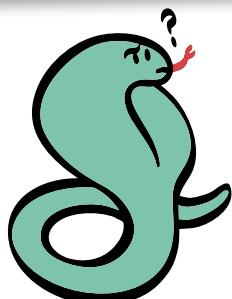
## EXERCÍCIO I: A PENA QUE VOA

**A**panha uma pena pequena (ou um pedaço de algodão leve). Inspira pelo nariz e sopra devagar para a fazer voar o máximo de tempo possível. **Aprendes a soprar devagar e durante mais tempo.**



## EXERCÍCIO III: A COBRA

**I**nspira pelo nariz e depois sopra lentamente fazendo: sssssssss como uma cobra. Tenta aguentar o maior tempo possível! **Aprendes a falar mais devagar e a controlar melhor o teu sopro**



## A Língua Portuguesa: Um passaporte para cinco continentes



**H**á palavras que viajam mais longe do que muitos aviões - e o português é uma delas! Falado por mais de 260 milhões de pessoas, é uma língua que atravessa oceanos e liga países em todos os continentes. O português é hoje a quinta língua mais falada do planeta e é língua oficial em nove países de África, da Ásia e da América do Sul.

### A HISTÓRIA

A língua portuguesa chegou a muitos lugares do mundo por causa das viagens dos navegadores portugueses, há mais de 500 anos. Mas essa história também tem um lado triste.

Durante séculos, quando vários países europeus, incluindo Portugal, controlavam territórios nesses continentes, houve conquistas e colonizações.

Os povos locais foram obrigados a falar português em vez das suas próprias línguas na escola, no governo ou até em casa, para poderem sobreviver. Isso fez com que muitas culturas e línguas fossem esquecidas.

Apesar disso, os povos de cada país adaptaram o português à sua própria cultura - misturando-o com palavras, ritmos e tradições locais :

Assim, do Brasil vem um português cheio de música e alegria. Em Angola e Moçambique, mistura-se com o ritmo africano. Em Cabo Verde, dança com as palavras do crioulo, e em Timor-Leste brilha ao lado de muitas outras línguas locais. Até na Ásia o português deixou pegadas - como em Macau e Goa, onde ainda se ouvem traços dessa herança.



## VOCABULÁRIO

Passaporte: Passeport  
Palavras: Mots / Aviões: Avions

Atravessa : Traverse

Lugares do mundo: Lieux dans le monde

Lado triste: Côté triste

Obrigados a falar português : Obligés de parler portugais

Suas próprias línguas : Leurs propres langues

Sobreviver: Survivre

Esquecidas: Oubliés

Misturando : Mélange / Crioulo: Créole

Fonemas: Phonèmes - des éléments sonores du langage parlé

Ditongos nasais : Une diphtongue nasale - voyelle qui change de timbre en cours d'émission

Nasais : Nasal. Quand, lorsqu'on fait le sons, la voix passe aussi par le nez

Apenas divertido: seulement divertissant

Vantagem: Avantage

Passaporte: passeport

Livros, jornais e pesquisas: des livres, des journaux et des recherches

Ampliando os horizontes: élargir les horizons

Intercâmbios: échanges

Bolsas: Bourses d'études

Abre portas: ouvre les portes

Conseguir ou não um emprego: trouver ou pas un emploi

Conjunto de palavras: ensemble de mots

Fio invisível : fil invisible

Mais-valia: Valeur ajoutée

## SABIAS QUE... ?

O português tem cerca de 40 a 42 sons diferentes (fonemas), enquanto, por exemplo, o francês só tem 36.

Para além disso, alguns fonemas são tão específicos que quase nenhuma outra língua conhece, como por exemplo o som "ão", como em pão ou coração, o "lh", de milho ou trabalhar, o "nh", de ninho.

Os ditongos nasais como em mãe ou pão tornam a língua musical e cheia de ritmo. É como se cada palavra tivesse a sua própria melodia, que muda de região para região e dá ao português um charme único!

# AS VANTAGENS de falar PORTUGUÊS

**F**alar português não é **apenas divertido** e útil para viajar - é também uma grande **vantagem** no futuro!

O português é um verdadeiro **passaporte cultural**. Quem domina esta língua pode estudar, trabalhar e fazer amigades em muitos lugares diferentes.

## CULTURA

**N**os estudos, o português é uma vantagem. **Ler livros, jornais e pesquisas** em português permite aprender sobre culturas diferentes, história e ciência, **ampliando os horizontes** do conhecimento.

Além disso, universidades de vários países lusófonos oferecem cursos, **intercâmbios e bolsas** para quem domina a língua.

## TRABALHO

**N**o mercado de trabalho, o português também **abre portas**. Empresas que fazem negócios entre Brasil, Portugal, África e Ásia procuram pessoas que consigam comunicar com clientes e parceiros em português.

Por isso, saber falar bem a língua pode ser a diferença entre **conseguir ou não um emprego**.

Falar português é também abrir janelas para novas aventuras. É uma das línguas mais faladas da internet, da música e do cinema, e está a crescer todos os dias.



Universidade de Coimbra  
©Oren Rozen/Wikimedia



## CONCLUSÃO

**O** português é muito mais do que um **conjunto de palavras** - é um **fio invisível** que une povos, histórias e emoções. Falar português é uma **mais-valia**: ajuda a compreender o mundo, a criar amizades internacionais e a abrir portas no futuro, tanto profissional como pessoal.

Quanto mais cedo aprendemos e praticamos, mais fácil será usar essa língua como uma verdadeira chave para o mundo.

## SABIAS QUE...?

**O** português é uma das línguas mais fonéticas do mundo. Muitas palavras escrevem-se quase da mesma forma que se pronunciam. Mas ainda assim existem alguns sons secretos e difíceis que tornam a língua divertida de aprender.



## SABIAS QUE...?

**O** português é a língua oficial de organizações internacionais, como a Comunidade dos Países de Língua Portuguesa (CPLP) e alguns órgãos da ONU, o que ajuda os países a trabalharem juntos e a trocar ideias.

# ESPERANTO

## uma missão (quase) impossível

**S**abias que existe uma língua criada para todos se entenderem? O Esperanto surgiu no final do século XIX com a publicação da sua primeira gramática em 1887 por **Ludwik Lejzer Zamenhof**, um médico polaco, com o objetivo de ser uma língua internacional para facilitar a comunicação entre os povos.

### A HISTÓRIA

**L**udwik Lejzer Zamenho queria criar uma língua fácil de aprender com regras simples e poucas exceções, para que fosse uma ferramenta para a união, fraternidade e para facilitar a comunicação universal.

Para refletir este o objetivo, a língua foi chamada de esperanto, que significa literalmente "aquele que espera" ou "esperança".

No entanto, o esperanto nunca se tornou a língua oficial de nenhum país. Cada país já tinha a sua cultura e língua, então convencer toda a gente a usar uma língua nova foi muito difícil.

### SABIAS QUE...

**A**língua Esperanto continua a ser falada e utilizada em diversas partes do mundo, com centros de estudo, publicações (como a revista *El Popola Ĉinio*) e transmissões de rádio. Ela está presente em todos os continentes, incluindo a Antártida.



### ESPERANTO HOJE

**A**pesar disso, a língua sobreviveu graças aos clubes locais e à disseminação boca à boca, mesmo sem o apoio oficial de nenhum governo.

É difícil saber exatamente, mas estima-se que cerca de 100.000 pessoas sabem falar esperanto até certo ponto e que cerca de 10.000 falam muito bem.

**Ludwik Lejzer Zamenhof**

\* Aqui está a tradução desta frase em esperanto para português : « **Eu não quero ser o criador da língua, quero apenas ser o seu iniciador** »

### SABIAS QUE...

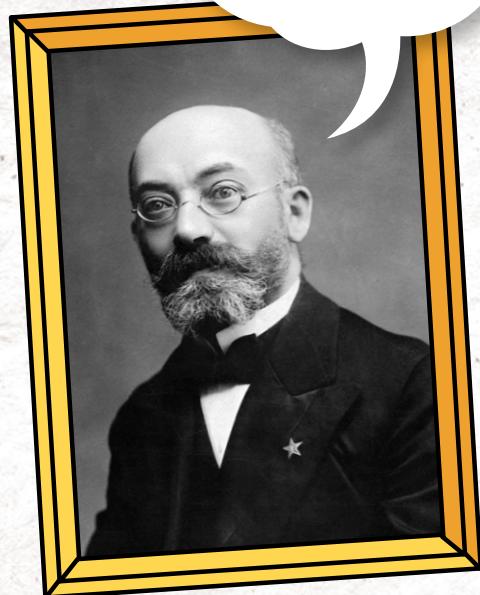
**O** inglês espalhou-se porque milhões de pessoas o usam em filmes, livros, música, jogos e na ciência.

Já uma língua artificial não tem um país por trás, nem milhões de falantes que a façam viajar pelo mundo. Além disso, muita gente prefere aprender línguas que ajudam a trabalhar, viajar ou fazer novos amigos.

Sem utilidade prática no dia a dia, uma língua artificial acaba por ter muito mais dificuldade em ganhar espaço.

**Anne Marie Gonçalves**

Mi ne volas esti la kreinto de la lingvo, mi volas nur esti ĝia iniciatinto.\*



# Bolo-leão

1

Pré-aquece o forno a 180 °C. Mistura o iogurte, a farinha, o fermento, o açúcar e os ovos inteiros. No fim, adiciona o óleo.

2

Deita a mistura numa forma redonda untada com manteiga e polvilhada com farinha, ou forra-a forma com papel vegetal. Deixa cozer durante cerca de 30 minutos, dependendo do tipo de forno.

3

Quando o bolo estiver frio, polvilha o centro com açúcar em pó para criar uma zona mais clara no meio.

4

Coloca as bolachas para fazer o focinho e o bigode, e termina com os confeitos de chocolate para os olhos. Dica: coloca os palitos de chocolate que fazem a juba à volta do bolo só no último momento para não amolecerem.

## Vais precisar de:

### Para o bolo de iogurte

- 1 iogurte natural (guardar o copo vazio)
- 3 copos de farinha
- 2 copos de açúcar
- 1/2 copo de óleo
- 3 ovos
- 1 pacote de fermento em pó

### Para a decoração

- bolachas redondas de chocolate
- palitos de chocolate (tipo Mikado)
- 2 confeitos de chocolate (tipo Smarties)
- açúcar em pó

Eunice Martins

Autora de livros para crianças:

[eunice-dm.webnode.fr](http://eunice-dm.webnode.fr)

# Questão

## Por que é que há tantas línguas?

Queremos a resposta verdadeira ou o teu cérebro já está a preparar uma asneira?

Obviamente uma asneira!

É super simples: foram os professores que inventaram todas as línguas.

Hã?! E por que razão fariam isso?

Porque, enquanto estamos ocupados a aprender português, francês, inglês ou chinês...

A fazer exercícios de conjugação e vocabulário... não temos tempo para chatear os pais!

Só tu é que podias imaginar um plano tão maquiavélico! Parabéns!

## RESPOSTA

**D**urante as **migrações**, os seres humanos foram espalhando-se pelo **planeta**. Alguns grupos passaram **montanhas**, outros atravessaram **florestas** ou **mares**. Assim, foram formando comunidades muito longe umas das outras.

Como já não se encontravam com frequência, as suas **línguas** evoluíram **separadamente**. Os **sons**, as **palavras** e a **forma de falar** foram mudando, até aparecerem **novas línguas**.

### Os encontros entre povos

Quando grupos diferentes se **encontravam**, trocavam **palavras**, **expressões** e **ideias**. Foi assim que algumas línguas se **misturaram**. Por exemplo, o português tem palavras que vêm do **latim**, do **árabe** e até do **francês**!

### A adaptação

As línguas mudam **conforme a vida das pessoas**. O clima, as montanhas ou o modo de viver influenciam a forma de falar. Nas montanhas, por exemplo, usam-se **sons que se ouvem melhor**. As línguas também mudam conforme o que as pessoas **fazem**, inventam ou precisam **de explicar**.

### A evolução, como na natureza

As línguas são um pouco como as espécies: nascem, mudam, separam-se... e às vezes desaparecem. Os cientistas conseguem até desenhar uma **árvore de família** das línguas, para descobrir quais são **línguas primas**!

### SÁBIAS QUE... ?

**O**s Inuit têm muitas palavras para falar sobre os diferentes tipos de neve, porque ela faz parte importante do seu dia a dia. Usam palavras diferentes para a neve que cai devagar, a que derrete ou a que é ideal para os trenós, entre outras.

Diane Ansault & Clara Moraes

# EXPRESSÕES PORTUGUESAS

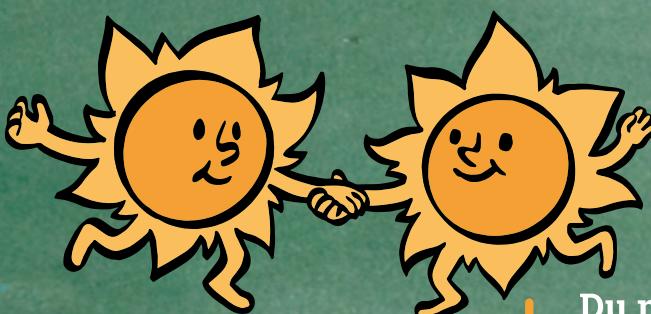
## Expressões

Comprido como uma noite de inverno  
Long comme un jour sans pain (Ça dure une éternité)



É uma pechincha  
C'est une bonne affaire / C'est donné

-50%



De sol a sol

Du matin au soir

Vamos ter o caldo entornado !  
Cela va mal tourner !



A noite é uma boa conselheira  
La nuit porte conseil

Roma e Pavia não se fizeram num dia  
Rome ne s'est pas faite en un jour  
(Les choses importantes prennent du temps)



Ser uma cabeça no ar  
Avoir la tête dans les nuages



Estar em brasa  
Être en feu

(Être très en colère, excité ou passionné par quelque chose)



# A Linguagem dos Animais

**O**s animais também falam - mas não como nós! Em vez de palavras, usam sons, **cheiros**, posturas e **até olhares** para comunicar. Cada espécie tem a sua própria "linguagem", **cheia de sinais** que expressam **medo**, alegria, curiosidade ou amor. Entender essa linguagem é uma forma de respeitar e cuidar melhor dos nossos amigos de todas as espécies.

**A**lguns **pássaros** emitem gritos diferentes para **avisar sobre perigos** ou **chamar os companheiros**. Os **golfinhos** usam sons **agudos**, quase como nomes, para se reconhecerem. E as **abelhas** dançam! Fazem uma dança especial para mostrar às outras onde encontrar flores cheias de néctar para fazerem o seu mel.

Mas e os animais que vivem mais perto de nós? **Vamos descobrir o que eles tentam dizer-nos todos os dias!**

## SABIAS QUE... ?

**O**s cientistas que estudam a forma como os animais se comunicam chamam-se **etólogos**! Observam comportamentos, sons e gestos para entender o que cada espécie quer dizer.

Graças a eles, sabemos que até as **abelhas** e os polvos "falam" de maneiras muito diferentes!

Orelhas levantadas, "sorriso", pata levantada, rabo no ar a abanar: « **Um novo amigo, vamos brincar!!!** »



## VOCABULÁRIO

**cheiros** : odeurs

**até olhares** : même des regards

**cheia de sinais** : pleine de signaux

**medo** : peur / **pássaros** : oiseaux

**avisar sobre perigos** : avertir des dangers

**chamar os companheiros** : appeler leurs compagnons

**golfinhos** : dauphins / **agudos** : aigus

**abelhas** : abeilles

**etólogos** : éthologues

**abanam o rabo** : remuent la queue

**solto** : détendu / **pernas** : pattes

**rosnar** : grogner

**o olhar e as orelhas** : le regard et les oreilles

**piscadas** : clignements (des yeux)

**para trás** : vers l'arrière / en arrière

**rabo erguido e ponta dobrada** : queue dressée avec la pointe repliée

**aproximar-se** : s'approcher

**aldeias** : villages

**sopro forte** : souffle fort

**o toque do focinho** : le toucher du museau

**assustado ou ferido** : effrayé ou blessé

**prestamos atenção** : nous faisons attention

**todo o ser vivo** : tout être vivant

## OS CÃES: o coração na cauda

**Os cães** falam com o corpo inteiro.

Quando **abanam o rabo**, nem sempre estão felizes - depende de como abanam!

\* **Rabo solto e corpo relaxado:** alegria e vontade de brincar.

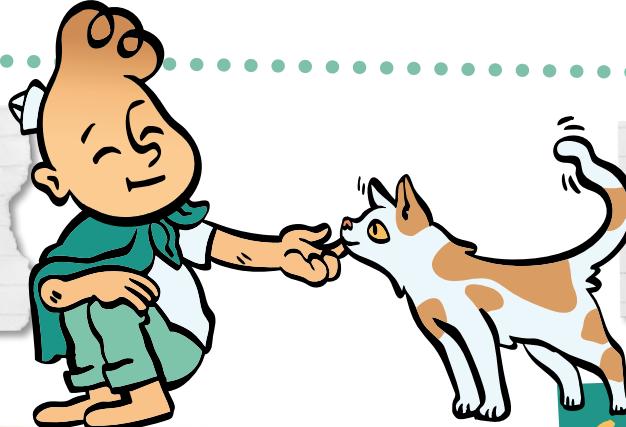
\* **Rabo entre as pernas:** medo ou insegurança.

\* **Rosnar:** aviso! O cão está nervoso e quer que mantenhas distância.

Além disso, usam o **olhar e as orelhas** para mostrar emoções. Um cão que inclina a cabeça está a tentar perceber o que estás a dizer - é um sinal de atenção!

Orelhas para trás, a tremer, rabo entre as patas, corpo tenso: « **Quem é ele?** **Tenho medo!** »

Como aproximar-se de um gato: fica ao nível dele, não olhes demais, pisca-lhe lentamente os olhos, estende a mão e deixa-o vir ter contigo.



## OS GATOS: os mestres do silêncio

**Os gatos** têm uma linguagem mais discreta. Falam com os olhos, o rabo e as orelhas:

- ✿ **Piscadas lentas:** é o “eu gosto de ti” dos gatos! Quando um gato pisca devagar, está a dizer-te que confia em ti.
- ✿ **Orelhas para trás:** sinal de irritação ou medo.
- ✿ **Rabo erguido e ponta dobrada:** saudação amigável!

Os gatos também “falam” com miados diferentes: um para pedir comida, outro para chamar a atenção - e um bem especial, só para os seus humanos favoritos.

## OS CAVALOS: falam com o corpo

**Os cavalos** são muito sensíveis e comunicam quase tudo com o corpo.

- ✿ **Orelhas viradas para a frente:** curiosidade e atenção.
- ✿ **Orelhas para trás:** irritação ou alerta de perigo.
- ✿ **Narinas abertas e sopro forte:** susto ou nervosismo.
- ✿ **Cabeça baixa e olhar calmo:** confiança e tranquilidade.
- ✿ Entre eles, até **o toque do focinho** é uma forma de amizade - como um “olá” carinhoso!



Orelhas para trás, narinas abertas, rabo a mexer com força: « **Estou nervoso. Não te aproximes!** »

Orelhas para a frente, rabo levantado, só a ponta do rabo se move: “**Ele conhece as boas maneiras, podes fazer-me festas!**”

## SABIAS QUE...?

**O**s gatos domesticaram-se a si próprios! Há milhares de anos, começaram a aproximar-se das aldeias humanas porque havia comida fácil - como ratos e cereais.

As pessoas deixaram-nos ficar e assim nasceu a amizade entre humanos e gatos. Por isso, até hoje continuam independentes e curiosos, mantendo um pouco do espírito selvagem dos seus antepassados!

Orelhas para trás, corpo e patas tensos, e rabo a bater: “**É muita coisa ao mesmo tempo! Deixa-me tranquilo!**”

## ANIMAIS: observar antes de agir

**S**e encontrares um animal sozinho na rua, nunca tentes tocar-lhe ou aproximar-te sem um adulto. Ele pode estar **assustado** ou **ferido**. E lembra-te: antes de fazeres uma festa a um cão ou gato que tem dono, pedia sempre autorização! Assim, proteges-te e mostras respeito pelos animais.

Aprender a linguagem dos animais é um superpoder ecológico! Quando **prestamos atenção** aos sinais que eles nos dão, conseguimos viver em harmonia com eles e com a natureza. Afinal, todo o ser vivo tem algo a dizer - basta saber escutar!

**Anne Marie Gonçalves**  
Ilustrações: © Diane Ansault

# A incrível viagem da língua portuguesa

**A** língua portuguesa não nasceu num dia específico. Cresceu ao longo de muitos séculos e continua, todos os dias, a enriquecer-se com novas palavras. Vamos descobrir juntos como evoluiu a língua portuguesa até chegar ao português que todos falamos hoje.

## O LATIM

Tudo começou quando os romanos chegaram à Península Ibérica e trouxeram o latim. O latim falado pelos romanos misturou-se com a forma de falar dos povos ibéricos e, aos poucos, nasceu uma nova maneira de comunicar. Essa língua era o **galego-português**, falado no norte de Portugal e na Galiza. Desta época ainda permanecem palavras como **amizade**, **cidadão** ou **alegria**.



Templo romano de Évora  
© portogallo2007 / Wikimedia

## A LÍNGUA OFICIAL DO REINO

Com o tempo, o **galego-português** dividiu-se em duas línguas distintas. Em Portugal, o rei **D. Dinis** tomou uma decisão importante: tornar o português a **língua oficial do reino**, criando também a primeira **universidade portuguesa** a 1 de março de 1290, em **Coimbra**.

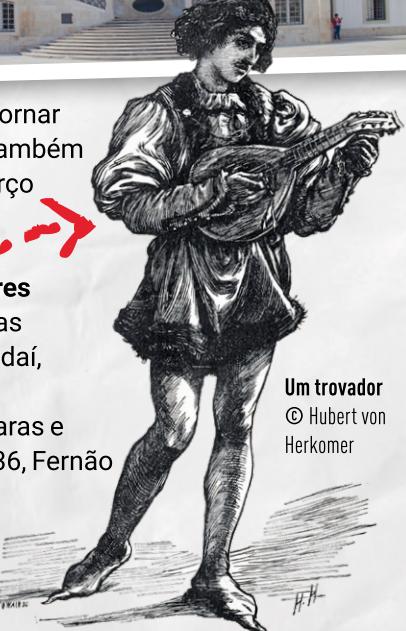
O português espalhou-se através dos **trovadores** da Idade Média, que andavam a contar histórias de amor e aventura nas suas poesias. A partir daí, a língua portuguesa começou a ser usada em documentos e cartas, ganhando regras claras e uma escrita mais organizada. Até que, em 1536, Fernão de Oliveira publicou a primeira Gramática da Linguagem Portuguesa.



Universidade de Coimbra  
© Diego Delso/Wikimedia



Rei D. Dinis



Um trovador  
© Hubert von Herkomer

## VOCABULÁRIO

**enriquecer-se:** s'enrichir

**romanos:** romains

**Península Ibérica:** Péninsule Ibérique

**trouxeram:** ont apporté, ont amené

**latim:** latin

**galego-português:** galaïco-portugais, galégo-portugais

**trovadores:** troubadours, des musiciens et poètes de l'époque médiéval

**moleque:** gamin, môme

**abacaxi:** ananas

**chávena:** tasse

**sotaques:** accents, façon de prononcer

**desapareceram:** ont disparu

**parecida:** ressemblante, similaire

**mudar:** changer

**raízes:** racines, origines

**trouxeram:** ont apporté, ont amené

**açúcar:** sucre

**alface:** laitue

**alfaiate:** tailleur, couturier

**almofada:** coussin

## VOCABULÁRIO

## OS NAVEGADORES

**S**éculos mais tarde, quando os **navegadores portugueses** partiram à descoberta de novos continentes, levaram a língua portuguesa com eles.

Em **Africa**, na **Ásia** e no **Brasil** encontraram culturas muito diferentes e milhares de novas palavras foram enriquecendo o vocabulário, como **moleque**, **abacaxi** ou **chávena**. Muitas dessas palavras entraram no português e passaram a fazer parte do nosso dia a dia. A língua também se espalhou e ganhou novos **sotaques** e novas expressões.

## SABIAS QUE...

**E**xistem palavras portuguesas que viajaram para todo o mundo, como marmelada ou mosquito!



Não te esqueças de que o português é uma língua latina!

## HOJE

**H**oje, o português continua a **mudar**, a crescer e a adaptar-se, através das tecnologias e das redes sociais, com novas formas de escrever e de falar que surgem entre os jovens.

Mesmo assim, muitas das palavras que usamos ainda têm **raízes** naquelas que os romanos trouxeram há muito tempo, sendo o português, antes de mais, uma **língua latina**.

Aprender sobre a nossa língua é também aprender sobre a nossa própria história. Cada vez que usamos o português, continuamos uma viagem que começou há muitos séculos e que ainda hoje navega pelos continentes!

## SABIAS QUE...

**O** nome “Portugal” deriva de Portus Cale, um antigo povoado na foz do rio Douro, nas atuais cidades do Porto e Vila Nova de Gaia.



©Wikimedia

## EVOLUÇÃO

**C**om o passar do tempo, também foram surgindo mudanças no modo como escrevemos.



Houve letras que **desapareceram**, outras foram **substituídas** e algumas regras foram sendo ajustadas para tornar a escrita mais simples e mais **parecida** com a maneira como falamos.

Até o alfabeto se foi transformando ao longo dos séculos, o que mostra que a língua está sempre em movimento.

## SABIAS QUE...

**O** português é uma das línguas mais faladas do mundo, com mais de 250 milhões de falantes!

## SABIAS QUE...

**M**uitas palavras portuguesas têm origem árabe, como **açúcar**, **alface**, **alfaiate** e **almofada**!

Jenny Carneiro  
e Hélder Rodrigues



# Um plano para salvar o planeta!

Já viste uns quadradinhos coloridos com números e frases sobre o planeta? Chamam-se Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, ou ODS. Mas o que são? Vamos descobrir!

17 grandes objetivos

Um plano para um mundo melhor

Em 2015, quase todos os países do mundo (193) reuniram-se na Organização das Nações Unidas (ONU).

Fizeram uma promessa:

Trabalhar juntos para tornar o mundo mais justo, mais limpo e mais feliz até 2030. Para isso, criaram 17 grandes objetivos, como se fosse uma lista de missões para melhorar o planeta!

É como um grande plano para salvar a Terra!



1 ERRADICAÇÃO DA POBREZA



2 FOME ZERO E AGRICULTURA SUSTENTÁVEL



3 SAÚDE E BEM-ESTAR



4 EDUCAÇÃO DE QUALIDADE



5 IGUALDADE DE GÊNERO



6 ÁGUA POTÁVEL E SANEAMENTO



7 ENERGIA LIMPA E ACESSÍVEL



8 TRABALHO DECENTE E CRESCIMENTO ECONÔMICO



9 INDÚSTRIA, INOVAÇÃO E INFRAESTRUTURA



10 REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES



11 CIDADES E COMUNIDADES SUSTENTÁVEIS



12 CONSUMO E PRODUÇÃO RESPONSÁVEIS



13 AÇÃO CONTRA A MUDANÇA GLOBAL DO CLIMA



14 VIDA NA ÁGUA



15 VIDA TERRESTRE



16 PAZ, JUSTIÇA E INSTITUIÇÕES EFICAZES



17 PARCERIAS E MEIOS DE IMPLEMENTAÇÃO



## VOCABULÁRIO

**Desenvolvimento sustentável:** viver bem sem destruir o planeta

**ONU (Organização das Nações Unidas):** grupo de países que trabalham juntos pela paz

**Tornar o mundo mais justo:** fazer com que todas as pessoas tenham os mesmos direitos

**Acabar com:** pôr fim a

**Igualdade:** quando todas as pessoas têm os mesmos direitos

**Lixo:** resíduos que deitamos fora

**Sempre que possível:** quando dá para fazer

**Países insulares:** países que são ilhas

**ONGs:** Organizações Não Governamentais

**Protetor / protetora:** pessoa que protege

## O que tu podes fazer

### Cada um de nós pode ajudar!

- ✿ Reciclar o **lixo** e usar menos plástico.
- ✿ Fechar a torneira ao lavar as mãos ou ao escovar os dentes.
- ✿ Plantar uma árvore ou cuidar das plantas.
- ✿ Andar a pé ou de bicicleta **sempre que possível**.
- ✿ Ser simpático e ajudar os outros.

Cada pequeno gesto pode mudar o mundo!

## Um novo objetivo!

**E**m 2025, o Brasil teve uma nova ideia: criar o **Objetivo 18**, que fala sobre respeitar todas as pessoas, não importa como são nem de onde vêm, porque todas as pessoas são importantes.

Assim, o mundo pode tornar-se mais justo e cheio de amizade!

## Juntos podemos proteger a Terra!

**O**s ODS são sonhos para construir um mundo melhor. E tu? Queres ser um pequeno **protetor** ou uma pequena **protetora** do planeta? Assim, o mundo pode tornar-se mais justo e cheio de amizade!

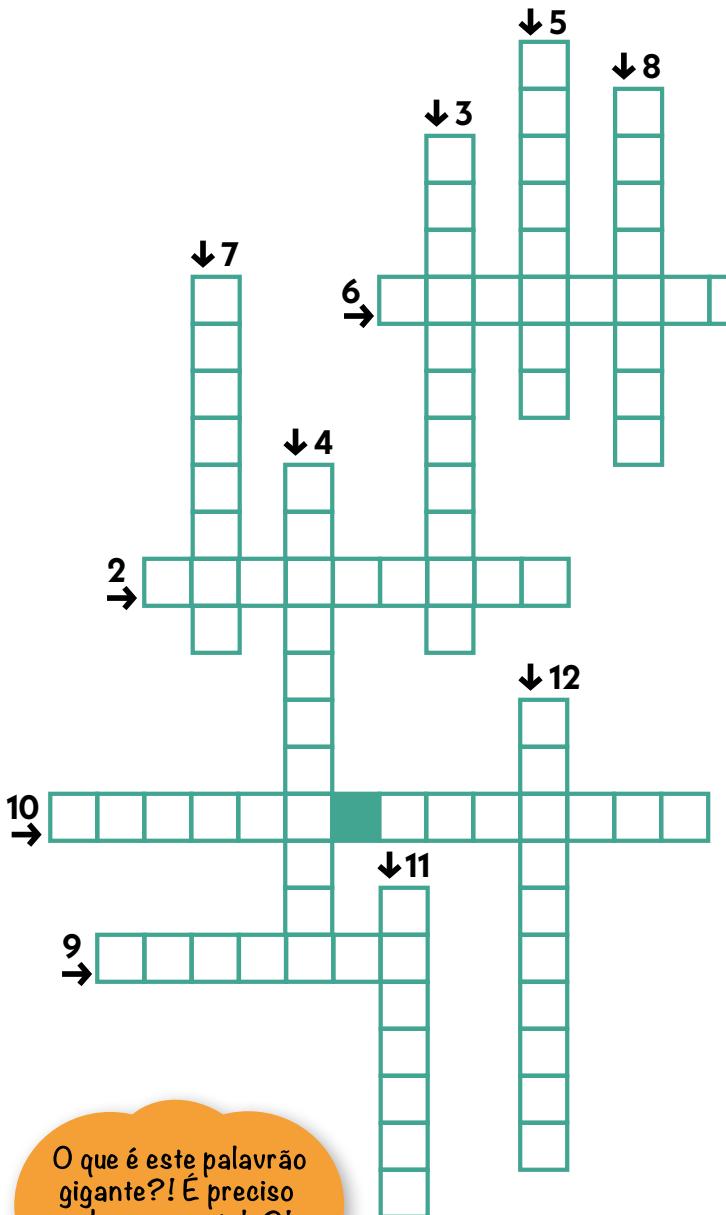
## SABIAS QUE ... ?

**E**m 2024, Angola criou programas de “segunda oportunidade” para raparigas e jovens mulheres.

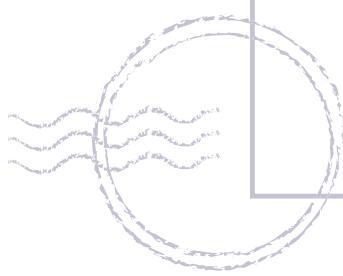
Graças ao apoio de ONGs e do Banco Mundial, muitas puderam voltar à escola e aprender ciências e tecnologia, abrindo portas para um futuro cheio de possibilidades!

# Palavras cruzadas

1. Palavra gigante que descreve uma doença causada por respirar pó de vulcões. (É mesmo a maior palavra da nossa língua!)
2. Conjunto de regras que te diz como deves escrever e falar corretamente.
3. Conjunto de palavras que uma pessoa conhece e usa.
4. Processo que permite transmitir ideias, seja a falar, escrever ou gesticular.
5. Embarcação leve usada pelos navegadores portugueses.
6. Pessoa que orienta viagens marítimas, ele seguia o sol e as estrelas para não se perder.
7. Uma experiência fora do comum, cheia de novidade e surpresa.
8. Aquilo que queremos transmitir, seja dito, escrito ou desenhado.
9. Quando duas ou mais pessoas trocam ideias através da fala.
10. A primeira língua que aprendemos, normalmente em casa.
11. A maneira especial de pronunciar as palavras, dependendo de onde crescemos.
12. O que faz um grupo ou uma pessoa ser única, incluindo a língua que fala.



Postal



---

---

---

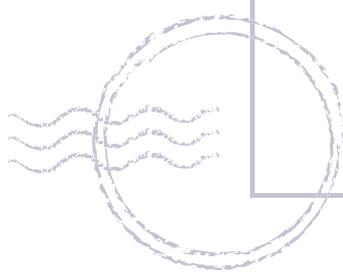
---

---

Ilustrações: Diane Ansault

✂ Corta as cartas nos pontilhados

Postal



---

---

---

---

---

Ilustrações: Diane Ansault



*Feliz  
Ano  
Novo!*



*Feliz  
ano  
Novo*

