



UNIÃO DE FREGUESIAS
BAGUNTE • FERREIRO • OUTEIRO • PARADA



Oficina da Milu



Introdução

Olá! Eu sou a Milu e esta é a minha oficina... Queres saber mais sobre mim?



Nasci em maio de 2020, na União de Freguesias de Bagunte, Ferreiró, Outeiro Maior e Parada. Fui pensada para animar as crianças com a ajuda das colaboradoras da Junta de Freguesias. Aqui na minha oficina podes encontrar respostas para os problemas atuais, receitas fáceis e saborosas, atividades faz-tu-mesmo, calendário, sugestões para o teu dia-a-dia, dicas e entre muitas outras coisas...

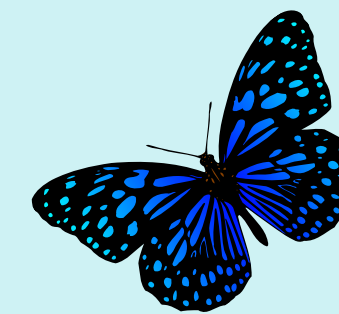
Espero que te divirtas!

Assinado:

Milu



Calendário



Este ano vamos celebrar de forma especial os feriados.

Aqui deixo-te as datas festivas do mês de março!

8- Dia Internacional da Mulher

15- Dia Mundial do Sono

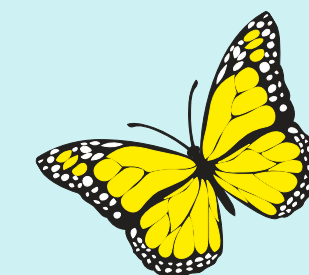
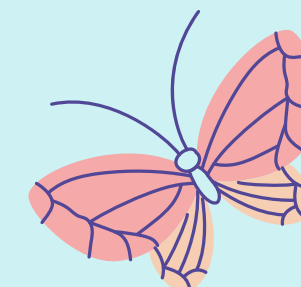
19- Dia do Pai

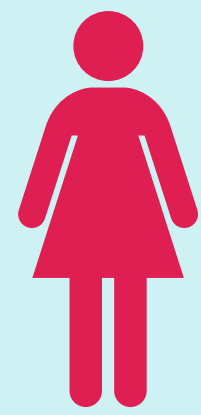
20- Início da Primavera

21- Dia Mundial da Árvore

22- Dia Mundial da Água

27- Dia Mundial do Teatro





Dia da mulher



A ideia de celebrar todos os anos surgiu depois que o Partido Socialista da América organizou um Dia da Mulher, em 20 de fevereiro de 1909, em Nova York – uma jornada de manifestação pela igualdade de direitos civis e em favor do voto feminino.



Queres saber mais sobre esta data?
Eu conto-te tudo...



Dia Mundial do Sono *zzZ*

O Dia Mundial do Sono observa-se a 15 de março.

Trata-se de uma iniciativa da Associação Mundial de Medicina do Sono que se comemora anualmente em cerca de 75 países do mundo e que chama a atenção para a importância do sono regular diário.

Queres saber mais sobre esta data?

Eu conto-te tudo...



4 e os 12 meses: 12 a 16 horas por dia;
1 e 2 anos: 11 a 14 horas por dia;
3 aos 5 anos: 10 a 13 horas por dia;
6 aos 12 anos: 9 a 12 horas por dia;
13 aos 18 anos: 8 a 10 horas por dia.



Dia do Pai



O Dia do Pai em Portugal é comemorado no dia 19 de março. Celebra-se no dia de São José, santo popular da igreja católica, marido de Santa Maria e pai terreno de Jesus Cristo.




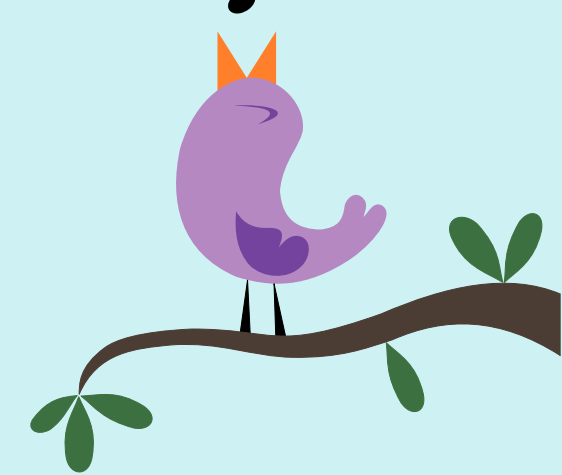
São José

Adoro-te Pai
Por tudo aquilo que fazes e és
Recebe um beijo e um abraço
Daqueles que para sempre
te hão-de amar e admirar.





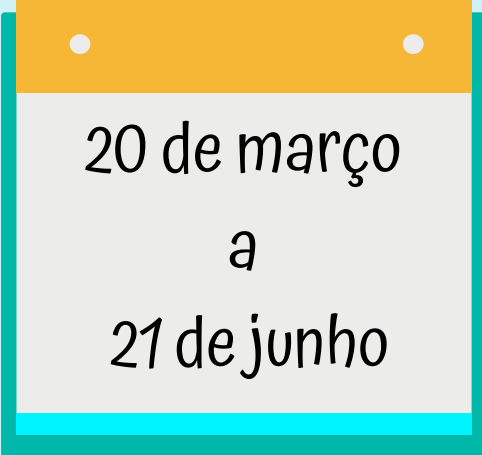
Primavera



*Céu de primavera
no jardim dorme a menina.
Qual a flor do sonho?*

A primavera é a estação do ano que vem depois do inverno e antes do verão.

É a estação do reflorescimento de todas as árvores e flores e a temperatura é mais agradável (Nem muito quente, nem muito frio).



20 de março
a
21 de junho



Dia Mundial da árvore

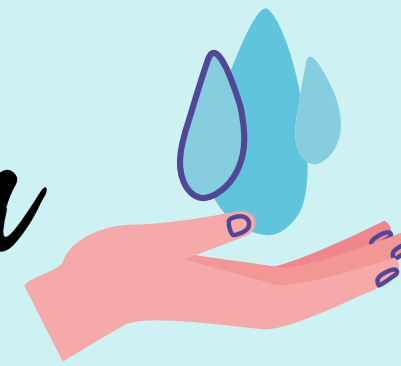
O Dia Mundial da Árvore ou da Floresta celebra-se a 21 de março.

Neste dia decorrem várias ações de arborização e reflorestação, em diversos locais do mundo.

O objetivo da comemoração do Dia Mundial da Árvore é sensibilizar a população para a importância da preservação das árvores, quer ao nível do equilíbrio ambiental e ecológico, como da própria qualidade de vida dos cidadãos. Estima-se que 1000 árvores adultas absorvem cerca de 6000 kg de CO₂ (dióxido de carbono).



Dia Mundial da água



A água é a fonte da vida.



O Dia Mundial da Água celebra-se anualmente a 22 de março.

Devemos alertar as populações para a urgente necessidade de preservação e poupança deste recurso natural tão valioso. A gestão dos recursos de água tem impacto em vários setores, nomeadamente na saúde, produção de alimentos, energia, abastecimento doméstico e sanitário, indústria e sustentabilidade ambiental.



Dia Mundial do teatro



O Dia Mundial do Teatro celebra-se anualmente a 27 de março.

O objetivo da data é promover a arte do teatro junto das pessoas. O teatro é uma arte milenar* e funciona como um meio de divulgação da cultura de diferentes povos.

O homem usa o teatro como forma de expressão.

Existem vários géneros como a comédia, o drama, a farsa, a tragédia, a tragicomédia, o melodrama, a revista e o teatro infantil, entre outros.

**Que tem mil anos ou mais*



Momento de Culinária



Ingredientes que vais precisar:

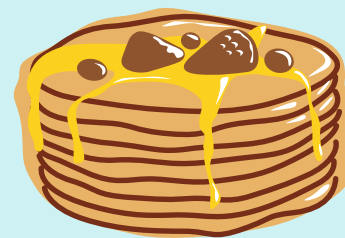


- 2 chávenas de farinha sem fermento
- 3 colheres de chá de fermento químico
- 1 colher de sopa de açúcar
- 1/2 colher de café de sal
- 1.1/2 chávena de chá de leite
- 1 ovo
- 3 colheres de sopa de manteiga amolecida



- 1/2 lata de leite condensado
- 1/2 pacote de natas
- 3 colheres de sopa de chocolate em pó
- 1 colher de sopa de manteiga



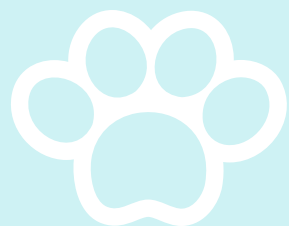


Momento de Culinária



Como vais preparar:

- 1º - Juntar todos os ingredientes em uma taça e bater tudo muito bem;
- 2º- Colocar uma frigideira em lume médio e quando estiver quente ir colocando a massa;
- 3º- Virar a panqueca quando começar a formar bolhinhas;
- 4º- Em um tacho colocar o leite condensado, as natas, o chocolate e a manteiga;
- 5º- Cozinhar em lume médio, mexendo sempre;
- 6º- Quando estiver com textura de brigadeiro é só desligar e regar as panquecas!



Livros

1

"Sofia Dias - Atleta Extraordinária"- Morag Hood



2

"Kitty e o Resgate ao Luar"- Paula Harrison



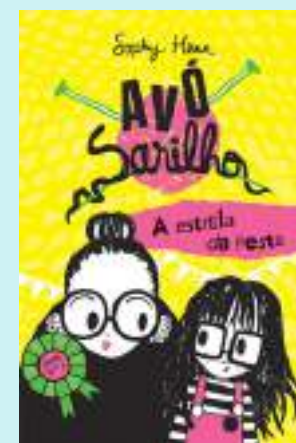
3

"A Ovelhinha que Veio para o Jantar"- Steve Smallman



4

"Avó Sarilho: A estrela da festa"- Sophy Henn



5

"Caça-Olhares"- Marina Nuñez

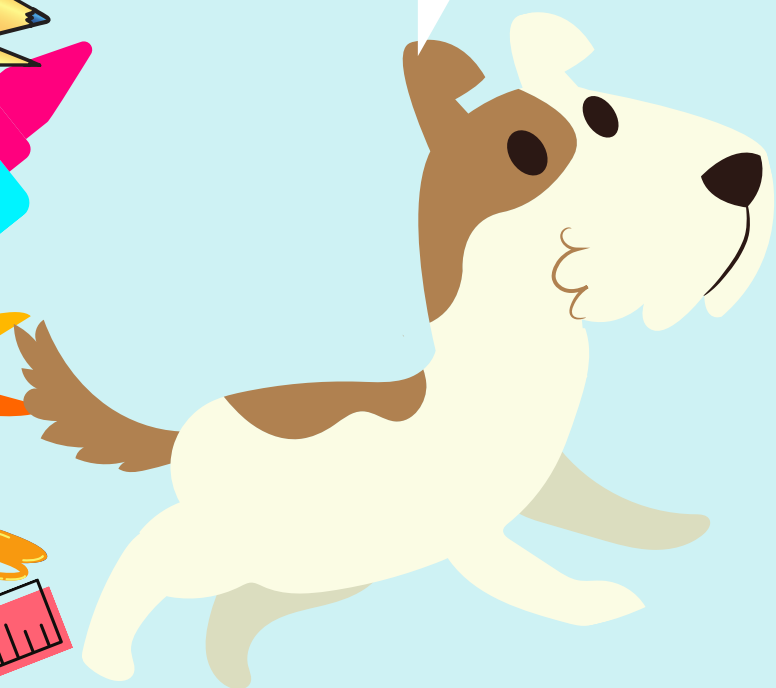
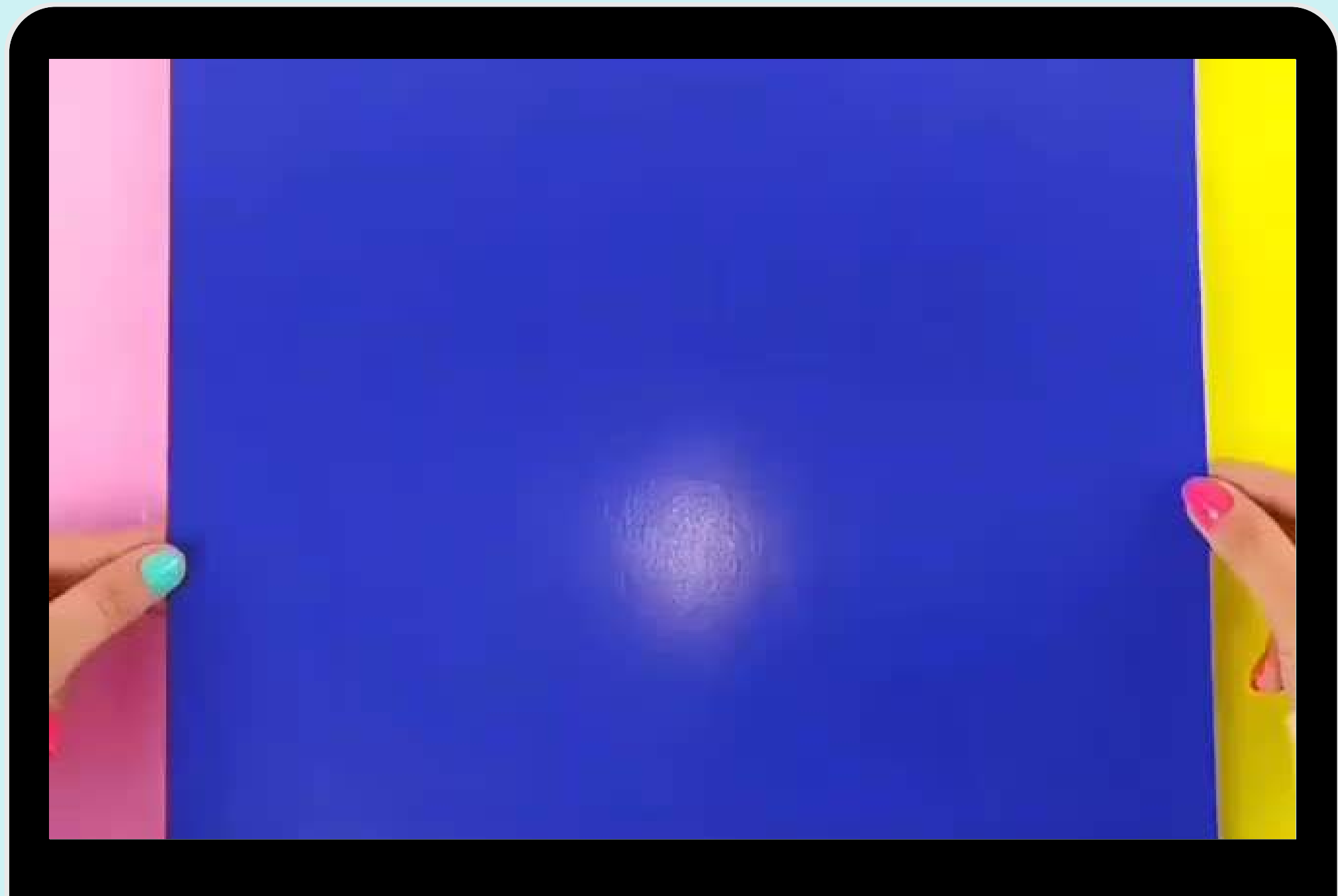


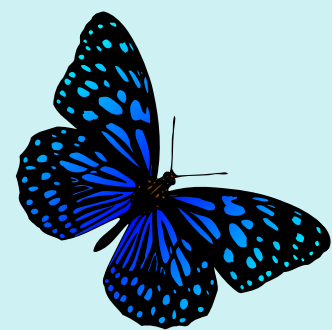
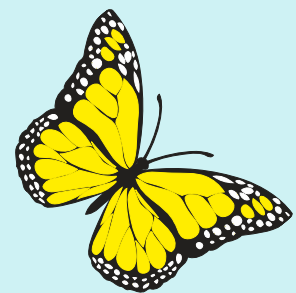
Aqui deixo-te alguns títulos de livros para leres! Todos recomendados pelo Plano Nacional de Leitura...



Faz tu mesmo

A sugestão deste mês para atividade é:
construíres uma caixa de presentes para
o teu pai.
Deixo-te ao lado todos os passos!





Desafio!



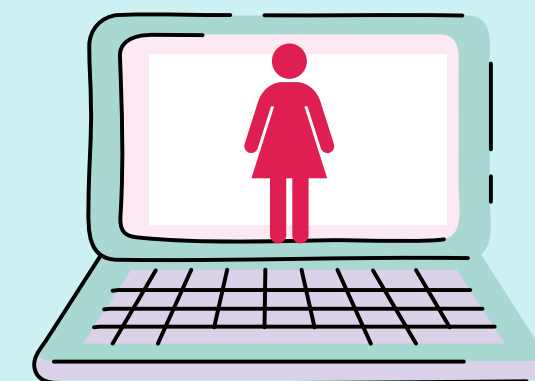
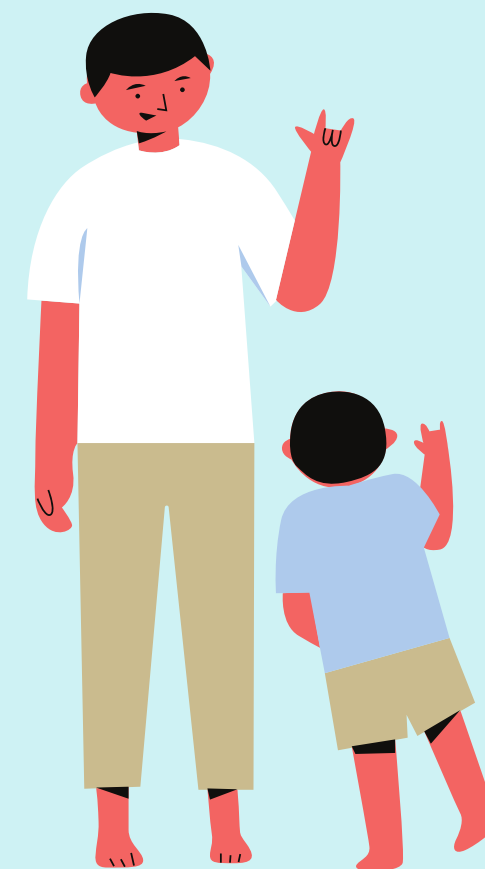
Nesta edição tenho mais um desafio para ti!
Pinta este desenho alusivo à primavera.



Partilha de momentos!

Esta página fica em branco nesta edição pois, ficará à tua espera para partilhares os teus trabalhos na edição futura... Solta a tua criatividade e partilha os teus trabalhos comigo! Fico à tua espera...

Contato da Milu:
oficinadamilu@gmail.com





UNIÃO DE FREGUESIAS
BAGUNTE • FERREIRO • OUTEIRO • PARADA

