

# OÃ A MÃO Ã FLORESTA



## TUDO O QUE A FLORESTA NOS DÃ





DÁ A MÃO À  
FLORESTA



Estás preparado para brincar, aprender e aventurares-te num local cheio de magia com benefícios para o corpo e para a mente? É verdade, amiguinho, para este verão, criámos uma edição dedicada a descobrir tudo o que a floresta nos dá.

P. 4 e 5

Começamos logo por descobrir porque as árvores são tão especiais.



E, logo a seguir, desvendas os seus superpoderes. São tão incríveis como os dos teus super-heróis, vais ver!

P. 6 e 7



P. 8 e 9

Já ouviste falar de passadiços? Se gostas de passear ao ar livre, vais adorar.



E quem diria que também se pode tomar banhos de floresta. Curioso?

P. 12 e 13



P. 20 a 23

Na banda desenhada desta edição vamos brincar, proteger e conservar as nossas florestas numa aventura com o tio Tomé.



Nestas páginas vais descobrir curiosidades sobre espécies de fauna e flora.

P. 34 e 35



P. 36 a 38

Se gostas de pôr à prova o teu conhecimento e colocar as “mãos na massa”, faz a experiência que te propomos.



# BEM-VINDO AO VERÃO!

Terminámos mais um ano letivo e chegámos à edição de verão da tua revista favorita! Neste número vamos explorar tudo o que a nossa amiga floresta tem para oferecer na estação mais quente e divertida.

Junta-te a nós numa aventura onde descobrimos os superpoderes das árvores, o que são passadiços, monumentos nacionais e banhos de floresta.

Curioso? Boa, porque ainda tens de explorar as aprendizagens incríveis dos exercícios da Turma da Floresta.

**Prepara-te e diverte-te!**



Em 2023, a Navigator foi novamente classificada como empresa de baixo risco para investidores e reconhecida pela Sustainalytics como uma ESG Industry Top Rated company.

In 2023, Navigator was once more classified as low-risk for investors and recognized by Sustainalytics as an ESG Industry Top Rated company.





# AS ÁRVORES SÃO ESPECIAIS



Olá, pequeno explorador! Chegámos a mais umas férias de verão e, agora com o calor a apertar, nada melhor do que dormir uma sesta à sombra de uma árvore. Mas as árvores servem para muito mais do que dar sombra. Queres mesmo saber porque são tão especiais?

É mesmo verdade, tio Tomé, a sombra das árvores torna a floresta fresca e muito apetecível para sestas depois do almoço.



Mas, Tio Tomé? Afinal, o que torna as árvores tão especiais?

Sabias que delas podem retirar-se substâncias que podem dar origem a medicamentos ou ser a base para tecidos?

A sério? Não fazia ideia! Podes dar alguns exemplos desse tipo de árvores?

Claro que sim. Os compostos que se encontram nas folhas dos eucaliptos, por exemplo, são ótimos para prevenir as constipações e outras infeções respiratórias. Para além disso, estudos recentes revelam que esses mesmos compostos podem trazer alívio e até redução de alguns sintomas a quem sofre de Alzheimer, uma doença que afeta principalmente as pessoas mais velhas.

Que giro, tio Tomé, já tinha ouvido falar que as plantas e as árvores eram muito importantes para a medicina, mas não sabia que eram tanto. E que outras árvores têm essas substâncias?

As folhas de carvalho estão associadas ao tratamento de problemas intestinais, do fruto da oliveira extrai-se o azeite que ajuda a aumentar a longevidade, para vivermos mais anos com saúde, e dos extratos das folhas e frutos do *Ginkgo biloba*, uma das árvores mais antigas do mundo e de origem chinesa, tratam-se as doenças dos olhos.

E quando falas de tecidos, o que queres dizer? Não são tecidos feitos de folhas ou madeira, pois não?

Ah! Ah Ah! Não, Nádia. O que quero dizer é que são tecidos que nascem de partes das árvores. Olha o tecido de banana, por exemplo. É feito da casca e dos caules fibrosos da bananeira. Mas o mais impressionante é que podem ser feitos diferentes tecidos de outras partes da bananeira: da camada interna nasce um tecido suave, semelhante à seda. Até resiste à água e absorve a humidade, imagina tu!

Uau tio, tu sabes coisas incríveis!



Oliveira



Bananeira



Eucalipto



Ginkgo

Pois é Nádia, mas há mais. Com o avançar da tecnologia foram descobertas outras fibras retiradas das árvores. O *lyocell* é um bom exemplo: a madeira de eucalipto é a principal origem florestal deste tecido. É resistente e leve, suave e ajuda-nos a regular a temperatura. Ideal para o verão, não achas?

Que bom podermos aprender tantas coisas novas sobre a Natureza com o tio Tomé. As árvores são, sem dúvida, essenciais à nossa vida!





# OS SUPERPODERES DAS ÁRVORES

Amiguinho, depois de ficares a saber que se podem fazer medicamentos e tecidos a partir das árvores, queres descobrir que outros superpoderes as árvores têm?

Pois é, para além de ar puro, as árvores também nos dão locais frescos e calmos onde se pode praticar desporto, caminhar, brincar e conviver.

Para além dos benefícios de que falaste, professora Patrícia, as florestas plantadas como as da The Navigator Company ajudam a preservar as florestas naturais, diminuem os efeitos das alterações climáticas e dão-nos matérias-primas para fazer papel, móveis de madeira e lápis, por exemplo.

Sim, claro, mas as florestas plantadas precisam de ser geridas de forma responsável e sustentável, não é, tio Tomé?

Precisamente!

As florestas bem geridas como as da The Navigator Company mantêm a biodiversidade, produzem os melhores bioprodutos, preservam o meio ambiente e fazem-nos sentir alegres, saudáveis e bem-dispostos.

E sabes porque devemos plantar, sempre que possível, árvores perto das nossas casas? As árvores são a fonte de inúmeras interações sociais.

Estudos descobriram que áreas comuns residenciais com árvores e espaços verdes criam sentimentos de comunidade mais fortes, fazendo com que as pessoas interajam com mais frequência.

É verdade, amiguinho da floresta. Agora que já ficaste a conhecer mais alguns dos superpoderes das árvores e das florestas, vai ao nosso canal de YouTube espreitar os vídeos que lá temos sobre o tema.







# VAMOS PASSEAR NA FLORESTA?

Meninos, vocês que gostam da floresta e de passear vão adorar o que vos vou agora contar! Já ouviram falar em passadiços?

Já, sim, tio! Já fui passear a muitos e quero conhecer mais!

Eu não sei bem o que são...

Vasco, então conta lá à Nádía do que falámos!

Nádía, imagina um percurso tranquilo feito com tábuas de madeira por entre a biodiversidade! Enquanto vamos passeando, vamos encontrando várias espécies de plantas e até animais, mas também rios e cascatas. Vamos sentindo o cheirinho das flores, o vento e o sol, andar muito e às vezes subir muitas escadas!

Subir... e descer!

Isso mesmo, tio!

Uau, estou a ficar muito curiosa! E onde existem esses passadiços?

Hoje em dia já encontras muitos, Nádía, de norte a sul do país. Alguns são mais curtos, outros têm vários quilómetros e é preciso estares com muita energia para os completares! Podes sempre fazer o caminho de ida e volta ou fazer só um sentido e descansar tranquilamente a admirar a paisagem.



O primeiro passadiço criado em Portugal já tem muitos anos: fica na Reserva Natural das Dunas de São Jacinto, em Aveiro, e foi construído nos anos 80 do século passado para proteger as dunas.

Assim não pisamos toda a biodiversidade que ali se encontra. Bem pensado!

Mas ainda tenho uma boa notícia para vos contar! Veem esta foto aqui ao lado? Estes são os Passadiços do Mondego, ficam na Guarda e receberam um "Óscar do turismo", que os premiou como "Principal Atração Turística da Aventura" e "Nova Atração Turística" do mundo!



Que grande prémio, tio! O que faz destes passadiços um sítio tão especial?

Sempre curioso, este Vasco! Este passadiço está inserido no Parque Natural da Serra da Estrela e no Estrela Geopark Mundial da UNESCO e, além dos passadiços de madeira que já conheces, tem também pontes suspensas! Demoramos mais ou menos cinco horas a percorrer os seus doze quilómetros, mas podemos fazer um percurso especial para famílias, com dois quilómetros.

Tanto tempo para estarmos perto da natureza! Podemos ir, tio Tomé? Siiiiim?

Podemos sim, amiguinhos! De 1 de junho a 31 de agosto podemos passear por lá entre as 8h00 e as 20h00. Não nos vamos esquecer de deixar tudo como encontrámos para que todos tenham a mesma experiência que nós, pois não?





# MONUMENTOS DA NOSSA FLORESTA



Vasco, há uns dias estava a pensar nas tuas férias de verão e lembrei-me de uma atividade diferente e divertida para fazeres com a Nádia. Acho que vão gostar!

Se vamos gostar, aposto que envolve passear pela floresta e desvendar mais um dos seus segredos. Estou certo, guarda-florestal Gustavo?

Sim, acertaste. Mas primeiro gostava de saber o que achas que podemos encontrar mais na floresta, além de animais e plantas?

Nem sei o que responder. Animais, plantas e árvores são os elementos principais e fundamentais de uma floresta, não estou a ver o que mais poderá existir.

Existem muitos monumentos nacionais, Vasco, cheios de História para desvendar.

Monumentos como igrejas e castelos?

Não são esse tipo de monumentos. Estes remontam à época pré-histórica, chamados de megalíticos.

Alguns exemplos são as antas, as mamoaas e os castros, construídos com elementos de pedra de grandes dimensões.



## SABIAS QUE...



### MAMOA

Estas construções, eram cobertas por um pequeno monte de terra e pequenas pedras, que envolviam o túmulo megalítico, a que o povo passou a chamar "mamoaas".



### CASTRO

Os castros são antigas construções características dos povos pré-romanos da Idade do Cobre e do Ferro, populares nas montanhas do noroeste da Península Ibérica.

Que giro! E onde podemos encontrar esse tipo de monumentos, guarda-florestal Gustavo?

O Povoado Fortificado de Cossourado (na foto ao lado), um importante castro da Idade do Ferro localizado nos concelhos de Paredes de Coura e Vila Nova de Cerveira, é um deles.

Está classificado como Monumento Nacional desde 2021, pela Direção-Geral do Património Cultural e insere-se numa das florestas geridas pela The Navigator Company.

Hummm, quero muito ir ver! Obrigado, guarda-florestal Gustavo, pela fantástica dica. Adorei ficar a saber mais coisas sobre a época pré-histórica e os nossos antepassados.

E tu, amiguinho da floresta, gostavas de visitar algum destes monumentos?







# UM BANHO... DIFERENTE!



Vasco, já tomaste banho, hoje?

Já, professora Patrícia! Mas porque pergunta, cheiro mal?

Cheiras muito bem! Mas não era desse banho que eu estava a falar: é de um banho de floresta!

Desse banho nunca tomei, que me lembre...

Não tem nada a ver com água, sabonete ou champô: este banho é terapêutico e consiste em simplesmente estar na floresta, esquecendo tudo o resto. Este banho traz grandes benefícios para a nossa saúde física e mental. Que achas, queres saber mais?

Se quero! Talvez já tenha tomado um desses banhos...

Um banho de floresta é mais do que simplesmente passear na floresta: é estar em harmonia com a natureza, parar e senti-la, cheirá-la e ouvi-la. É uma tradição que vem do Japão, onde a chamam de *shinrin yoku*: *shinrin* significa floresta, em japonês, e *yoku* significa...

Banho!

Nem mais, Vasquinho! Os japoneses acreditam que a floresta ainda tem mais superpoderes para o nosso bem-estar e saúde do que aqueles de que já te falámos.

Deixe-me adivinhar um deles: faz-nos mais felizes!



Isso mesmo, faz-nos a todos mais felizes! Ajuda-nos a relaxar e a dormir melhor, a ter ainda mais energia...

E! E! E com estes banhos também conseguimos aprender melhor nas aulas, professora Patrícia?

Vasco, estás imparável! Já entraste no espírito: os banhos de floresta também nos ajudam a melhorar a nossa concentração e aprendizagem. Mas ainda vão além disso: estudos mostram que, a somar a todas estas ajudas, ainda têm o superpoder de reforçar o nosso sistema imunitário, que nos deixa mais fortes contra doenças!

E eu que ando sempre constipado... afinal, a resposta está na floresta!

Também, também...

Então, em vez de tomar um xarope, posso tomar um banho de floresta!

Dessa ideia também se lembraram os nossos amigos japoneses, que já passam "Prescrições de Natureza". Sempre sabe melhor que o xarope, não achas?

Acho, pois! A mim parece-me que é isso mesmo que me falta: vitamina F. De floresta! Percebeu a piada, professora Patrícia?





# CUIDAR DA FLORESTA PARA DESFRUTAR



Ó Nádia, sabes que para podermos desfrutar em pleno da floresta é necessário mantê-la cuidada e segura, especialmente nesta época do ano? Precisamos de ter a certeza de que não a perturbamos.

Bem sei, Vasco. Cada planta, animal e micro-organismo tem um papel importante no equilíbrio do ecossistema e cabe-nos a nós, que somos apenas visitantes, mantê-lo. É fundamental ter noção do peso das nossas ações e agir de forma responsável para preservar todo o ambiente.

Vamos, então, deixar aos nossos amiguinhos da floresta, alguns cuidados que devemos ter:

- ✿ Utilizar os trilhos principais, tanto a pé como de bicicleta.
- ✿ Não deixar qualquer tipo de lixo fora dos locais apropriados e, quando não existem, levar para casa o que sobrar para deitar fora.
- ✿ Manter a distância dos animais selvagens, resistindo à tentação de querer tocar-lhes ou alimentá-los.
- ✿ Não arrancar ou estragar plantas, terra, pedras ou musgo.
- ✿ Fazer piqueniques apenas nas zonas disponíveis.
- ✿ Quando há cursos de água, evitar utilizar substâncias que os possam poluir, como sabonetes e detergentes.
- ✿ Reduzir ao mínimo o ruído, seja música, cânticos ou gritos.



Todos estes conselhos são muito úteis e essenciais, mas também não nos podemos esquecer que o tempo seco e quente é o mais perigoso para as nossas florestas. O risco de incêndio é alto e há cuidados extra a ter em conta. Não é assim, bombeiro Bruno?



Tens toda a razão, Nádia! Se estás a pensar em dar um passeio na floresta, ou fazer um piquenique, consulta primeiro o risco de incêndio para o dia no site do IPMA. Se for seguro, avança, mas tem sempre alguns cuidados específicos:

**Opta por levar refeições já cozinhadas, snacks e comida que possas ingerir fria.**

- ✿ Se os teus pais estiverem a pensar em fazer churrascos, avisa que só nas áreas escolhidas para o efeito.
- ✿ Depois dos adultos usarem lume, não te esqueças de lhes pedir para confirmarem se fica bem apagado.
- ✿ Não deixes lixo no chão, especialmente vidros, que refletem o sol.
- ✿ Lembra os teus pais para estacionarem o carro nas zonas reservadas para o efeito. Caso não existam, diz-lhes para não deixarem a viatura a tapar caminhos de acesso aos bombeiros.
- ✿ Se por acaso vires fumo ou fogo, alerta os adultos e pede para ligarem de imediato para o 112.

Com todos estes cuidados e a tua ajuda, amiguinho da floresta, tenho a certeza de que as florestas vão ficar em segurança este verão!



## Sara Rodi

Escritora  
e argumentista



**Aos seis anos, com a preciosa ajuda da mãe, escreveu o seu primeiro livro - história e desenhos - que ofereceu à professora, de quem gostava muito. Por essa altura queria ser muitas coisas diferentes, ter onze profissões e conhecer o mundo...**

**Assim que Sara Rodi cresceu, depressa se tornou o que sempre foi: uma escritora. Vamos saber como tudo começou?**

Antes de saber ler e escrever, Sara Rodi ouvia a mãe contar histórias e sonhava muito. Assim que aprendeu a escrever, o seu maior desejo era pôr todas essas memórias em papel, para não as perder. Gostava tanto de ler quanto de explorar e conhecer o mundo. Lembra-se de se perder na biblioteca dos pais, recheada de grandes livros que lhe pareciam verdadeiras relíquias, naquela altura.

**"Acho que o papel continua a inspirar-me. Dá-me uma maior liberdade"**

Escrever à mão é muito importante para Sara, porque é assim que todos os seus livros começam: com setas, rabiscos, notas e esquemas nas folhas, de onde nascem depois as suas muitas histórias.



Além de livros dedicados aos amiguinhos da floresta, a autora escreve também livros juvenis, séries e telenovelas, entre tantas outras coisas.

Quando ainda não tinha computador, escrevia à mão em cadernos. Depois disso começou a usar uma máquina de escrever oferecida pelo pai, que utilizava para enviar as histórias para concursos literários. Só depois dessa máquina é que o computador entrou na sua vida.

Hoje, confessa-nos que anda sempre com o seu para todo o lado.

**"Mas o caderno permite-me estar em qualquer lugar bonito e inspirador."**

Então e aquele desejo de criança de conhecer o mundo?

Como escritora, Sara conta-nos que sente que conhece o mundo inteiro e até mundos que não existem, porque ler e escrever levam-nos a viver muitas aventuras! Por isso nos diz que "a leitura abre janelas para outros mundos, torna-nos mais ricos e a nossa vida mais interessante".

Queres saber um segredo só nosso? Um dos livros que Sara está a escrever vai ter como personagem um animal da floresta!







# O NOSSO CLUBE

**Aprender a sorrir: este é o nosso lema aqui no Dá a Mão à Floresta!**

A nossa grande família quer muito que te divirtas enquanto exploras estas páginas, com informações super interessantes, curiosidades, atividades e fichas.

**De todas, esta é uma página especial, dedicada a ti:**

o nosso clube é só nosso, um cantinho onde podes partilhar as tuas melhores piadas e adivinhas, desenhos ou mensagens: queres fazer um elogio à tua professora preferida ou ao teu melhor amigo? É este o espaço perfeito. Tudo o que tens de fazer é enviar-nos esse recado pelo e-mail [ola@daamaoafloresta.pt](mailto:ola@daamaoafloresta.pt) (pede ajuda a um adulto!) e poderás vê-lo por aqui numa próxima edição.

Já estamos à espera da tua mensagem. Até já!

## PIADAS DA NATUREZA

O João Alves, de 8 anos, inventou uma piada só para os amiguinhos da floresta e é o máximo!

A Francisca Rebelo tem 10 anos e enviou-nos uma piada lenta... consegues ficar sério?

O que é que uma pulga pergunta a outra?

Vamos a pé ou esperamos pelo Sebastião?

Descobri as escadas que demoram mais a subir:

As escadas em caracol.



# JÁ VISTE?

Nádia, eu sou o teu melhor amigo, não sou?

Mas que pergunta! Claro que és, Vasco. E eu sou a tua melhor amiga, que eu sei! Qual é a dúvida?

Oh, nenhuma! Era só para dizermos aos nossos amiguinhos que, se também têm um melhor amigo como nós, podem convidá-lo a fazer parte da família Dá a Mão à Floresta!

Então é só recortar este convite com muito cuidado, escrever o nosso nome, o nome do nosso amigo e entregar-lho pessoalmente?

Nem mais! E o melhor é que o novo amigo vai receber a revista em casa logo a seguir. Não é o melhor convite de sempre?

Se é! E tu, já sabes a quem o vais entregar, amiguinho?

f i s y daamaoafloresta

## CONVITE

Eu, \_\_\_\_\_,  
convido-te a ti, \_\_\_\_\_,  
a receberes a revista Dá a Mão à Floresta.  
É muito divertida, didática e sempre gratuita!

Para subscriveres,  
faz scan aqui.





# O VERÃO DA FLORESTA

É verão e a floresta está cheia de vida! O Vasco está com muita vontade de saltar, correr e brincar, mas o tio Tomé tem outra ideia: que tal acompanhá-lo até à sua casa na floresta e cuidar dela para a estação quente? Algo me diz que vai ser um passeio bem animado...



Está um lindo dia para irmos até à floresta! Vens comigo, Vasco?

Claro, tio! Vamos!

Tenho planos para esta tarde.

Pelo caminho, o Vasco fica curioso sobre os planos do tio para este dia. Mal pode esperar para saber mais! Entusiasmado, começa logo a fazer perguntas.



Tio Tomé, já me podes contar o que vamos fazer hoje em tua casa?

Estás com energia? Tenho uma lista de coisas para fazermos. Será que conseguimos fazer todas?



Não, querido sobrinho, nada disso! Vamos cuidar sobretudo da casa por fora.

Mas assim por exemplo... vamos limpar o pó à tua casa? Eu nem trouxe espanador...



O Vasco está cada vez mais curioso! O tio Tomé decide começar a contar-lhe que tarefas tem na sua lista.



Eu explico-te: no verão precisamos de ter ainda mais atenção à nossa floresta. Quando a temperatura sobe, a humidade desce e o vento aumenta, temos de ter a certeza de que a floresta está preparada para resistir a ameaças como o fogo.

Estão os dois tão entretidos na conversa que nem veem a Nádía a esconder-se atrás de cada árvore que encontra pelo caminho. Ela vai-se aproximando, aproximando até que...



Bu! Assustei-te, Vasco?

Nádía, olá! O que fazes aqui? Queres vir connosco a casa do tio Tomé? Vamos cuidar da floresta!

Faz-nos muita falta mais uma ajudante! Vem, Nádía!

Claro que vou! Mas contem mais, o que vamos lá fazer?

Vamos fazer muitas coisas: por exemplo, vamos limpar o terreno à volta da minha casa, apanhar os matos, as canas, os galhos, as folhas e as ervas junto ao solo, para reduzir o risco de propagação de incêndios.



Nisto o guarda-floresta Gustavo chama o tio Tomé, tocando-o no ombro.



Olá, Tomé! Ouvi-vos falar em floresta? Também quero ir!

Vem, Gustavo! Quantos mais amigos, melhor!

Fico contente por te preocupares com a limpeza do terreno, sobretudo porque a tua casa fica num espaço rural. Sabias que a faixa de limpeza deve ser de 50 metros a partir das paredes da casa?



Sei, pois! E também sei que o período crítico vai de 1 de julho a 30 de setembro.



Todos temos de estar atentos para defender o nosso bem maior: a floresta!

Finalmente, chegam a casa do tio Tomé e põem logo mãos à obra, cada um com a sua tarefa. Mas ainda falta chegar um amigo...



Sebastião, Sebastião! Vieste ajudar-nos a recolher os galhos? São os teus preferidos!

Áo! Áo!

Um pouco mais tarde, o tio chama-os.

São horas do lanche! Quem é que já tem um ratinho?



Eu!

Eu, eu!

Eu já tenho um ratão!

Alguém disse rato?

Vão ter uma surpresa doce para a merenda! Ora vejam se adivinham: são frutos carnudos, formados por muitos pequenos frutos, chamados drupas.



Conseguem reconhecer se vos mostrar um deles depois de uma dentada?



Mais uma pista: começam por ter uma cor verde, mas vão amadurecendo e tornam-se cada vez mais escuros, até ficarem negros e brilhantes! São...

Já sei: são amoras-silvestres, as minhas preferidas! Também gostas, Nádía?



Adoro! São as bagas mais doces!!

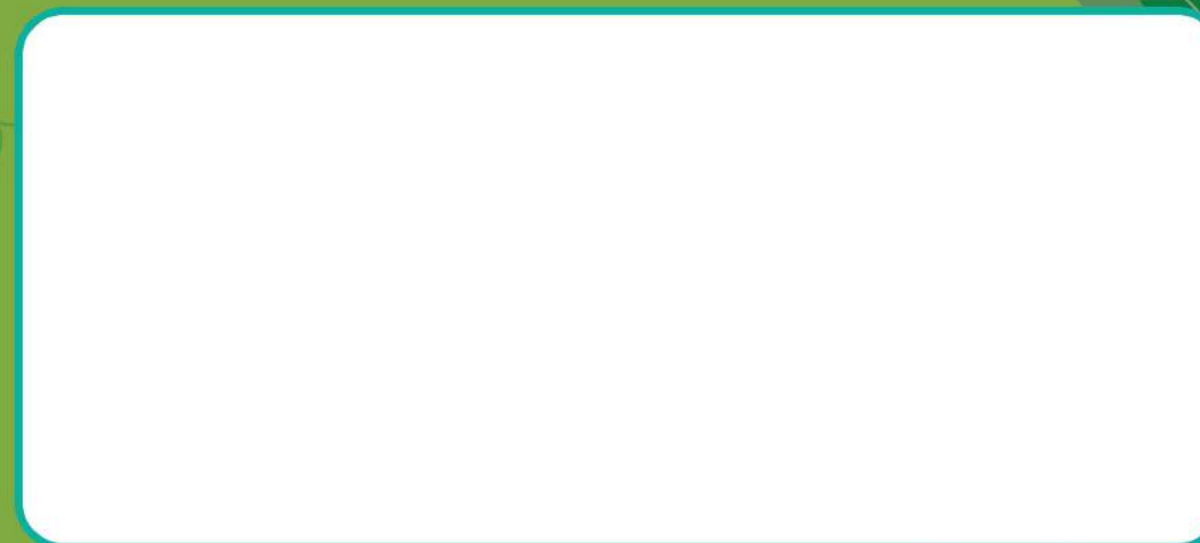
E eu? Também gosto!





- Quantas perguntas fez o Vasco ao tio Tomé? \_\_\_\_\_
- Quantas vezes aparece o cão Sebastião na história? \_\_\_\_\_
- Quando é o período crítico dos incêndios, que nos obriga a ter ainda mais cuidados com a floresta? \_\_\_\_\_
- De que cor começa por ser a amora-silvestre? \_\_\_\_\_

Desenha aqui uma amora-silvestre e as suas drupas.



Soluções: 2 perguntas | 6 | Entre 1 de julho a 30 de setembro | Verde



# CUIDA BEM DA NATUREZA

1 - Dá cor à imagem utilizando diversos tipos de materiais tal como canetas de feltro, lápis de cor, papel de lustro, papel crepe, entre outros.



## RIMAS E RISADAS



1 - Lê o poema. Depois, assinala com um X o animal de que se fala no poema.



### Bichinho-de-conta

Bichinho-de-conta  
conta...  
e o bichinho-de-conta  
contou  
que um dia  
se enrolou  
e parecia  
um berlinde pequenino  
de tal maneira  
que um menino  
de brincadeira  
com ele jogou...

Bichinho-de-conta  
conta...

E o bichinho-de-conta  
contou.

Texto de Sidónio Muralha, Bichos, Bichinhos e Bicharocos,  
Porto Editora, 2015

2 - Reconheces os animais que estão nas imagens? Indica o seu nome comum.

A \_\_\_\_\_

B \_\_\_\_\_

C \_\_\_\_\_

D \_\_\_\_\_

E Bicho-de-conta\*

F \_\_\_\_\_

\*Nome Científico: *Oniscidea* ou *Armadillidium vulgare*

3 - Pinta o animal ou objecto que rima com a figura em destaque.



Soluções 3: caracol - sol; rato - pato

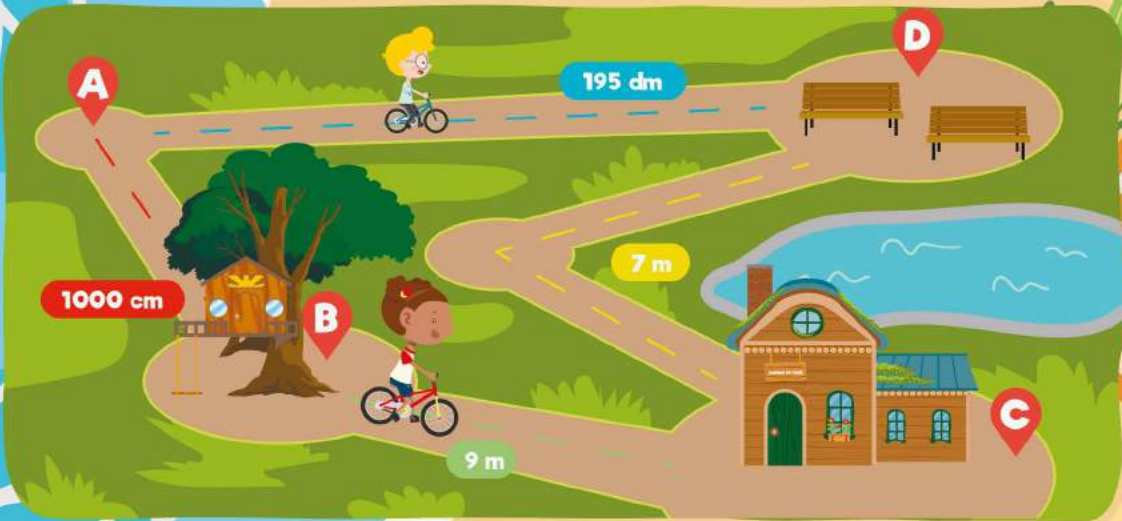
Soluções 2: A - esquilo; B - raposa; C - pangolim; D - caracol; F - ouriço-cachorro

Soluções 1: E



# MEDIDAS E MEDIÇÃO

1 - Observa os percursos que a Nádia e o Vasco fazem de bicicleta, na floresta, ao pé da casa do tio Tomé.



1.1 - Ordena as medidas de cada percurso por ordem crescente.

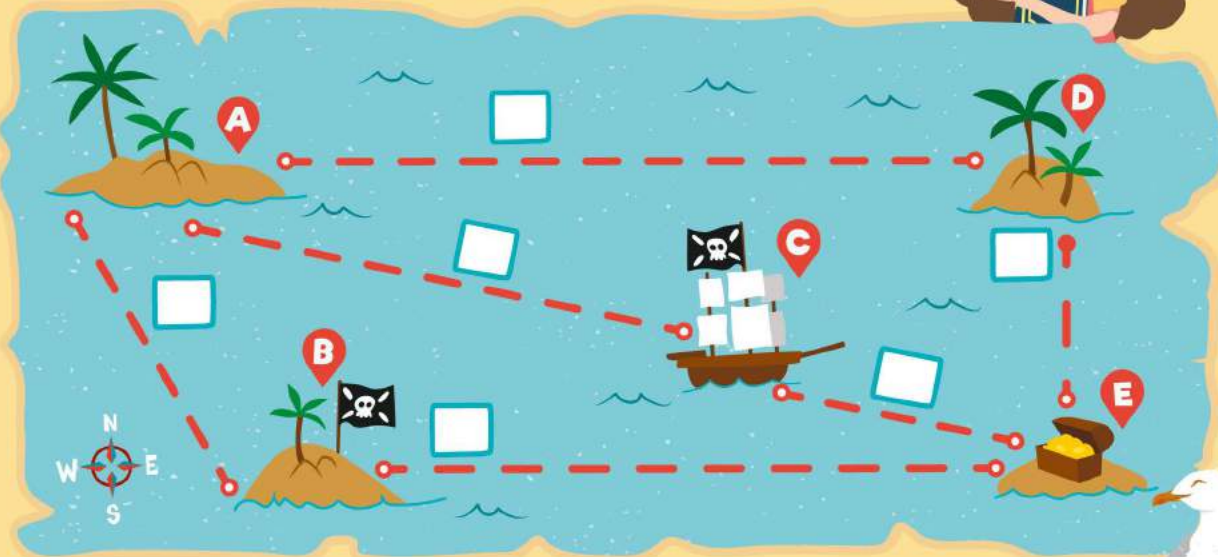
1.2 - A Nádia saiu do ponto A, passou pelo ponto B e ficou à espera do Vasco no ponto C. Que distância, em metros, percorreu?

Soluções 1.1: 195dm - 7m - 9m - 1000cm  
Soluções 1.2: 19m

# CAMINHO PARA O TESOURO

1 - O Vasco e a Nádia fizeram um mapa de um local onde imaginam existir um tesouro escondido. Observa-o.

1.1 - Usando uma régua, mede o comprimento das distâncias entre cada linha e regista nos espaços.



1.2 - Sabendo que cada centímetro na imagem corresponde a 4 km na realidade, preenche a tabela a seguir.

| ILHAS | MEDIDA NA IMAGEM | DISTÂNCIA EM M | DISTÂNCIA EM KM |
|-------|------------------|----------------|-----------------|
| A → D |                  |                |                 |
| D → E |                  |                |                 |
| B → E |                  |                |                 |
| B → A |                  |                |                 |
| A → C |                  |                |                 |
| C → E |                  |                |                 |

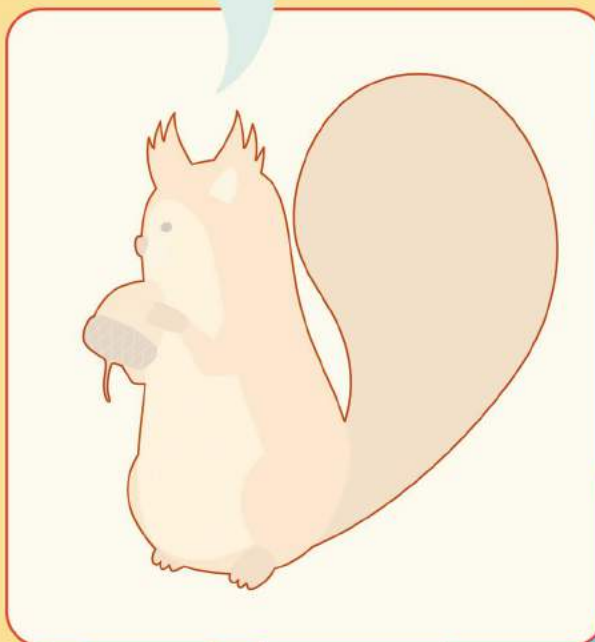
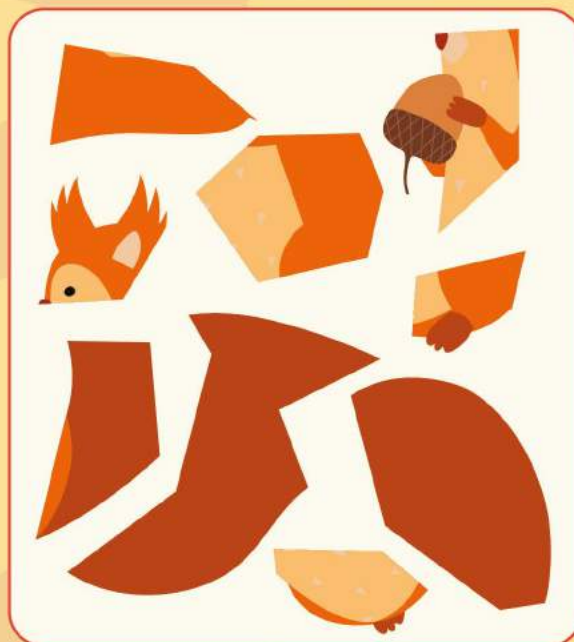
Soluções 1.1: A-D=9cm; A-B=4cm; B-E=8cm; A-C=3cm; D-E=2cm  
Soluções 1.2: Medidas na imagem: 9; 4; 8; 6; 3; 2  
Distância em m: 36 000; 16 000; 32 000; 24 000; 12 000; 8 000 | Distância em km: 36; 16; 32; 12; 8



# QUEM SOU EU?

1 - Recorta as peças do puzzle e organiza-o até descobrires qual o animal da floresta que se apresentou.

Olá, amiguinhos,  
Eu sou um *Sciurus vulgaris* que é uma espécie de roedor omnívoro.  
As árvores são a minha casa e gosto muito de comer frutos secos como as avelãs. Quem sou eu?



2 - Boa! Descobriste qual é o animal! Agora, dá um nome ao teu novo amigo da floresta. E já agora, porque não nos contas um pouco mais? Inventa uma pequena biografia e conta-nos o que gosta de fazer.

Olá! Eu sou o(a): \_\_\_\_\_

---



---



---



---



---

# OS TESOUROS DA FLORESTA

1 - Compara as duas imagens dos tesouros que se podem encontrar na floresta e descobre as 7 diferenças.



Solução 1: Diferenças: borboleta; chapéu da água de boneca; mel da abelha Maria; óculos do Vasco; toalha da Nádia; concha; eucalipto.



# VAMOS APRENDER A CONTAR ATÉ 5

1 - Conta os elementos de cada grupo. Rodeia o número correspondente.



1 2 3 4 5



1 2 3 4 5



1 2 3 4 5

2 - Liga cada árvore ao número que indica quantos frutos tem.



0



1



2



3



5



4

3 - Conta e completa.



3 + \_\_\_\_ = 5



\_\_\_\_ + \_\_\_\_ = \_\_\_\_



\_\_\_\_ + \_\_\_\_ = \_\_\_\_



\_\_\_\_ + \_\_\_\_ = \_\_\_\_



2 + \_\_\_\_ = \_\_\_\_



\_\_\_\_ + \_\_\_\_ = \_\_\_\_

Soluções 3: 3+2=5 | 1+4=5 | 2+3=5 | 3+1=4

Soluções 1: 3; 4; 5

# OS VERBOS DO PLANETA TERRA

Bem-vindo, pequeno explorador! Hoje vamos descobrir os verbos que nos permitem aprender a preservar o nosso planeta Terra.  
1 - Lê e rodeia os verbos de cada frase. Transcreve-os.



- Apóia a agricultura biológica!
- Não poluas!
- Racionaliza a água.
- Protege as florestas!
- Cuida dos animais!
- Ama o nosso planeta!
- Reutiliza os materiais.
- Preserva a natureza.
- Cuida dos oceanos!
- Conserva a fauna!
- Recicla o lixo!
- Anda a pé ou de bicicleta.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2 - Assinala as opções corretas.

As frases acima pertencem ao tipo...

☐ declarativo ☐ imperativo ☐ interrogativo ☐ interrogativo

Os verbos que escreveste encontram-se no modo...

☐ indicativo ☐ imperativo

O modo imperativo indica...

☐ ordem ou conselho. ☐ uma situação real. ☐ dúvida ou suposição.

Soluções 2: Imperativo; Imperativo; Imperativo; Imperativo; Imperativo

Soluções 1: Apóia; Ama; Poluas; Racionaliza; Protege; Cuida; Reutiliza; Preserva; Conserva; Recicla; Anda



# DESCOBRE O ARTISTA QUE HÁ EM TI

Desperta a imaginação e descobre o artista que há em ti. Nesta emocionante atividade de pintura com tesoura, deixa-te levar pela criatividade e diverte-te. Vamos a isso?

1 - Segue as indicações e cria uma obra fantástica pintando com a tesoura



## Os Materiais:



## Como Fazer:

Encontra inspiração nas imagens que aqui te deixamos.

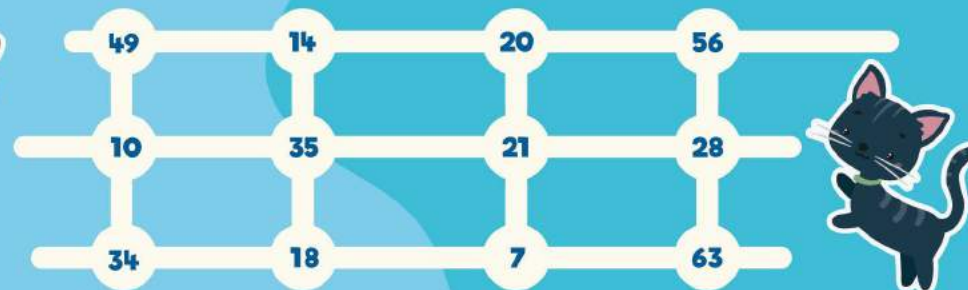
Procura criar, recortando formas diferentes e sobrepondo-as de maneira criativa.

Reflete sobre as possíveis combinações, esboça e estuda diferentes posições antes de colares as formas.



# TABUADA DO 7

1 - Resolve as contas de multiplicar e, de acordo com os resultados, descobre o caminho que o cão Sebastião tem de fazer para encontrar a gata Renata.



$7 \times 7 = \underline{\quad}$

$7 \times 2 = \underline{\quad}$

$7 \times 5 = \underline{\quad}$

$7 \times 3 = \underline{\quad}$

$7 \times 1 = \underline{\quad}$

$7 \times 9 = \underline{\quad}$

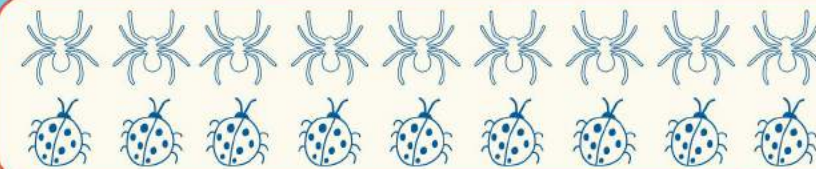
$7 \times 4 = \underline{\quad}$

$7 \times 8 = \underline{\quad}$

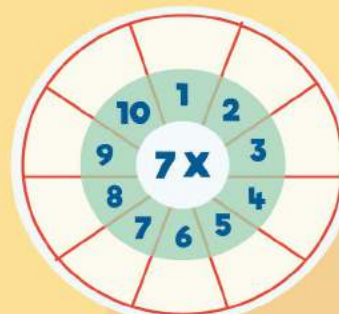
2 - Completa as multiplicações correspondentes ao total de patas dos animais. Pinta os animais correspondentes a cada operação.

$7 \times 8 = \underline{\quad}$

$7 \times 6 = \underline{\quad}$



3 - Preenche a tabuada circular e completa a sequência com os múltiplos de 7.



Soluções 1: Tabuada 49, 14, 35, 21, 7, 63, 28, 56  
Soluções 2: 7x8=56; 7x6=42 - Pinta 7 aranhas e 7 joaninhas  
Soluções 3: Tabuada Circular 14, 21, 28, 42, 49, 56, 63, 70 | Sequência 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56, 63, 70



# QUE NOME É ESSE?

Olá, Nádia! Nem vais acreditar no nome do bichinho que vi hoje na floresta: o tio Tomé disse-me que se chama **musaranho-de-dentes-brancos**!

Uau, é o nome mais giro que já ouvi! E como é ele?

É um mamífero pequeno que mede entre 5 a 8,5 centímetros. Tem o focinho pontiagudo e os bigodes claros, umas orelhas redondas e uns olhos pequeninos. A cauda é longa, com pelinhos longos e isolados.



E mais?

Alimenta-se de insetos e de muitos outros pequenos invertebrados, como lagartos e pequenos roedores.

Só isso?

É claro que também tem três dentes muito brancos que se podem ver facilmente. Até tirei uma fotografia para te mostrar, olha que giro é!

Ah! Estava a ver que nunca mais falavas nos dentes!

O tio Tomé também me disse que o musaranho-de-dentes-brancos (*Crocidura russula*) pode ser encontrado de norte a sul do nosso país. É um residente da propriedade de Vale de Beja, que é gerida pela The Navigator Company. Se alguma vez o vires, já o consegues reconhecer!

Vasco, pensas que só tu é que conheces espécies com nomes engraçados? Espera até te dizer o nome desta planta!

Que flor tão bonita! Como se chama?

Chama-se *Cheirolophus uliginosus*, uma espécie "Quase Ameaçada" e, por isso, rara de avistar. Mas tenho mais curiosidades sobre ela para partilhar contigo.



Sim, conta-me mais sobre a *Cheirolophus uliginosus*, por favor!

Esta espécie não tem nome comum, por isso a chamamos pelo nome científico, em latim. Para conseguirmos vê-la de perto temos de continuar a crescer e muito: o caule pode elevar-se até aos dois metros e meio! A flor cor-de-rosa de que tanto gostaste pode ser vista entre abril e agosto.

Agora é que quero mesmo muito vê-la! Onde a posso encontrar, Nádia?

Em Portugal continental, está presente no litoral, sobretudo nas margens de linhas de água, orlas de matos ou prados húmidos. Podemos encontrá-la no Parque das Serras do Porto, numa zona gerida pela The Navigator Company. Mas ainda te deixo mais uma curiosidade: o que te parece uma flor é um conjunto de flores muito pequeninas. Agora que sabes, não é ainda mais bonita?

É mesmo!





# EXPERIÊNCIAS COM O SOL



Amiguinho da floresta, agora que os dias estão mais longos e cheios de sol, convidamos-te a fazer experiências ao ar livre.

Aprender a brincar é uma das nossas atividades favoritas. Felizmente, a cientista Cíntia pode guiar-nos nesta nova aventura. Anda daí, a animação é garantida.



É verdade, nesta edição vamos perceber como o sol aquece diferentes elementos como a água e a terra. Chama um adulto para te ajudar. Há tarefas que são muito mais divertidas se forem feitas em conjunto!

## Aqui está a lista de material de que vais precisar:

2 copos de papel + 1 termómetro digital + 1 caneta + 1 folha de papel  
água + terra + sol



Antes de iniciares a experiência, escreve num papel qual dos elementos (água ou terra) achas que vai aquecer primeiro?

1

Enche um copo com água e o outro com terra.



2

Coloca os dois copos no frigorífico durante cerca de 10 minutos.



3

Concluído o tempo, mede a temperatura de cada elemento (água e terra) com o termómetro e aponta numa folha de papel.



• Por esta altura, as temperaturas deverão ser semelhantes em ambos os copos.



4

Coloca os dois copos ao sol e espera 15 minutos.



5

Quando o tempo terminar, mede a temperatura e volta a anotar na tua folha de papel.



6

Coloca os copos, novamente, ao sol e aguarda mais 15 minutos. No final, mede a temperatura, pela última vez, e regista os valores.







Agora é hora de observar, analisar e refletir!

Vamos descobrir o que conseguimos aprender com esta experiência. Também alinhas, amiguinho?

Pede ajuda a um adulto para interpretar os dados que conseguiste observar, fazeres algumas contas e tentares responder às seguintes perguntas:

1

O que descobriste com esta experiência? \_\_\_\_\_

2

As previsões que fizeste, no início da experiência, estavam corretas?

SIM

☐

NÃO

☐

3

Que material/elemento aqueceu mais depressa?

ÁGUA

☐

TERRA

☐

Eu e a Nádía chegámos à conclusão de que a terra aquece mais rapidamente do que a água. Está correto, cientista Cíntia?

Está sim, Vasco. É necessária mais energia para aquecer água do que terra ou areia. Por isso, é que nas zonas costeiras a temperatura não muda muito e nos desertos é tão quente.

Agora que já percebemos como o sol influencia a temperatura no nosso planeta, podemos ir ao site [www.daamaofloresta.pt](http://www.daamaofloresta.pt) pesquisar mais experiências para fazermos ao longo das férias de verão. Obrigada, cientista Cíntia, por mais esta descoberta! Adeus e até à próxima experiência!

# ATÉ JÁ

Olá, pequenos exploradores da floresta! Chegámos ao nosso último encontro desta revista dedicada ao verão.

Ah, que pena! Adorei aprender tantas coisas sobre os animais, as árvores e as flores.

Sim, foi muito fixe! Até aprendi sobre como podemos ajudar a proteger a floresta das ameaças que enfrenta no verão.

É verdade, Vasco. É muito importante lembrarmos que todos podemos ajudar a prevenir os incêndios. Por isso, ajudem com pequenos gestos.

Vamos todos prometer dar uma ajuda e fazer a diferença?

Sim, vamos. Adeus guarda-floresta Gustavo. Até à próxima aventura vamos descansar, brincar e passear pelas nossas florestas.

Adeus, Nádía e Vasco. Até breve e bom verão!

## Ficha Técnica

N DL  
434879/17

Edição e Coordenação  
Direção de Comunicação e Marca

Diretor  
Rui Pedro Batista

Design e Conteúdos  
White Way

Isenta de registo na ERC ao abrigo do  
DEC.Reg.8/99 e 9/6 art.12º n.º1-a

Proprietário/Editor  
The Navigator Company

Morada e Sede de redação  
Avenida Fontes Pereira de Melo, 27  
1050-117 Lisboa - PORTUGAL

Impresso em  
Inaset Plus Offset 120g/m2 produzido pela  
The Navigator Company

Periodicidade  
Trimestral

Tiragem  
15 500 exemplares

Impressão e Acabamento  
Sprint

Publicação Gratuita





# VIVA À EDUCADORA!

Para terminar a edição da nossa revista e comemorar o fim de mais um ano letivo, entrevistámos a educadora Ana Ferreira, do Jardim Infantil Branca de Neve, na Parede. A Ana falou-nos da missão de um educador de infância e de como é envolvente criar um ambiente acolhedor e estimulante onde as crianças como tu podem crescer. Para a nossa educadora o pré-escolar é uma fase essencial para semear as bases do desenvolvimento dos mais pequenos.

Ao longo da nossa conversa percebemos que o tema da Natureza e da floresta pode ser a base de um trabalho bastante amplo e diversificado. Segundo a própria, “ao desenvolvermos com as crianças este tipo de temas, conseguimos ajudar a desmistificar mitos e medos e estimular o gosto por aprender coisas novas.” Estas atividades fazem com que ganhes o gosto por conhecer, respeitar e proteger a Natureza e os seres vivos que nela habitam.

Por fim, a educadora Ana inspirou-nos com sugestões para atividades ao ar livre que vais querer descobrir. O que achas de brincaremos com barro, pedras ou folhas; observares os animais ou fazeres produções artísticas com elementos naturais? Todas estas brincadeiras vão estimular a tua curiosidade, criatividade e a tua relação com o mundo natural. Junta-te a nós e experimenta estas dicas durante as tuas férias.

Até à próxima edição!

