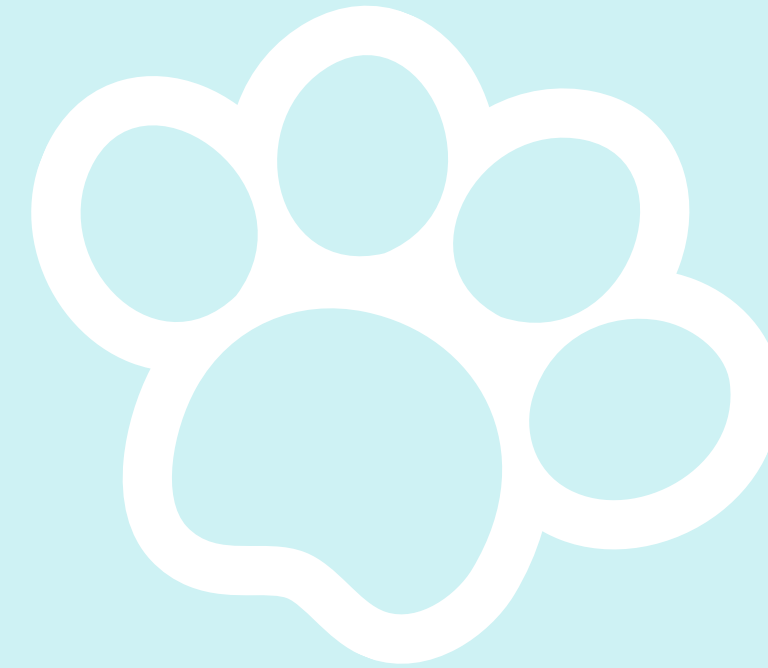




UNIÃO DE FREGUESIAS
BAGUNTE • FERREIRO • OUTEIRO • PARADA



Oficina da Milu



Introdução

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

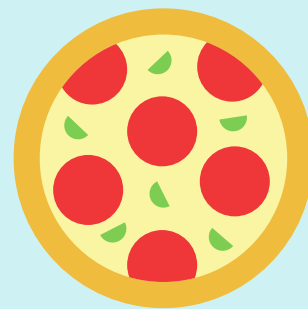


Nasci em maio de 2020, na União de Freguesias de Bagunte, Ferreiró, Outeiro Maior e Parada. Fui pensada para animar as crianças com a ajuda das colaboradoras da Junta de Freguesias. Aqui na minha oficina podes encontrar respostas para os problemas atuais, receitas fáceis e saborosas, atividades faz-tu-mesmo,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

Espero que te divirtas!

Assinado:

Milu

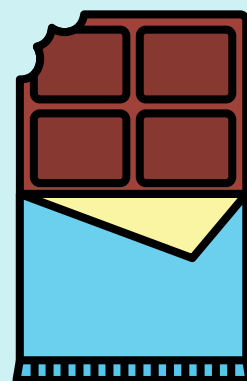
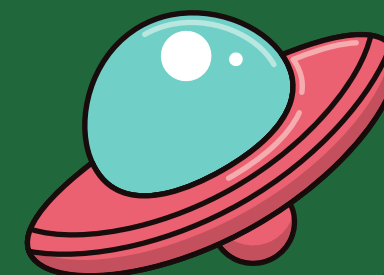


Calendário



Este ano vamos celebrar de forma especial os feriados. Aqui deixo-te as datas festivas do mês de julho!

- 1- Dia Internacional da Piada
- 2- Dia Mundial do OVNI
- 7- Dia Mundial do Chocolate
- 10- Dia Mundial da Pizza
- 16- Dia Mundial da Cobra
- 20- Dia do Amigo
- 26- Dia Mundial dos Avós
- 29- Dia Internacional do Tigre



Dia Internacional da Piada

HA
HA

O Dia Internacional da Piada observa-se anualmente a 1 de julho. É uma data comemorada por todo o mundo. Os países partilham as suas maiores piadas numa tentativa de dar ao mundo um sorriso de orelha a orelha, afastando toda a tristeza, drama e negatividade.

Uma criança até aos 4 anos ri entre 200 e 300 vezes ao dia, enquanto um adulto só ri entre 4 e 20 vezes ao dia.

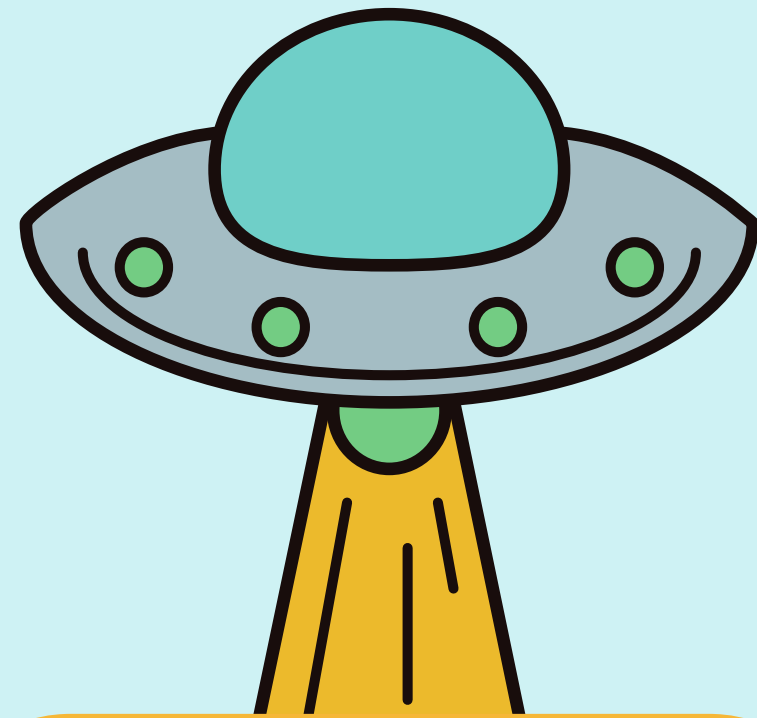
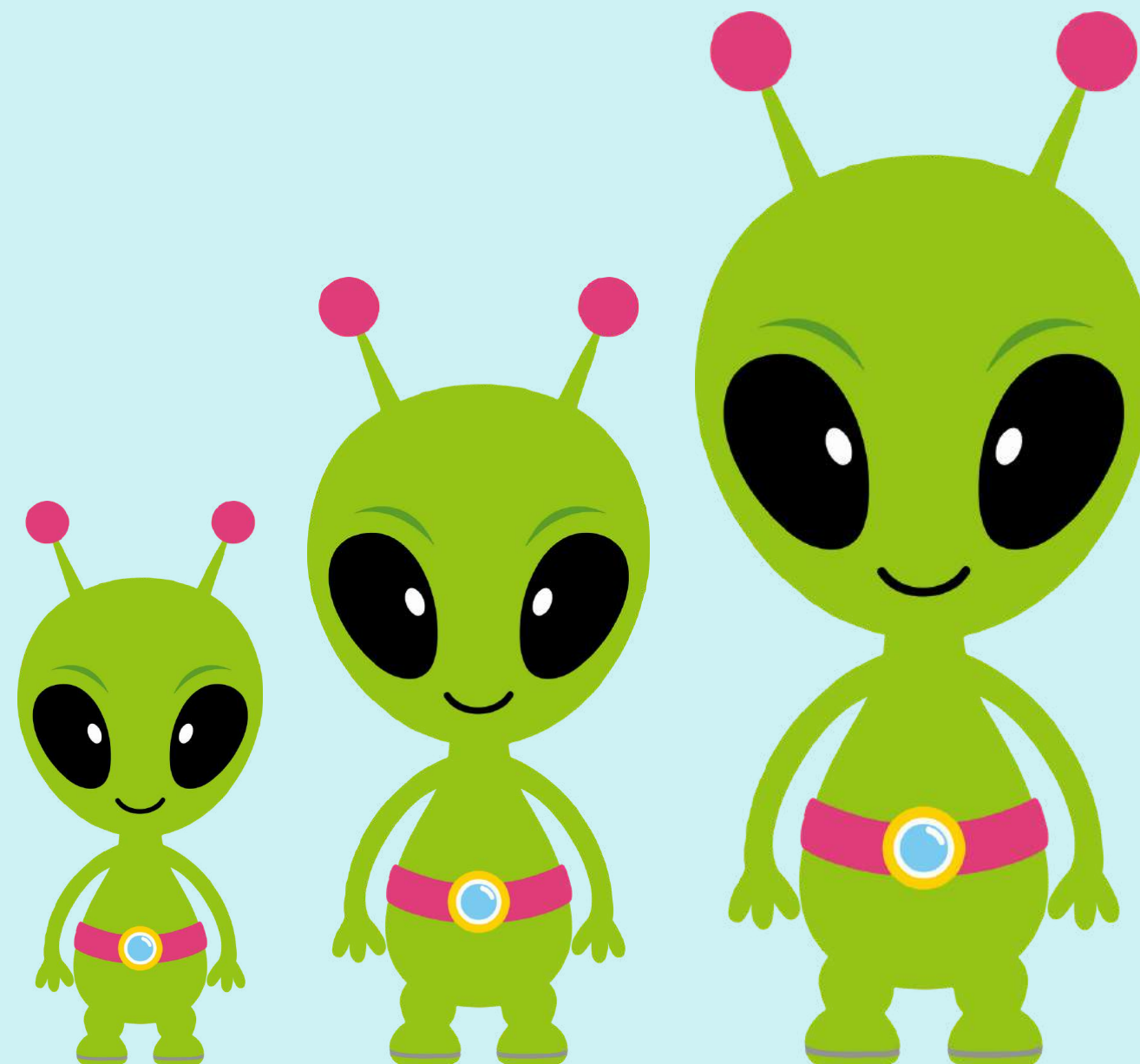


Dia Mundial do OVNI

O Dia Mundial do OVNI observa-se a 2 de julho.

Conhecido mundialmente como World UFO Day, este dia convida as pessoas de todo o mundo a olharem para o céu em busca de Objetos Voadores Não Identificados.

Estou a ser levado....!



Atividades

Procurar por um OVNI no céu.

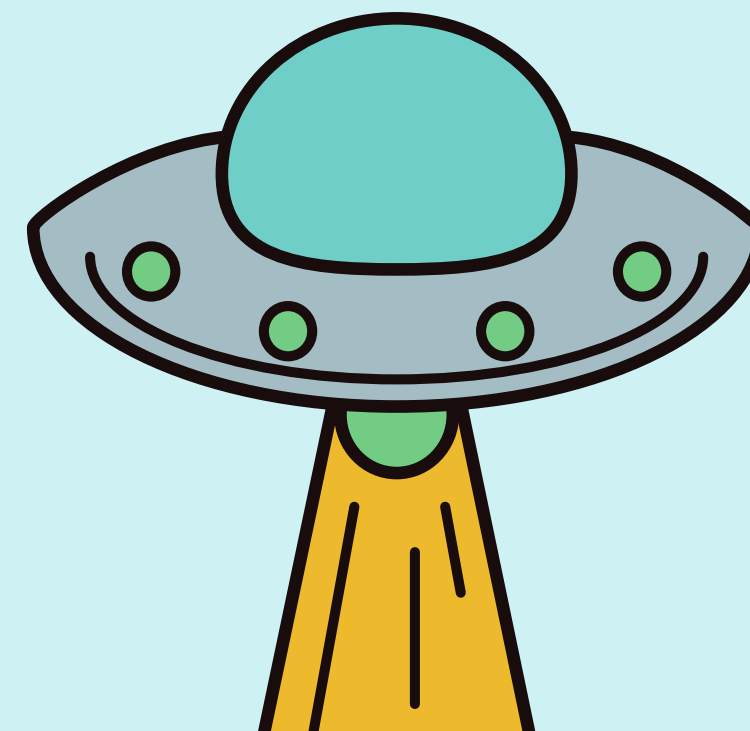
Tirar fotografias a objetos estranhos no céu.

Fazer um OVNI com um boomerang, disco ou através de legos.

Assistir a alguns episódios da série Ficheiros Secretos.

Ver o filme de ficção científica os "Encontros Imediatos do Terceiro Grau".

Partilhar livros, vídeos e outras possíveis provas da existência de vida extraterrestre.



Aqui tens algumas atividades para fazeres neste dia!



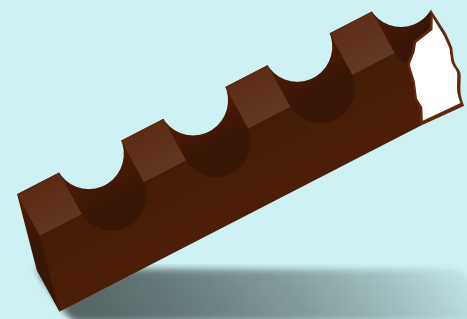
Dia Mundial do Chocolate



Felicidade é só uma questão de chocolate!

O Dia Mundial do Chocolate degusta-se a 7 de julho.

A origem desta data não é muito clara, mas o que importa é que este é o dia do ano de comer chocolate sem peso na consciência. Seja uma barra de chocolate, uma bebida, um gelado, algumas bolachas ou bombons, neste dia é obrigatório ingerir uma boa dose de chocolate.



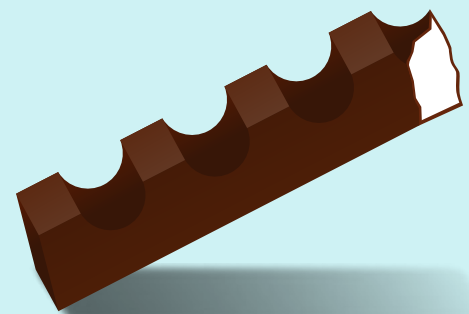
Origem do Chocolate



O chocolate teria sido utilizado pelos Maias como moeda de troca. Para eles, o cacau era uma dádiva dos deuses, daí o seu valor. Enquanto isso, os maias serviam cacau aos guerreiros para dar-lhes força.

Quem o trouxe para a Europa foi Cristóvão Colombo, em 1502. E foi na Espanha onde começou-se a adicionar açúcar ao cacau, até ganhar popularidade na França, estendendo-se por tantos outros países.

Queres saber mais sobre a sua origem?
Eu conto-te tudo...



Benefícios do chocolate



Aqui tens alguns benefícios do chocolate.

São apontadas várias vantagens ao consumo de chocolate. Mas atenção, o chocolate que traz benefícios é o que tem mais de 70% de cacau.

Alguns benefícios comprovados cientificamente, temos:

- Aumento da concentração, para os estudos ou no trabalho;
- Redução no risco de ter uma doença cardíaca;
- Alívio do estresse;
- Proteção da pele contra os raios solares.



Dia Mundial da Pizza

O Dia Mundial da Pizza comemora-se a 10 de julho.

A data celebra uma das mais adoradas invenções culinárias da história da humanidade: a pizza.

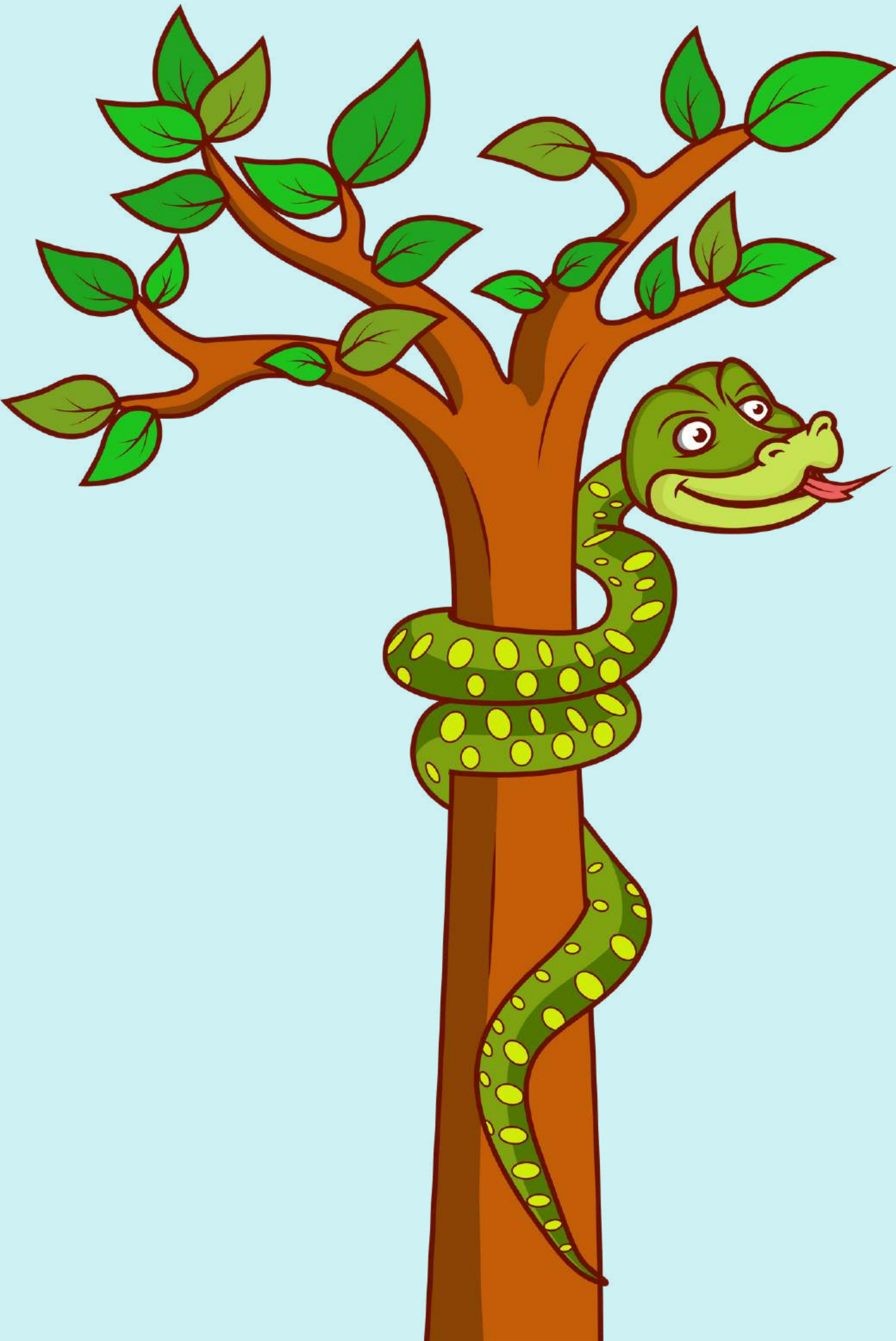
Para celebrar devidamente o dia é necessário comer nem que seja só uma fatia de pizza. Para os mais arrojados, recomenda-se experimentar um rodízio de pizza.



Aproveita este dia para comer uma Pizza com os teus amigos ou família.



Dia Mundial da Cobra



O Dia Mundial da Cobra festeja-se anualmente no dia 16 de julho. Como o animal menos amado que é, a data surgiu como uma forma de combater os mitos em torno das cobras e como um meio de espalhar algum carinho e de celebrar este animal.

Um objetivo deste dia é preservar esta espécie animal que desempenha um papel importante no ecossistema, controlando roedores e pragas.



Sabia que...?



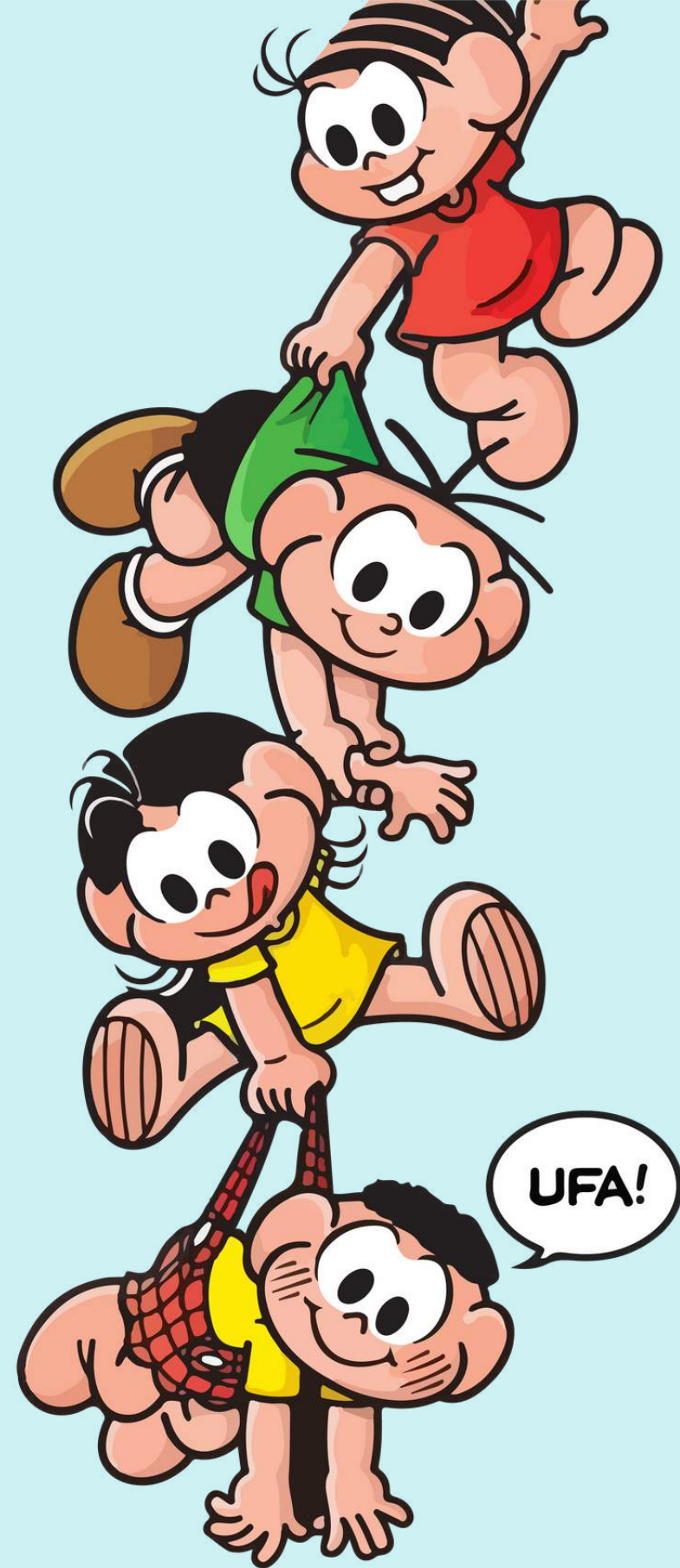
- Existem mais de 3 mil espécies de cobras espalhadas por todos os continentes (Menos na Antártida).
- Um quarto das cobras é venenoso, existindo cobras que comem cobras venenosas.
- As cobras não têm ouvidos externos nem pálpebras.
- As cobras cheiram com a língua.
- Elas mudam de pele de três a seis vezes ao ano.
- As cobras tentam evitar o contacto humano.
- Muitas vezes elas enrolam-se ou camuflam-se para não serem vistas.
- Os incidentes com mordidas de cobra ocorrem quando se pisam as cobras por acidente ou quando se perturba este animal.

Dia do Amigo

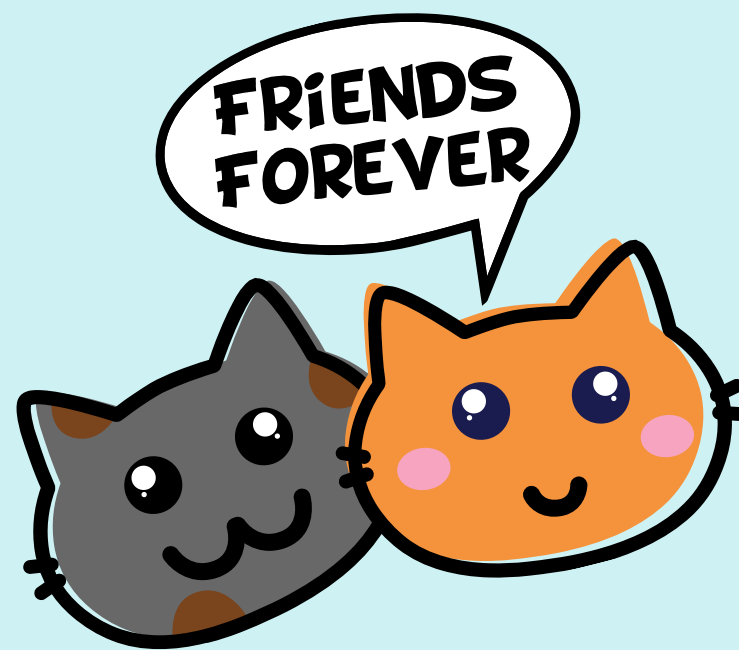
O Dia do Amigo celebra-se a 20 de julho.

A origem da data remonta a 1969, data da chegada do homem à Lua, que demonstra a união dos homens para alcançar objetivos.

Este é o dia onde devemos celebrar a amizade



É sempre bom ter com quem contar nas horas difíceis.



Dia Mundial dos Avós

Em Portugal, o Dia dos Avós celebra-se a 26 de julho.

A celebração do dia dos avós é feita através de eventos e de atividades que prestam homenagem e que pretendem demonstrar carinho e apreço a todos os avós.

Netos e filhos dão presentes aos seus avós, de forma a agradecer o apoio e dedicação destes à família e mostrar o quanto eles são importantes para os seus familiares.



Origem

Foi uma senhora chamada Ana Elisa Couto (1926-2007), conhecida como Dona Aninhas que reclamou a instituição de uma data que valorizasse a figura dos avós.

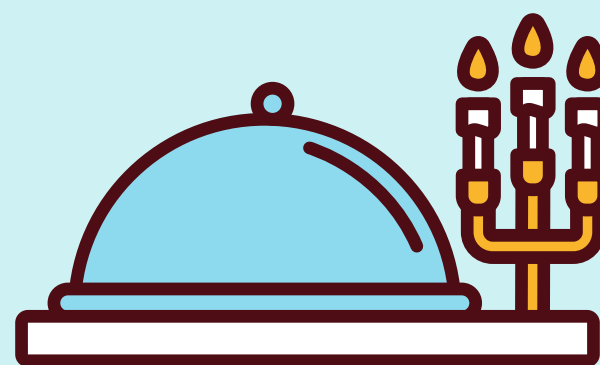
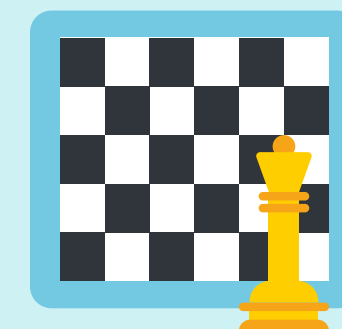
Natural de Penafiel e avó de seis netos, ela tentou durante quase 20 anos que a data comemorativa fosse reconhecida, sendo escolhida para a sua celebração o dia 26 de julho, por este ser o dia de Santa Ana e São Joaquim, pais de Maria e avós de Jesus Cristo.

A data foi instituída pela Assembleia da República em 2003.



Atividades para fazer com os avós

- Ver um filme na companhia deles;
- Levá-los para jantar;
- Levá-los a passear a um sítio a gosto deles;
- Oferecer-lhes uma prenda feita por ti;
- Participar de encontros e competições de avós e netos;
- Ver o álbum de fotografias da família com eles;
- Contar e ouvir histórias na companhia dos avós.



Dia Internacional do Tigre

O Dia Internacional do Tigre é o dia 29 de julho. Também conhecido como Dia Mundial do Tigre, este dia chama a atenção do mundo para a necessidade de conservação dos tigres. O objetivo deste dia é proteger deste animal em vias de extinção e o seu habitat.



Sabia que...?

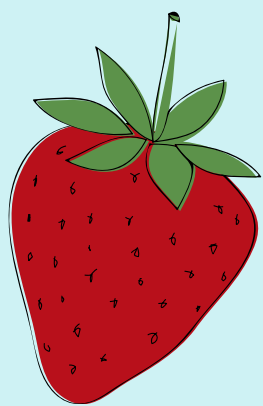
O tigre é o maior felino do mundo, com cerca de 2,5 metros e 220 quilos.

As suas patas "almofadas" abafam o som e permitem que ele capture as suas presas silenciosamente após quilómetros de viagem.

É uma criatura magnífica, com as suas riscas pretas no pelo laranja e amarelo, que permite a preservação de um ecossistema saudável com a eliminação de portadores de doenças.

É um animal solitário que se encontra predominantemente na Ásia.

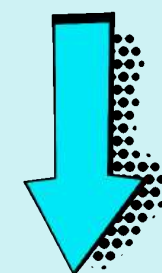




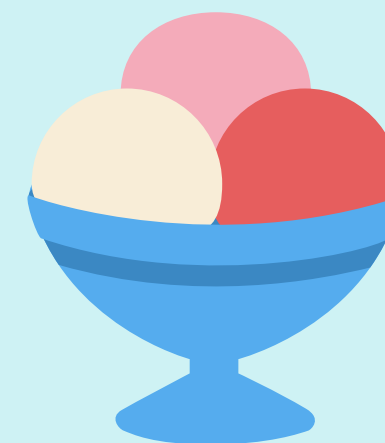
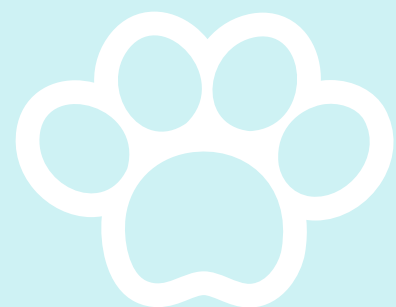
Momento de Culinária



Ingredientes que vais precisar:



500 g de frutos vermelhos
sumo de meio limão
165 g de açúcar de confeiteiro
500 ml de natas

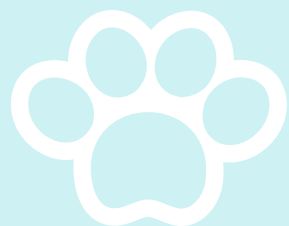


Momento de Culinária



Como vais preparar:

- 1º- No processador ou liquidificador coloca os frutos vermelhos e mistura tudo muito bem;
- 2º- Em uma taça coloca as natas, o açúcar e a mistura dos frutos;
- 3º- Bate tudo muito bem com a batedeira;
- 4º- Coloca o preparado em um recipiente próprio para ir ao frio e cobre com película aderente;
- 5º- Leva ao congelador durante 5 horas;
- 6º- Depois é só servir!



Livros

1

"O Bando das Cavernas N.º 30"- de Nuno Caravela



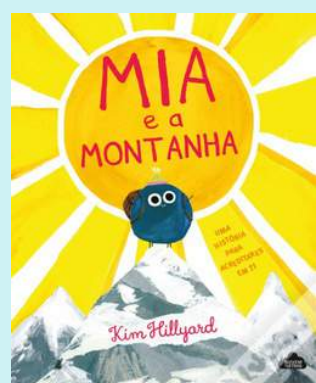
2

"O Coração e a Garrafa"- Oliver Jeffers



3

"Mia e a Montanha"- Kim Hillyard



4

"As Aventuras do Capitão Cuecas Agora a Cores!"- Dav Pilkey



5

"O Planeta Terra"- María Mañeru

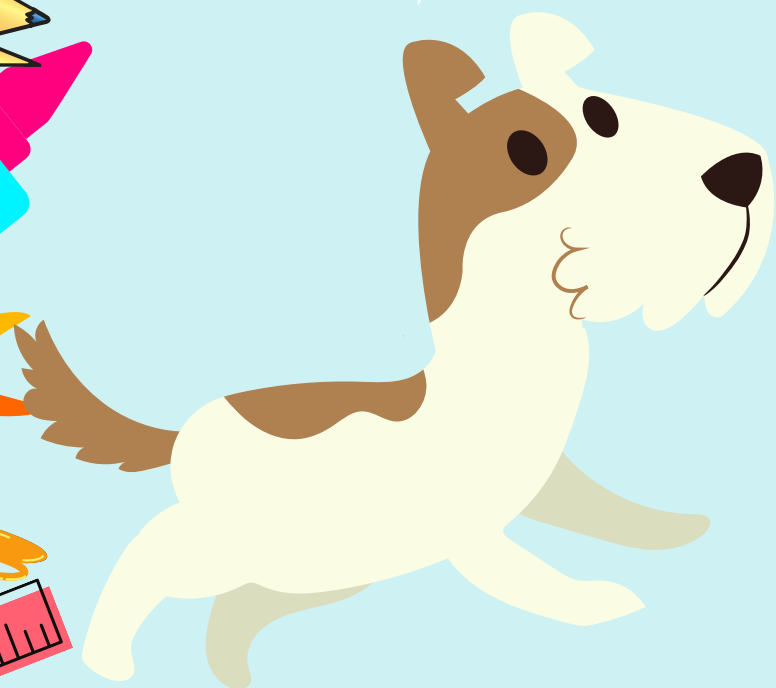
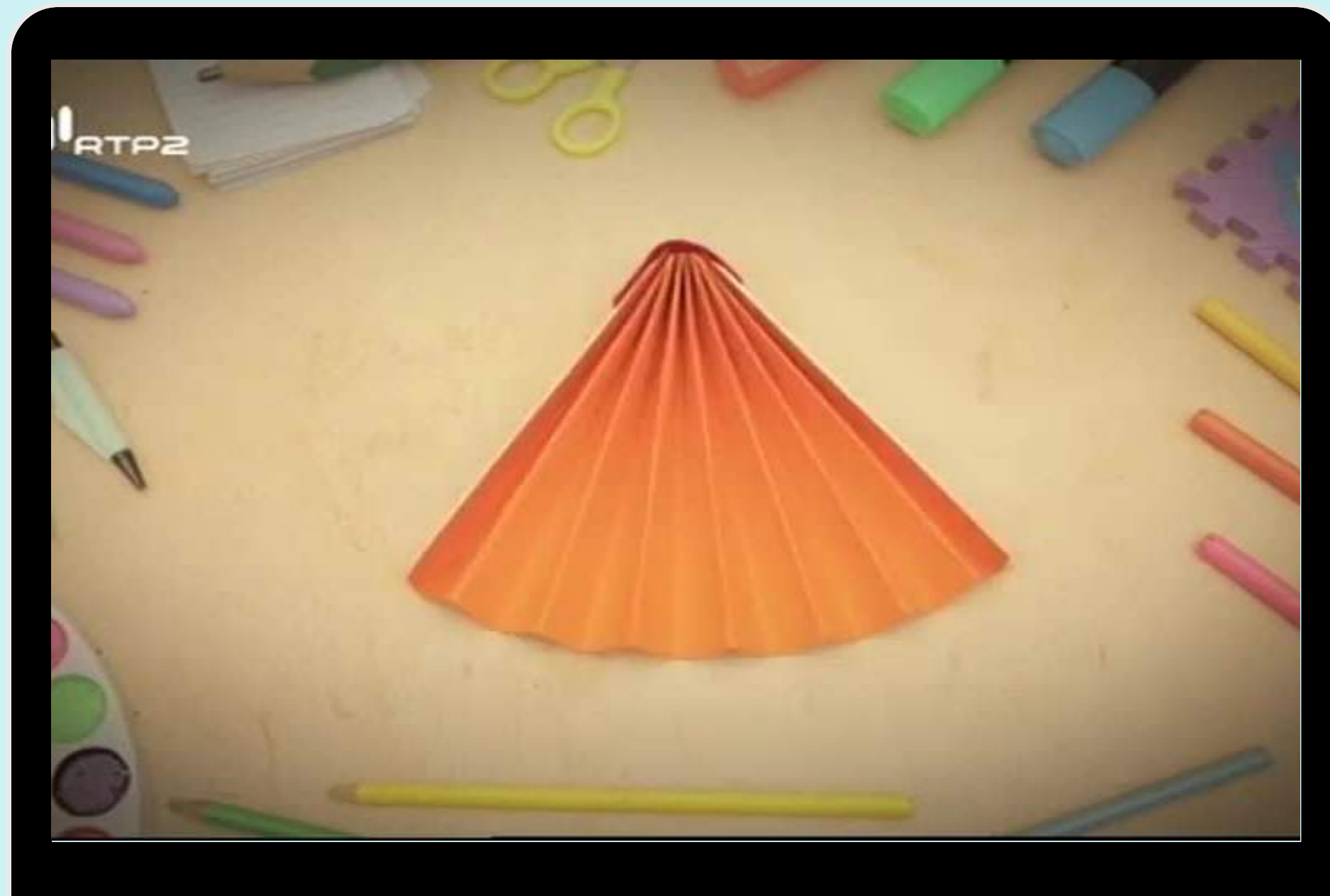


Aqui deixo-te alguns títulos de livros para leres! Todos recomendados pelo Plano Nacional de Leitura...



Faz tu mesmo

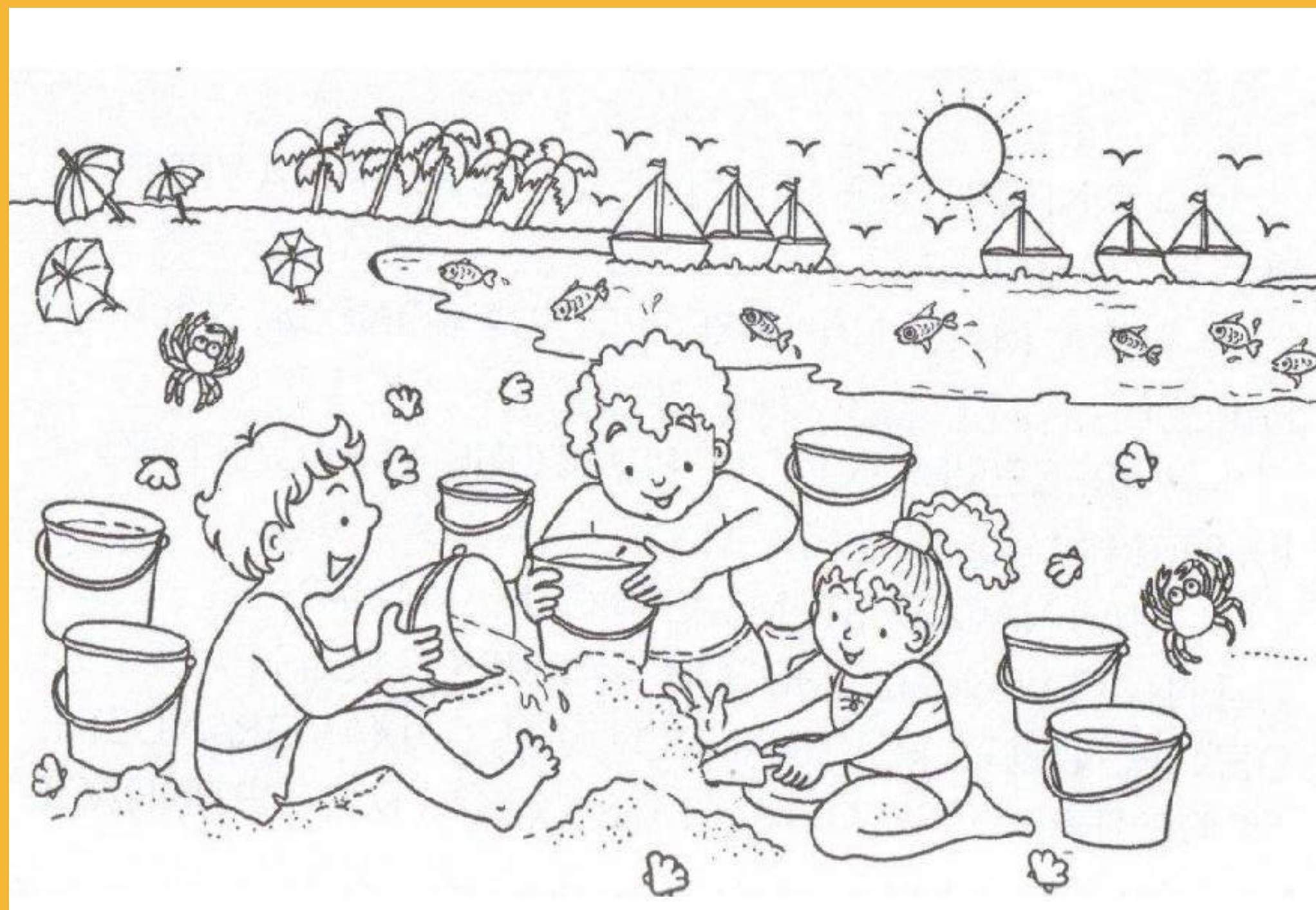
A sugestão deste mês para atividade é:
construíres um leque para te
refrescares.
Deixo-te ao lado todos os passos!



Desafio!



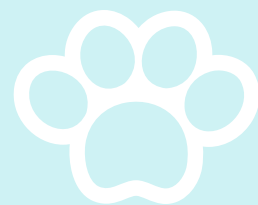
Nesta edição tenho mais um desafio para ti!
Pinta este desenho alusivo ao verão



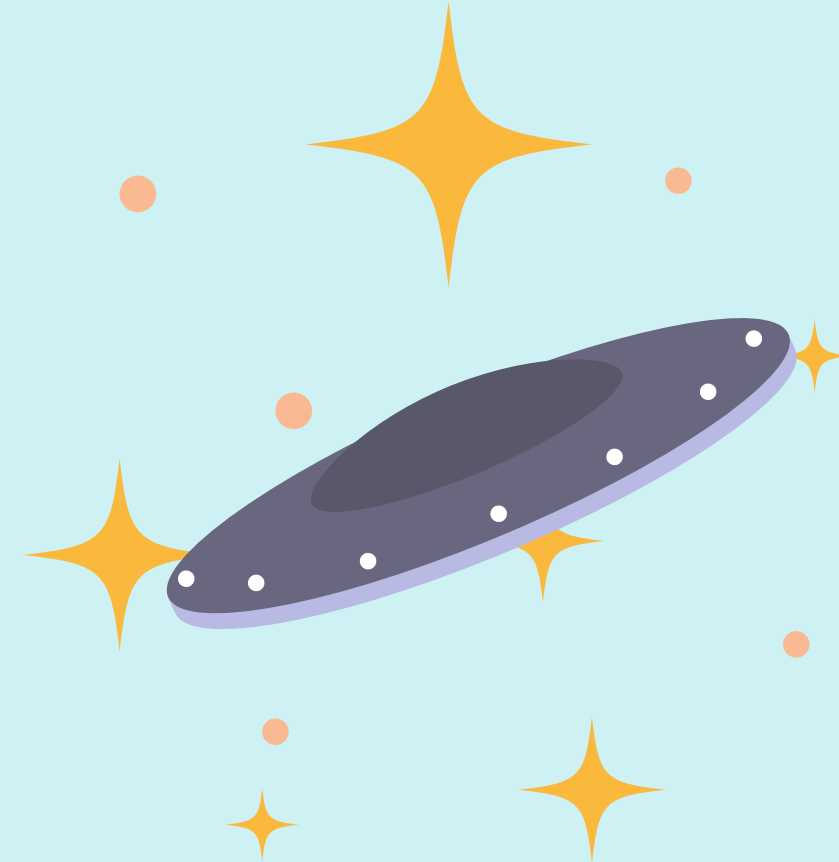


Partilha de momentos!

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

