

CAPMagjúnior

O PRIMEIRO JORNAL DOS KIDS LUSODESCENDENTES

Nº17

Julho 2026



Verde, Vida
e Aventura

Questão

Por que há tantos incêndios em Portugal?



Então, que explicação vais inventar, Magui?

Sabes quando a mãe fala de política e fica toda vermelha e zangada?



As árvores são iguais! Falam tanto de política que ficam tão zangadas que... pegam fogo!

Uau, não estava à espera! Muito criativo, Magui!



RESPOSTA

O clima no verão em Portugal, faz muito calor, está tudo muito seco e há muito vento. As plantas ficam secas **como palha**. Uma pequena faísca pode começar um grande fogo e o vento **empurra** o fogo, e ele **espalha-se** rapidamente.

Algumas árvores pioram o fogo

- * **Os pinheiros**, que foram plantados para ter madeira para a construção: têm agulhas secas e resina que arde facilmente.
- * **Os eucaliptos**, que são usados para fazer papel: têm óleos que também ardem muito bem.

Estas árvores são muito comuns em Portugal. Quando o fogo chega a estas árvores, ele cresce e fica mais forte muito **depressa**!

O campo mudou! Antes, muitas pessoas viviam no campo. Elas limpavam os terrenos, cortavam as **ervas** e tinham animais (ovelhas, cabras...) que comiam as plantas pequenas e os ramos no chão. Agora, muitas pessoas foram viver para as grandes cidades. A floresta e os arbustos cresceram mais, e há **mais coisas para arder**.

Os humanos:

Muitos incêndios começam por causa das pessoas: **fogueiras mal apagadas**, cigarros, **churrascos**, ou **até fogo posto**! Um pequeno erro pode causar um grande incêndio.

Limpar a floresta: uma tarefa difícil, mas deliciosa!



VOCABULÁRIO

zangada : en colère / **não estava à espera** : je ne m'y attendais pas

como palha : comme de la paille

empurra : pousse

espalha-se : se propage

pinheiros : pins

madeira : bois

eucaliptos : eucalyptus

depressa : rapidement

mais coisas para arder : plus de choses à brûler

fogueiras mal apagadas : feux de camp mal éteints

churrascos : barbecues

até fogo posto : même des incendies provoqués (volontairement)

brincar com fogo : jouer avec le feu

deitar lixo no chão : jeter des déchets par terre / **fumo** : fumée

SABIAS QUE...?

Com pequenos gestos, salvamos muitas árvores.

- * Nunca **brincar com fogo** na natureza
- * Não **deitar lixo no chão**, especialmente coisas que podem arder
- * Avisar um adulto se vimos fumo

Diane Ansault

Índice

4

Geografia

Parques e reservas naturais em Portugal

10

Cinema

Eu e meu avô nihonjin (Ma famille de samourais)

6

Arte e património

O Palácio de São Bento

14

História : 50 anos da Constituição Portuguesa

8

Pequeno ecologista

O regresso do lobo ibérico

16

Jogos & Palavras

E também:

2 → **Questão :**
Por que há tantos incêndios em Portugal

13 → **Cidadania :**
O direito de voto

18 → **Retrato Luso:**
Sophia de Mello Breyner Andresen

19 → **Sugestões de leitura**

CAP MAGELLAN 1 Rue Jean Jaurès, 94800 Villejuif
e-mail: capmag@capmagellan.org site: capmagellan.com
tel: +33 (0)1 79 35 11 00 **Permanência telefónica:** Segunda a sexta-feira das 10h às 17h30

CAPMag Junior - Jornal associativo

Conselho Científico: Luísa Semedo (Investigadora associada - CREPAL Sorbonne Nouvelle, docente, tradutora do livro *O Paraíso São os Outros*, de Valter Hugo Mãe), Mariana Cirilo (Representante da Cap Magellan em Bruxelas, editora-em-chefe do CAPMag Junior)

Redação: Associação Des Ailes pour le Portugal em Nantes, Anne Marie Gonçalves, Ana Monteiro, Diane Ansault, 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, Adeline Bradu
Ícones de créditos, texturas, fotos: flaticon.com, freepik.com, pexels.com, pixabay.com, Wikimedia Commons

Com o apoio de:



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
DESPORTO E JUVENTUDE

COMUNIDADES
PORTUGUESAS

ADHÉRER À L'ASSOCIATION CAP MAGELLAN ET RECEVOIR LE CAPMag Junior PENDANT UN AN

*Genre : ☐ Féminin ☐ Masculin ☐ Association ☐ Entreprise

*Nom : *Prénom :

*Adresse :

*Ville : *Code Postal :

*Téléphone :

*@ E-mail :

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

Nationalité(s) :

Formation/niveau d'études :

École/Université :

Profession :

■ 35 € Adhésion Junior

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

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

Há gente assim
- como não existe,
ou existe pouco,
não se cala

**Maria Velho
da Costa
Myra**

Parques e reservas naturais em Portugal

Portugal tem muitos **parques naturais** que são protegidos porque têm paisagens especiais, plantas raras e animais importantes. Proteger a natureza ajuda a cuidar do planeta e dos seres vivos, mas também nos permite descobrir lugares que parecem saídos de um conto de aventuras!

VOCABULÁRIO

Reserva: lugar protegido para plantas e animais

Parque natural: área protegida da natureza

Aldeia: village / **Neblina:** brouillard

Espécie: tipo de animal ou planta

Uivo: hurlement

Maré: movimento do mar

Boneco de neve: bonhomme de neige

Rebanho: troupeau

Falésia: falaise

Postal: carte postal

Geneta: genette - Animal nocturne et solitaire, c'est un prédateur agile, capable de grimper aux arbres avec aisance



Parque nacional da Peneda-Gerês
© Gabriel González from Pontevedra - Wikimedia

1 PARQUE NACIONAL DA PENEDA-GERÊS

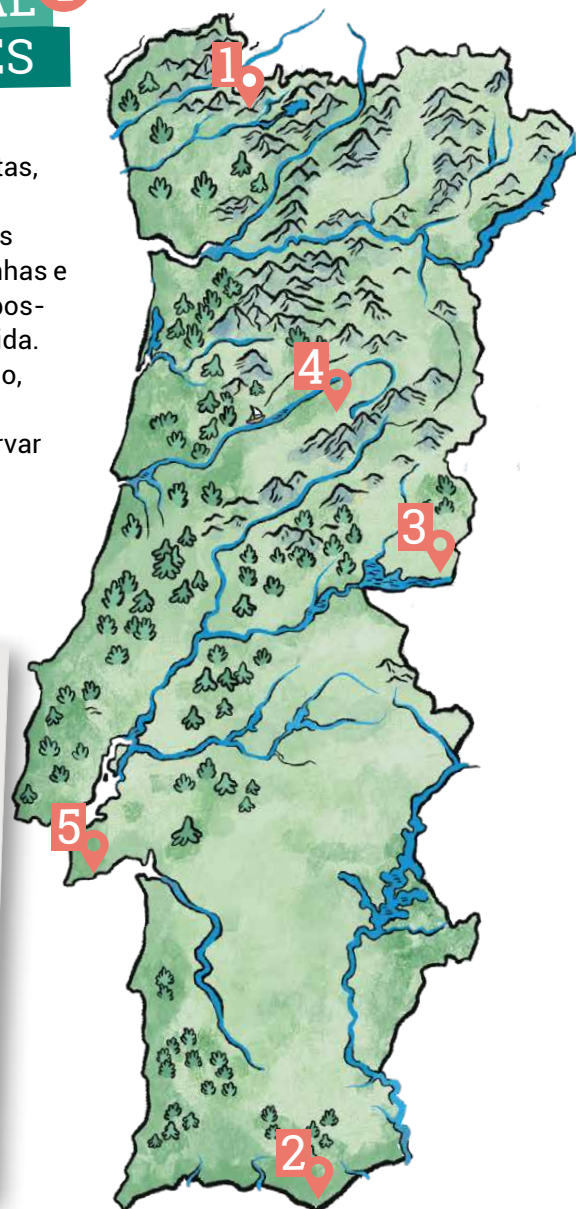
É o único parque nacional de Portugal. Tem montanhas altas, rios muito limpos e **aldeias** antigas feitas de pedra. Em algumas manhãs, a **neblina** cobre as montanhas e tudo parece mágico. Aqui vivem lobos-ibéricos, uma **espécie** rara e protegida. À noite, quando tudo fica em silêncio, pode ouvir-se o seu **uivo** ao longe. Este parque é protegido para preservar os lobos, as florestas e a vida nas montanhas.

2 PARQUE NATURAL DA RIA FORMOSA

Fica no Algarve e muda todos os dias com a **maré**. Algumas ilhas aparecem e desaparecem com o movimento do mar, como se fossem ilhas misteriosas! Aqui vivem camaleões, e se estiveres atento, talvez consigas ver um escondido num ramo, quase invisível. É protegido porque é muito importante para as aves migratórias que fazem aqui uma "paragem" nas suas longas viagens.

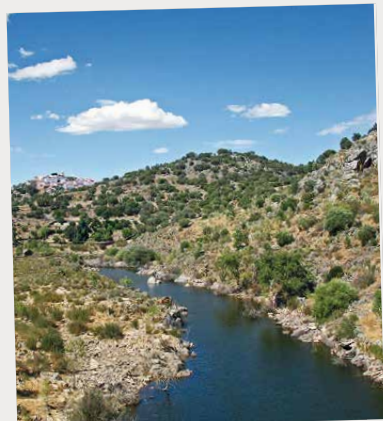


Parque natural da Ria Formosa
© Cingularite - Wikimedia



SABIAS QUE... ?

Quando abrem as asas, alguns abutres podem ter mais de dois metros de envergadura. Isto ajuda-os a voar durante muito tempo sem bater as asas para procurar comida do alto do céu..



Parque natural do Tejo Internacional
© Vitor Oliveira from Torres Vedras - Wikimedia

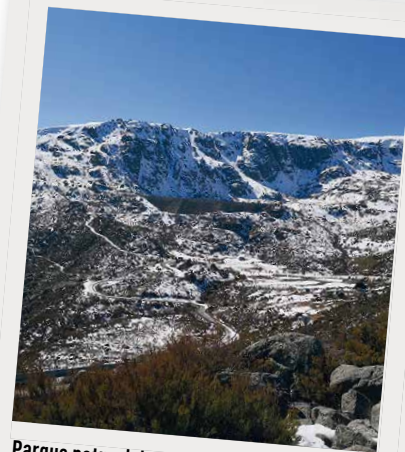
PARQUE NATURAL 3 DO TEJO INTERNACIONAL

E conhecido como o reino das grandes aves. Vivem aqui águias e abutres gigantes que planam no céu durante horas sem bater as asas. Se olhares para o alto, podes imaginar os ninhos escondidos nas rochas. É protegido para cuidar das aves e dos rios que atravessam o parque.



PARQUE NATURAL 4 DA SERRA DA ESTRELA

E o parque mais alto e frio de Portugal. No inverno pode nevar, transformando a serra num enorme tapete branco onde as crianças fazem **bonecos de neve**. É famoso pelo queijo da Serra, feito com leite de ovelha, e pelo Cão da Serra da Estrela, uma raça antiga e muito protetora dos **rebanhos**. A neve e os desportos de inverno atraem muitos visitantes a lugares como Penhas da Saúde e vilas de montanha.



Parque natural da Serra da Estrela
© Afonso - Wikimedia

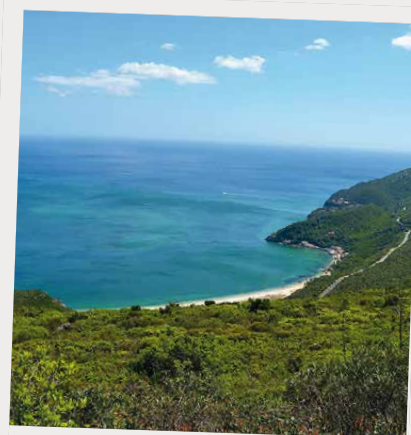
SABIAS QUE... ?

Os camaleões mudam de cor para se esconder dos inimigos e para comunicar. Assim conseguem misturar-se com o ambiente e ficar mais seguros



PARQUE NATURAL 5 DA ARRÁBIDA

Neste parque, a montanha encontra o oceano. As **falésias** são altas e o mar é azul claro, quase transparente. Em dias de sol, a paisagem parece um **postal**. Aqui vivem pequenas **genetas**, animais rápidos e noturnos. São tão discretas que raramente são vistas!



Parque natural da Arrábida
© Carla Marques da Silva - Wikimedia

O PALÁCIO de SÃO BENTO

Atualmente, o Palácio de São Bento, em Lisboa, é a **sede do parlamento** de Portugal desde 1834. No entanto, nem sempre foi esta a função do edifício.

Após o **terramoto** de 1755, catástrofe que não casou grandes **danos** no edifício, as suas instalações foram divididas com a Patriarcal, a Academia Militar e, provisoriamente, a Torre do Tombo (que atualmente se situa na Cidade Universitária).

Contruído em 1598, foi inicialmente o **Mosteiro** de São Bento da Saúde, onde moravam os **monges** da Ordem Benedita, porque na altura toda a área da Estrela e de São Bento ainda não era cidade, mas sim campo.

Em 1833, depois da extinção das **ordens religiosas**, o edifício passou para o Estado e tornou-se sede do **parlamento monárquico**. É desde então que o edifício mantém a sua função de sede do parlamento português.

© Caggiani - Hemeroteca Digital - 1860

"Archivo pittoresco: semanario ilustrado" - Wikimedia



VOCABULÁRIO

Afrescos decorativos: Fresques décoratives

Danos: Damages | **Escultura:** Escultura

Fachada: Façade

Hemiciclo: Hémicycle, grande salle en forme de demi-cercle où les élus s'assoient pour débattre et voter les lois.

Mosteiro: Monastère | **Monges:** Moines

Obras: Chantiers | **Palco:** Scène

Ordens religiosas: Ordres religieux

Parlamento Monárquico: Parlement monarchique, système où un roi ou une reine gouverne, mais où un parlement, c'est-à-dire un groupe de personnes qui discutent et votent les lois, participe aussi aux décisions.

Remodelações: Rénovations

Sede do parlamento: Siège du Parlement

Terramoto: Tremblement de terre

Tratado de Zamora: Traité de Zamora, un accord signé en 1143 entre des royaumes de la péninsule Ibérique, important pour reconnaître le pouvoir du roi du Portugal.



EVOLUÇÃO ARQUITETÓNICA DO PALÁCIO DE SÃO BENTO

No século XVI, o arquiteto monástico Baltazar Álvares projetou um mosteiro de grandes dimensões de estilo barroco. Em 1833, foi adaptado para sede do parlamento, sofrendo grandes **obras** no século XIX.

Foram construídos a nova **fachada neoclássica** e do **hemicycle** (sala de sessões onde os deputados se reúnem, em forma de meio ciclo).

Em 1895, um incêndio levou à reconstrução do hemicycle. Por isso, a maior parte da decoração atual do hemicycle data do período entre 1896 e os primeiros anos do século XX, nomeadamente:

✳ Os **afrescos decorativos** e pinturas murais de Veloso Salgado.

✳ As pinturas históricas de Columbano Bordalo Pinheiro, que retratam figuras importantes da história política portuguesa.

✳ Elementos **escultóricos** e decorativos realizados por Costa Mota (tio).



Mariana Cirilo



© Carlos Luis MC da Cruz - "Palácio de São Bento (Assembleia da República), Lisboa, Portugal: aspecto do interior"- Wikimedia

Ao longo do século XX e XXI, passou por várias **remodelações**, ampliações e obras de conservação para modernizar os espaços e preservar o edifício.

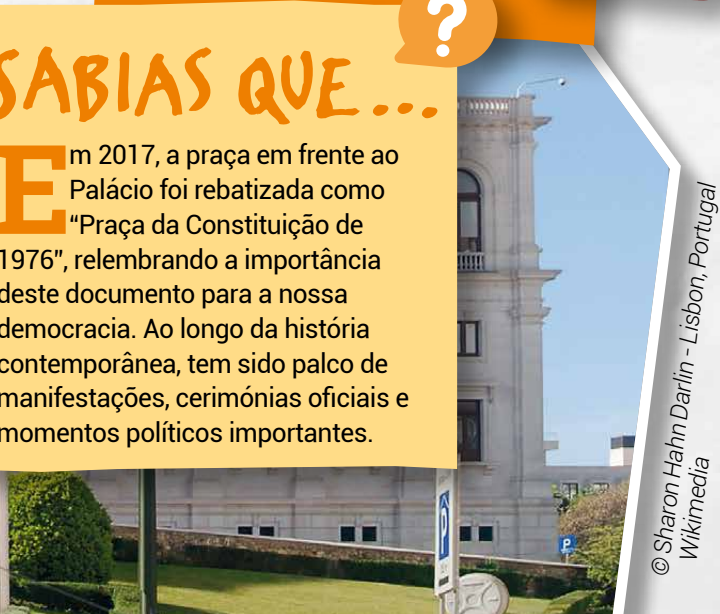
SABIAS QUE...

A Torre do Tombo é o arquivo nacional, onde se guardam os documentos mais importantes para o país, como por exemplo, o original do Tratado de Zamora.



SABIAS QUE...

Em 2017, a praça em frente ao Palácio foi rebatizada como "Praça da Constituição de 1976", relembrando a importância deste documento para a nossa democracia. Ao longo da história contemporânea, tem sido palco de manifestações, cerimónias oficiais e momentos políticos importantes.



© Sharon Hahn Darlin - Lisbon, Portugal
Wikimedia

O regresso do lobo ibérico

O **lobo-ibérico** é um animal selvagem que vive em Portugal há muitos séculos. É uma **espécie** de lobo que só existe na Península Ibérica: em Portugal e Espanha. Por isso, é um animal muito especial e faz parte da nossa história natural.

No passado, esse lobo quase desapareceu. Foi muito **caçado** porque as pessoas tinham medo dele e porque atacava animais domésticos. Muitas florestas foram também cortadas para dar lugar a campos e cidades. Com menos árvores, havia menos abrigo e menos comida para sobreviver.

VOCABULÁRIO

Espécie: Type d'animal

Caçado: Chassé

Roedor: Rongeur

Pastor: Berger

Meio ambiente: Environnement

Regressar: Revenir

Alcateia: Meute

Uivo: Hurlement

Caça ilegal: Braconnage

SABIAS QUE...?

Ao caçar animais mais fracos ou doentes, ajuda a manter as populações saudáveis. Quando há animais em excesso, isso pode destruir plantas e florestas. Assim, o lobo funciona como um "guardião" do ecossistema.

ONDE VIVE

O LOBO EM PORTUGAL?

Hoje, o lobo-ibérico vive sobretudo no norte e centro de Portugal, em zonas de montanha e floresta, como no Parque Nacional da Peneda-Gerês e noutras serras do Norte. Prefere lugares tranquilos, com bastante vegetação e poucos humanos por perto. O lobo não é um animal perigoso para os humanos. Normalmente, é tímido e evita as pessoas.

SABIAS QUE...?

Os lobos vivem em grupo, chamado **alcateia**. Uma alcateia é como uma família: é formada pelos pais e pelos filhos.

O QUE COMEM?

Os lobos alimentam-se principalmente de animais selvagens, como javalis, corços, veados, coelhos e pequenos **roedores**. Às vezes também pescam ou podem atacar animais domésticos, como ovelhas ou cabras, quando não encontram alimento suficiente na natureza.

O REGRESSO DO LOBO

Felizmente, o lobo-ibérico está a reaparecer em algumas zonas de Portugal. Para o ajudar a regressar, os humanos protegem as florestas, criam leis contra a **caça ilegal** e ensinam as pessoas a respeitar a natureza. Também se ajuda os **pastores** a proteger os seus animais para evitar conflitos.

Proteger o lobo é importante porque ele faz parte do **meio ambiente**. Cuidar dos lobos é cuidar da natureza e do futuro do planeta.

Liliana Tavares Ribeiro



GeBEKA
FILMS
PRÉSENTE

侍 MA FAMILLE DE SAMOURAÏS

EU E MEU AVÔ NIHONJIN

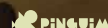


AU CINÉMA LE 16 SEPTEMBRE

CAP MAGELLAN
#AGITATEUR LUSOPHONE
DEPUIS 1991!



© 2025 PINGUIM CONTENT. ALL RIGHTS RESERVED



VOUS SOUHAITEZ ORGANISER UNE SÉANCE SCOLAIRE
(VERSION FRANÇAISE OU VERSION PORTUGAISE)

→ CONTACTEZ INFO@GEBEKAFILMS.COM

SUPPORT PÉDAGOGIQUE RÉDIGÉ PAR
(VERSION FRANÇAISE OU VERSION PORTUGAISE)

→ À TÉLÉCHARGER SUR WWW.GEBEKAFILMS.COM



Eu e Meu Avô Nihonjin: do Japão até ao Brasil

© Eu e Meu Avô Nihonjin - Gebeka Films

Depois das férias, no dia 16 de setembro, chega ao cinema um novo filme: **Eu e Meu Avô Nihonjin**. Esta história leva-nos até ao Brasil, à descoberta de uma família entre duas culturas: a japonesa e a brasileira.

O filme

Eu e Meu Avô Nihonjin



© Imagens do filme Eu e Meu Avô Nihonjin - Gebeka Films

Noboru é um rapaz que vive em São Paulo durante os anos 1980. Para a escola, tem de preparar uma apresentação sobre as suas origens japonesas. O problema é que sempre tentou ignorar essa **parte de si próprio**!

Para compreender melhor a história da família, conversa com o seu avô Hideo, um homem **rabugento** que evita falar do passado. Aos poucos, Hideo conta-lhe como chegou ao Brasil em 1920, depois de **deixar o Japão de barco**.

Graças a estas histórias, Noboru descobre a cultura japonesa da sua família, a sua **dupla identidade**... e alguns segredos **esquecidos**.



Os japoneses no Brasil



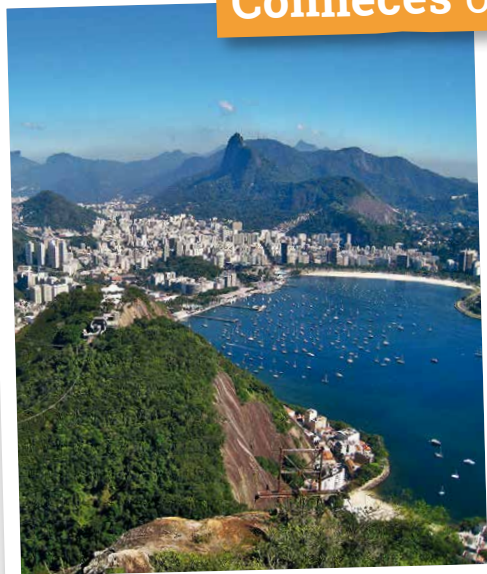
© Crianças no navio Santos Maru em 1930 - cultura.sp.gov.br - Wikimedia

No início do século XX, muitos japoneses emigraram para o Brasil à procura de trabalho e de uma vida melhor.

A viagem de **barco** era longa e, quando chegavam, muitos trabalhavam nas plantações de café, em condições difíceis. Alguns **assinaram contratos** de trabalho sem compreender o português!

Hoje, o Brasil tem a maior população de origem japonesa **fora do Japão**. São chamados "**nipo-brasileiros**": falam português, são brasileiros, mas mantêm também algumas tradições japonesas.

Conheces o Brasil?



© Rio de Janeiro - Assy - Pixabay

O Brasil é o maior país da América do Sul e tem mais de 210 milhões de habitantes! É cerca de três vezes maior do que a França e vinte vezes maior do que Portugal.

A sua capital é Brasília, mas as cidades mais conhecidas são São Paulo e Rio de Janeiro.

O país tem paisagens muito variadas: floresta amazónica, praias, montanhas e grandes zonas agrícolas.

O Brasil: um país de encontros

O Brasil é um grande país onde vivem, há séculos, povos vindos de diferentes partes do mundo.

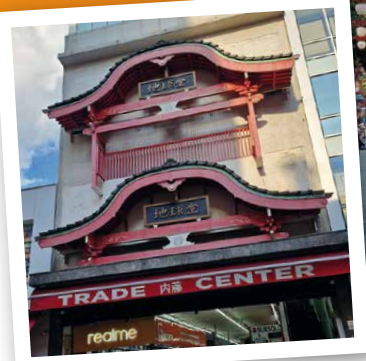
Os povos **indígenas** já lá viviam antes da chegada dos europeus. Depois chegaram portugueses, populações africanas trazidas pelo **tráfico de escravos** e, mais tarde, imigrantes vindos de países como Itália, Alemanha, Japão, Espanha e Portugal.

Hoje, esta diversidade faz parte da identidade brasileira. No Brasil, podemos encontrar influências: africanas, japonesas, europeias, **indígenas**.

SABIAS QUE...?

N a "Liberdade", um bairro de São Paulo, existe uma forte presença japonesa: restaurantes, festas e tradições.

© Hugues Sapin



Hugues Sapin & Elias Marques

VOCABULÁRIO

Eu e Meu Avô Nihonjin:

Moi et mon grand-père japonais

parte de si próprio:

une partie de lui-même

rabugento: grincheux

deixar o Japão: quitter le Japon

de barco: en bateau

dupla identidade: double identité

esquecidos: oubliés

assinaram contratos:

ils ont signé des contrats

fora do Japão: hors du Japon

nipo-brasileiros: Nippo-Brésiliens / Brésiliens d'origine japonaise

indígenas: autochtones / indigènes

tráfico de escravos:

traite des esclaves

pronúncia: prononciation

aberto: ouvert

melodioso: mélodieux

fechados: fermés

PORTUGAL



Comboio

Autocarro

Gelado

Sumo

Telemóvel

BRASIL



Trem

Ônibus

Sorvete

Suco

Celular

SABIAS QUE...?

Em Portugal e no Brasil fala-se português... mas algumas palavras e a **pronúncia** são diferentes! O português do Brasil é geralmente mais **aberto e melodioso**, enquanto em Portugal alguns sons são mais rápidos e **fechados**.



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

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

Contactez-nous sur :
info@capmagellan.org

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



CAP MAGELLAN
 #AGITATEUR LUSOPHONE DEPUIS 1991!



COMUNIDADES
 PORTUGUESAS



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
 DESPORTO E JUVENTUDE



O direito de voto das mulheres em Portugal!

Portugal é uma **república** e uma **democracia**. Isto significa que o país não tem **rei** e que as pessoas podem **escolher**, **através do voto**, quem governa. Mas **nem sempre foi assim** para toda a gente.

A primeira mulher a votar em Portugal

Durante muito tempo, as mulheres não podiam **votar**. Pensava-se, de forma injusta, que só os homens deviam decidir sobre a política. Em **1911**, depois de Portugal se **tornar uma República**, a lei dizia que podiam votar os **cidadãos** que sabiam **ler e escrever** e eram **chefes de família**. A lei não dizia "**homens**".



Carolina Beatriz Ângelo

SABIAS QUE ...

Carolina Beatriz Ângelo foi a primeira mulher a **votar** em Portugal! Ela era **médica**, mãe e **viúva**. Em 1911, percebeu que a lei não dizia que só os homens podiam votar. **Pediu ajuda** a um **juiz** e conseguiu votar. Foi um ato muito **corajoso** e importante para a história.

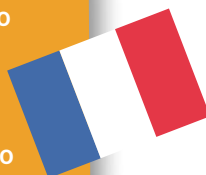
A longa luta pelo direito de votar

Infelizmente, pouco depois, **a lei mudou e voltou a proibir** o voto das mulheres. Só em 1931 algumas mulheres puderam votar e com muitas regras. Foi **apenas** depois do **25 de Abril de 1974** que o voto passou a ser igual para todas as pessoas.

Hoje, todas e todos podem votar a partir dos 18 anos. Votar é importante. É assim que cuidamos da **liberdade** e da democracia.

SABIAS QUE ...

O direito de voto das mulheres chegou em momentos diferentes na Europa. Em Portugal o voto igual só aconteceu depois de 1974, em França as mulheres votaram pela primeira vez em 1945 e no **Reino Unido** o direito foi conquistado progressivamente entre 1918 e 1928.



VOCABULÁRIO

República: république. Pays gouverné par des personnes élues par le peuple

Democracia: démocratie. Système où le peuple choisi qui gouverne

Rei: roi / **Escolher:** choisir

Através do voto: en votant

Nem sempre foi assim:

Ce n'était pas toujours le cas

Votar/Voto: Voter/Vote. Choix fait par les citoyens pendant les élections

Tornar uma República:

Devenir une République

Chefes de família: Chefs de famille

Médica: médecin

Viúva: veuve. Femme qui a perdu son mari

Pediu ajuda a um juiz:

Elle a demandé l'aide d'un juge

Corajoso: courageux

Infelizmente: Malheureusement

A lei mudou e voltou a proibir:

La loi a changé et a de nouveau interdit

Apenas: Seulement

Liberdade: Liberté, pouvoir de choisir et donner son opinion sans peur

Reino Unido: Royaume-Uni

50 anos da Constituição Portuguesa



Este ano, a atual Constituição Portuguesa **festeja** os seus 50 anos. Ela entrou em vigor em 1976, pouco tempo depois do 25 de Abril de 1974, quando Portugal passou de uma **ditadura** para uma **democracia**.

Esta Constituição é a terceira Constituição portuguesa, que define as regras da IIIª República Portuguesa na qual vivemos hoje.

O que é uma Constituição e por que é tão importante?

Estes são direitos e deveres que te protegem e ajudam a viver bem em conjunto:

- ✱ **Direito à vida (art. 24):** Todos têm o direito de viver e a pena de morte é proibida.
- ✱ **Direito à liberdade e segurança (art. 27):** Ninguém pode ser privado da liberdade sem motivo.
- ✱ **Direito à igualdade (art. 13):** Todos são iguais perante a lei.
- ✱ **Liberdade de expressão (art. 37):** Cada um pode dizer o que pensa.
- ✱ **Liberdade de religião (art. 41):** Cada um pode acreditar ou não.
- ✱ **Direito à justiça (art. 20):** Todos têm direito a um julgamento justo.
- ✱ **Direito de voto (art. 48-49):** Os cidadãos podem escolher os seus representantes.
- ✱ **Direito à educação e dever de frequentar a escola (para as crianças) (art. 73-74)**
- ✱ **Direito à saúde (art. 64):** Todos podem ser cuidados.
- ✱ **Dever de respeitar as leis (art. 12)**
- ✱ **Dever de respeitar os outros (art. 26):** É importante respeitar as pessoas, as suas opiniões e diferenças.
- ✱ **Dever de proteger a natureza. (art. 66)**
- ✱ **Dever de ser solidário e ajudar os outros**

A Constituição é o livro de regras mais importante de um país. É nela que estão escritos os direitos e deveres das pessoas que vivem em Portugal.

Também explica como funciona o **Estado**: quem faz as **leis**, quem governa e quem garante que as regras são **cumpridas**.

SABIAS QUE...

A primeira Constituição Portuguesa foi aprovada em 1822, depois da Revolução Liberal do Porto. Foi a primeira vez que o poder do rei ficou limitado por leis e por um **parlamento**. Defendia ideias novas para a época: liberdade, **igualdade perante a lei** e o fim dos **privilégios absolutos** do rei.



Como assim???
Não posso fazer tudo o que quero?

João VI de Portugal

GOLO!!!!



A Constituição: as regras do jogo para todos!

Magui,
não podes adicionar
bolas a um jogo
de futebol! E guarda
essa raquete!

A Constituição é como o regulamento oficial no futebol. Para que o jogo seja justo, todos têm de seguir as mesmas regras: **o tamanho do campo**, o tempo de jogo e definir o que é **falta** ou **fora de jogo**. Se não houvesse regras, cada jogador fazia o que queria e o jogo não funcionava. Num país **acontece o mesmo** e vale para todos: jogadores, treinadores e árbitros, que no caso do país, são os cidadãos, governantes e tribunais.

50 anos a proteger a liberdade

A Constituição Portuguesa foi feita para proteger as pessoas e evitar que volte a existir uma ditadura. Por isso, ela defende valores como a liberdade, a justiça e a democracia. Mesmo que as leis mudem, a Constituição continua a ser a regra principal, tal como no futebol as regras básicas não mudam de jogo para jogo.

Celebrar os 50 anos da Constituição é **lembrar** que a democracia precisa de regras... e que todos temos **um papel importante** neste grande jogo chamado Portugal.



SABIAS QUE...

Portugal foi um dos primeiros países a incluir na sua Constituição o direito à saúde e à educação para todos.



VOCABULÁRIO

festeja : fête, célèbre

ditadura : dictature (un système où une seule personne ou un petit groupe décide de tout, sans que le peuple puisse donner son avis ou voter)

democracia : démocratie (un système où le peuple choisit ses dirigeants, souvent en votant)

Estado : État (L'organisation d'un pays)

leis : lois

cumpridas : respectées

parlamento : parlement (l'endroit où on discute et vote les lois)

igualdade perante a lei : égalité devant la loi

privilégios absolutos : privilèges absolus

tamanho do campo : taille du terrain

falta : faute

fora de jogo : hors-jeu

acontece o mesmo : il se passe la même chose

lembrar : rappeler / se souvenir

um papel importante : un rôle important

acima dela : au-dessus d'elle

SABIAS QUE...

A Constituição Portuguesa é tão importante que nenhuma **lei** a pode contrariar - e ninguém está **acima dela**, nem sequer o Presidente!

SABIAS QUE...

A Constituição Portuguesa é uma das mais longas da Europa, com mais de 280 artigos, e já foi revista várias vezes - mas continua sempre a proteger os direitos fundamentais.

Jenny Carneiro
e Hélder Rodrigues

Missão Português!



Consegues ler os textos do CAPMag Junior? Excelente! Agora está na altura de **testares** o teu português, **pôr o cérebro a funcionar** e divertires-te com o Capi e a Magui!

O objetivo do CAPMag Junior é ajudar-te a ler e a **melhorar** o teu português enquanto te divertes. Por isso, prepara-te para jogos, desafios e exercícios super divertidos!

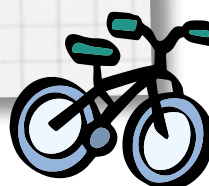
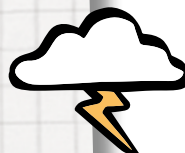


I Qual é a coisa, qual é ela, que:



É redonda como o _____,
tem mais raios do que uma _____
e anda sempre aos pares?

Resposta: a roda da _____.



dia tem
comprida
relógio sem
coisa

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



Preenche a adivinha e a resposta com as palavras que se encontram no rectângulo

II

Qual é a _____, qual é ela, que _____

uma perna mais _____ que a outra

e, noite e _____, anda _____ parar?

Resposta: _____



Completar com os elementos que faltam no convite

III

No próximo _____ é _____

meu _____ e estás convidado _____

a _____ festa _____ anos.

A minha _____ é a seguinte:

Rua _____ Rosas,

_____ 10 Lisboa.

Não faltes!

de das minha
para o número
morada sábado aniversário

VOCABULÁRIO

Consegues:

Tu arrives / Tu es capable de

altura: moment

testares: tester

pôr o cérebro a funcionar:

Faire fonctionner son cerveau

melhorar: améliorer / progresser



Palavras cruzadas

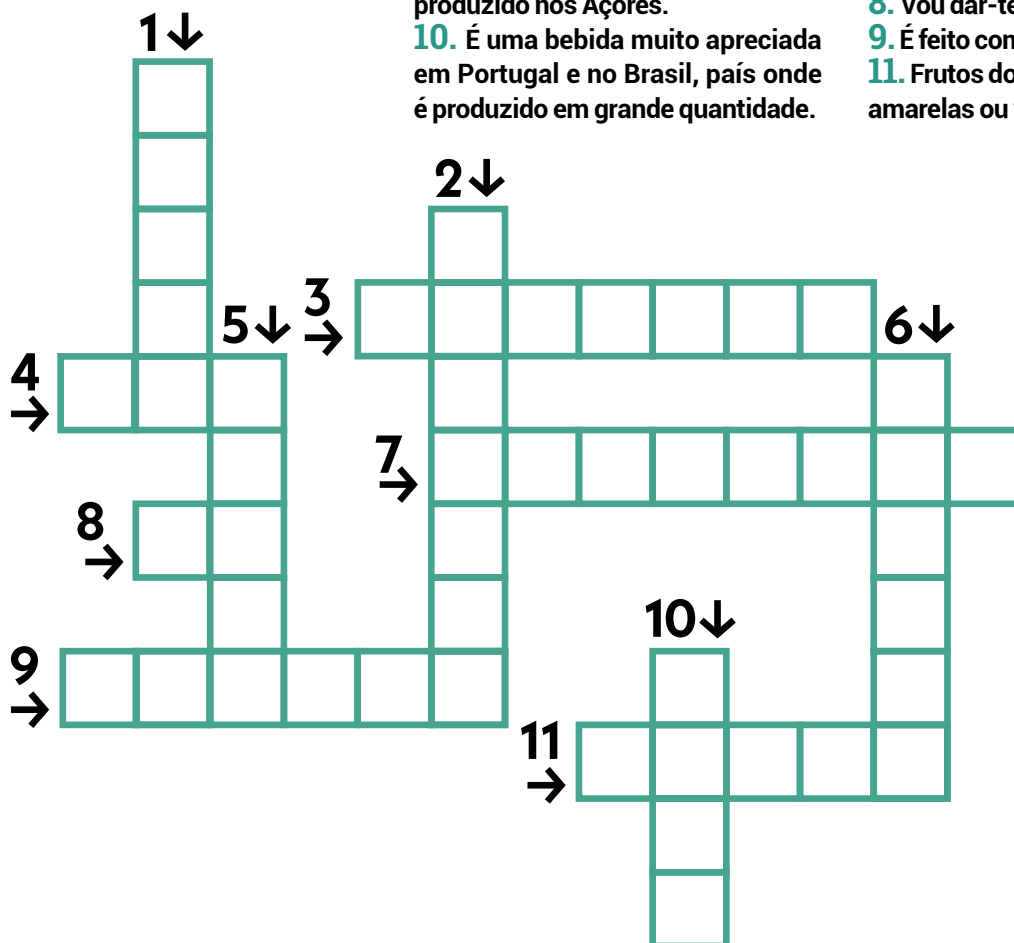
IV

VERTICAIS

1. É utilizado para fazer cerveja.
2. É um fruto; é vermelho.
5. As crianças bebem-no desde o nascimento; é branco.
6. É um fruto tropical, também produzido nos Açores.
10. É uma bebida muito apreciada em Portugal e no Brasil, país onde é produzido em grande quantidade.

HORIZONTAIS

3. É um fruto grande e amarelo, parecido com a laranja.
4. É produzido pelas abelhas e é muito doce.
7. É o fruto da oliveira; quando está madura é preta, mas as de Elvas são verdes.
8. Vou dar-te isto; é para...
9. É feito com leite e comemos com pão.
11. Frutos do pomar; são verdes, amarelos ou vermelhos.



Exercícios retirados
do QuaREPE - Quadro
de Referência para
o Ensino Português
no Estrangeiro
- Edição de 2011.

Ministério da
Educação

dgidc

Direcção-Geral de Inovação
e de Desenvolvimento Curricular

10/Café; 11/Maçãs
6/Ananás; 7/Azeitona; 8/Ti; 9/Queijo;
2/Morango; 3/Laranja; 4/Mel; 5/Leite;
seguinte: Rua das Rosas, número 10 Lisboa.
Não faltes! IV Palavras Cruzadas: 1/Malte;
o meu aniversário e estás convidado para
a minha festa de anos. A minha morada é a
resposta: a roda da bicicleta. II Qual é a coisa?
que a outra e, noite e dia, anda sem parar?
Resposta: relógio. III No próximo sábado é
qual é ela, que tem uma perna mais comprida
uma tempestade e anda sempre aos pares?
I É redonda como o sol, tem mais raios do que

SOLUÇÕES



A poetisa que escolheu as palavras da liberdade

Sophia de Mello Breyner Andresen

Sophia foi uma das mais importantes poetisas de Portugal. Escrevia poemas e contos e também trabalhou como deputada para ajudar a construir a democracia.

Escrever para resistir

Sophia cresceu numa grande casa com jardins e árvores lindas no Porto. Passava os dias a explorar a natureza, olhar o mar e ler muitos livros. Estas **lembranças** da infância inspiraram os seus poemas e contos, como *A Menina do Mar*.

Durante a ditadura de Salazar, o governo controlava jornais, livros e as palavras das pessoas. Mas Sophia lutava sem armas, usando as palavras: nos seus poemas denunciava injustiças, medo e hipocrisia, participava em grupos de intelectuais que criticavam o regime e **apoiava** figuras da oposição democrática.

SABIAS QUE...

Sophia de Mello, como muitos intelectuais, era **vigiada** pela polícia política (PIDE) e as suas **obras** circulavam às vezes secretamente, mas a sua reputação literária dava-lhe alguma proteção, permitindo-lhe continuar a publicar.



© Diane Ansault

VOCABULÁRIO

Apoiar: soutenir

Lembranças: souvenirs

Livre: libre / **Obras:** œuvres

Prémio Camões: Prix Camões (le plus important prix littéraire lusophone)

Sonhar: rêver / **Tomar-se:** devenir

Vigiada: surveillée

SABIAS QUE...

Sophia foi a primeira mulher a ganhar o **Prémio Camões** em 1999, o mais importante prémio de literatura em português.



© CatChess, Wikimedia

Finalmente livre!

Sophia apoiou a **Revolução dos Cravos** e decidiu ajudar a construir o Portugal **livre** e democrático com que sempre **sonhou**. Em 1975, **tornou-se** deputada na Assembleia Constituinte pelo Partido Socialista.

Escrever a Constituição

Sophia participou na redação da Constituição portuguesa de 1976. Mesmo sem ser jurista, teve um papel importante ético e cultural: defendia a liberdade de expressão, a liberdade de criação e o fim da censura. Para ela, a Constituição não devia ser só um texto de leis, mas também um compromisso moral com o povo.



Diane Ansault

Já terminaste de ler o **CAPMag Junior**?
Não entre em pânico! Aqui ficam
algumas sugestões de leitura!



A Menina do Mar

1958
Sophia de Mello
Breyner Andresen

Era uma vez um menino
que vivia junto ao mar. Um dia
na praia, ele vê uma menina
pequenina, um polvo, um
caranguejo e um peixe. Estão
os quatro numa **poça** de água
e **riem muito**.

O **rapaz** pede à menina que lhe conte sobre as coisas do mar. E ela **pede-lhe** que ele lhe fale
sobre as coisas da terra. Os dois tornam-se amigos e **ficam com vontade** de conhecer a vida
um do outro. Mas a menina não pode ficar muito tempo **fora** de água porque é uma Menina
do Mar e ele não pode viver no fundo da água.

Será que conseguem encontrar uma solução? A Menina do mar é uma história **cheia** de
poesia sobre a amizade e a diferença. Fala de tolerância e respeito pelo outro. Seguimos a
aventura dos dois amigos que trocam as suas próprias experiências vividas no Mar e na Terra.

VOCABULÁRIO

Caranguejo: crabe

Poça: flaque

Rapaz: garçon

Pede-lhe: lui demande

Ficar com vontade: avoir envie

Fora: dehors

Cheia: inondation

Fada: fée

Moradores: habitants

Beleza: beauté

Maldoso: méchant

Deveres: devoirs

Feia: laide

Castigo: châtiment

Sabedoria: sagesse



Fada Oriana

1958
Sophia de Mello Breyner Andresen

Oriana é uma **fada boa**. Ela tem de cuidar da floresta e de
seus **moradores**. Mas com tanto trabalho, nem tem tempo
para si.

Um dia, quando vê o seu reflexo na água, fica surpresa
com sua **beleza**. Incentivada pelo peixe **maldoso**, passa a
enfeitar-se e a admirar-se horas a fio sem pensar nos seus
deveres. E se Oriana fica cada vez mais bela, a floresta,
sem proteção, torna-se cada vez mais **feia**.

Como **castigo**, a rainha das fadas tira-lhe os seus bens mais preciosos : a varinha
de condão e as asas. Será que ela vai conseguir recuperar os seus bens preciosos?

Nesta história há muitos adjectivos para caracterizar as personagens e os espaços onde decorre a
acção. A personificação dos móveis que se queixam, tornam certas passagens muito cómicas. É uma
história cheia de magia e de **sabedoria** pois a personagem principal tem de escolher entre o ser boa ou má.



EXPRESSÕES PORTUGUESAS

Redação: Associação Des Ailes pour le Portugal em Nantes Ilustrações: © Diane Ansault



Estar nas sete quintas
Être dans son élément



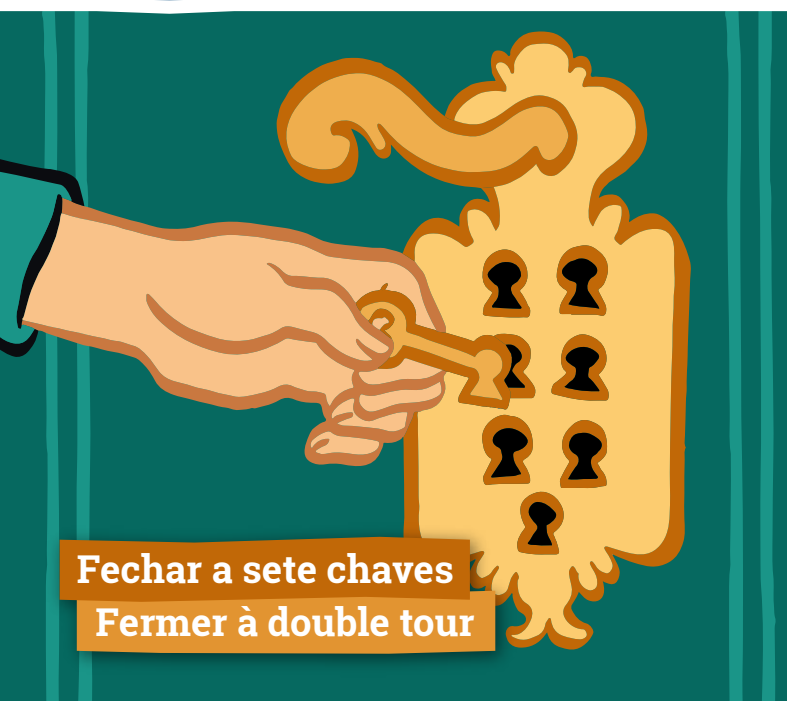
Tempo é dinheiro
Le temps c'est de l'argent



Muita tinta vai correr
Ça va jaser ! (Le sujet va faire parler)



Correr sobre rodas
Ça roule ! (Tout se passe sans obstacle)



Fechar a sete chaves
Fermer à double tour



Ser da idade da pedra
C'est vieux comme le monde