



UMA NOVA LINGUAGEM, IPSS

OUTUBRO 2019

FRESQUINHAS



**BEM-VINDOS AO
OUTONO!**

O "Fresquinhas" é o jornal dos clientes da Associação QE, que nos traz informação através do seu olhar atento e curioso.

CELEBRIDADE DO MÊS

GONÇALO C.



Nome

Gonçalo C.

Data de nascimento

12 de janeiro

Signo

Capricórnio

Número de irmãos

1 irmão

Onde reside

Cascais

Qualidades

Divertido e carinhoso

Defeitos

Teimoso e obsessivo com as limpezas

O que mais adora

Pão, desenhar, dançar, dar abraços e beijinhos

Joana Dias

Margarida Sousa

Sandra Moreira

Rita Costa



ENTREVISTA DO MÊS

VERA GONÇALVES

Como se chama?

Vera Gonçalves

Que idade tem?

51 anos.

Há quanto tempo está na Qe?

3 anos.

Qual é o seu prato preferido?

Cabrito no forno.

E que prato mais gosta de cozinhar?

Bacalhau à Brás.

Qual é a sua música preferida?

Música pimba.

Quais são os seus passatempos?

Dormir.

O que faria com o Euromilhões?

Desaparecia com o dinheiro.

Que planos tem para o futuro?

Viajar.

**“O MEU PRATO PREFERIDO
É CABRITO NO FORNO!”**



Margarida Sousa

Sandra Moreira

Lina Valente



CULTURA E LAZER

BUDDHA ÉDEN GARDEN

É na Quinta dos Loridos que se encontra o maior jardim oriental da Europa, o impressionante Buddha Éden Garden. Com cerca 35 hectares, o jardim surge como resposta à destruição dos Budas Gigantes de Bamiyan, naquele que foi um dos maiores actos de barbárie cultural, apagando da memória obras-primas do período tardio da Arte de Gandhara. Entre budhas, pagodes, estátuas de terracota e várias esculturas cuidadosamente colocadas entre a vegetação, estima-se que foram usadas mais de 6 mil toneladas de mármore e granito para edificar esta obra monumental. A escadaria central é o ponto focal do jardim, onde os budhas dourados dão calmamente as boas-vindas. No lago central é possível observar os peixes Koi e os dragões esculpidos que se erguem da água. Conta ainda com 700 soldados de terracota pintados à mão, cada um deles único e alguns enterrados como há 2.200 anos atrás.



**O MAIOR JARDIM ORIENTAL
DA EUROPA!**

MEIO AMBIENTE

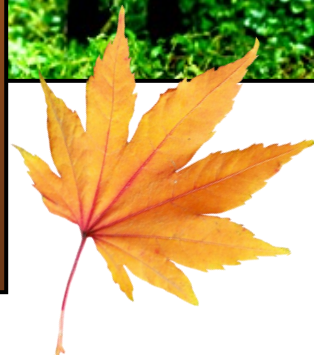
OS JAVALIS



O javali é um animal artiodáctilo da família suídea, conhecido como porco-bravo ou porco selvagem. As fêmeas são conhecidas como javalinas ou gironas . Tem ampla distribuição geográfica sendo nativo da Europa, Asia, Ilha Sonda e Norte de Africa. São animais de grandes dimensões, 50 a 250kg os machos e as fêmeas 40 a 200kg, com 1,40 a 1,80m de comprimento. Alimentam se de vegetais, raízes, frutos, bolotas, castanhas e sementes. Também invadem terras cultivadas especialmente campos de batatas e milho. A reprodução de javalis dura cerca de 110 dias, com nascimento ocorrendo entre Fevereiro e Abril. As ninhadas tem entre 2 a 10 leitões, que após uma semana já podem acompanhar a mãe em suas caminhadas.

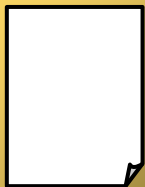


**OS JAVALIS ALIMENTAM-SE DE
VEGETAIS, RAÍZES , FRUTOS,
BOLOTAS, CASTANHAS E
SEMENTES.**



Lina Valente

Margarida Sousa



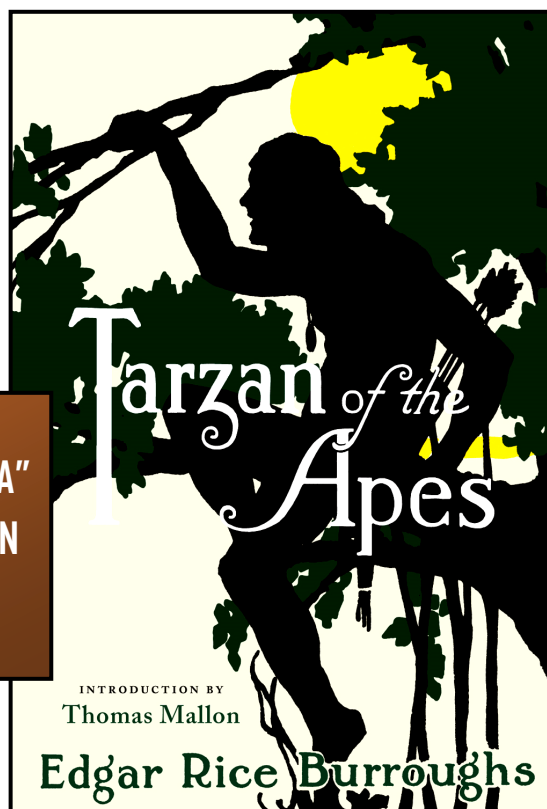
LIVRO DO MÊS

TARZAN, DE EDGAR RICE BURROUGS

Tarzan é uma personagem criada pelo escritor Edgar Rice Burroughs, num livro publicado em 1914. Filho de aristocratas ingleses que desembarcam numa selva africana após um motim, Tarzan é criado por macacos graças à morte dos seus pais. Esta é uma adaptação moderna da tradição mitológico-literária de heróis criados por animais. Para além de conseguir comunicar com os mesmos, Tarzan mostra habilidades físicas superiores às de atletas do "mundo civilizado". Durante a história, Tarzan apaixona-se por uma bela e jovem rapariga chamada Jane, com quem acaba por ficar a viver na selva.



**"TARZAN" SIGNIFICA "PELE BRANCA"
E O SEU VERDADEIRO NOME É JOHN
CLAYTON III, LORDE GREYSTOKE.**

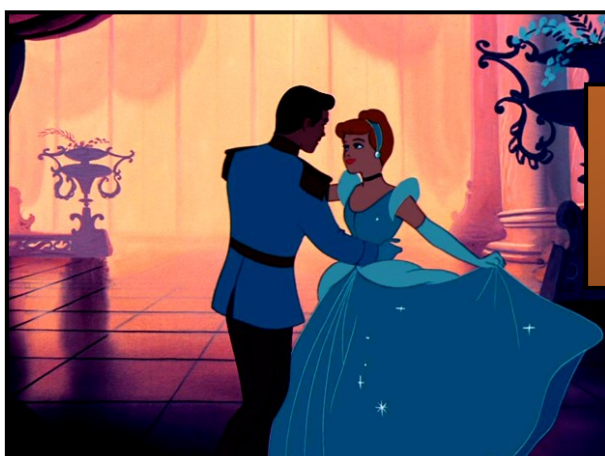


BAÚ DAS RECORDAÇÕES

CINDERELA



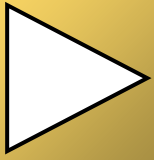
Cinderela é um filme de animação produzido pela Walt Disney em 1950, baseado no conto de fadas de Charles Perrault. Cinderela é a única filha de um fidalgo enviuvado. Quando o fidalgo morre, Cinderela é deixada sob cuidados a madrasta Madame Tremaine, que faz de Cinderela uma criada em sua própria casa. Suas próprias filhas Anastácia e Drizela, por sua vez são tratadas com todo o mimo e o luxo. Os anos passam e Cinderela se torna uma subjugada pela madrasta e suas filhas. Seus únicos amigos são animais: os ratinhos e os passarinhos além do cachorro Bruno e um cavalo Major. Um dia, uma coisa boa acontece a Cinderela; a família é convidada para um baile no palácio. O rei está preocupado com o futuro do Príncipe e ordenou que todas as jovens solteiras comparecessem para que o filho escolha sua noiva entre elas. Para impedir que a Cinderela fosse ao baile a madrasta colocou duas condições limpar a casa e ter um vestido decente. A Cinderela conseguiu com a ajuda dos seus amigos animais, ter um tão bonito vestido. A madrasta fez com que as irmãs estragassem todo o vestido. Cinderela correu para o jardim a chorar e encontrou a sua fada-madrinha transformou abóbora em carruagem o cavalo em cocheiro os ratos em cavalos e lindo vestido com sapatos de cristal e disse-lhe que ela tinha de regressar a casa porque o feitiço quebrar-se-ia á meia-noite. A Cinderela quando entrou no castelo o príncipe ficou encantado e apenas quis dançar abandonou o baile perdendo um dos sapatos de cristal. O príncipe ficou tão apaixonado que decidiu ir a todas as casas do reino procurar a dona do sapatinho. O sapato encaixou perfeitamente no pé de Cinderela e ela foi levada para o palácio, onde casou com o príncipe.



**A CINDERELA VIVEU FELIZ
PARA SEMPRE!**



João Cunha



MÚSICA DO MÊS

BABY ONE MORE TIME - BRITNEY SPEARS

Oh baby, baby
Oh baby, baby

Oh baby, baby, how was I supposed to know
That something wasn't right here?
Oh baby, baby, I shouldn't have let you go
And now you're out of sight, yeah
Show me how want it to be
Tell me, baby, 'cause I need to know now, oh because

My loneliness is killing me (and I)
I must confess I still believe (still believe)
When I'm not with you I lose my mind
Give me a sign
Hit me, baby, one more time

Oh baby, baby
The reason I breathe is you
Boy, you got me blinded
Oh, pretty baby
There's nothing that I wouldn't do
It's not the way I planned it
Show me how you want it to be
Tell me, baby, 'cause I need to know now, oh because

My loneliness is killing me (and I)
I must confess I still believe (still believe)
When I'm not with you I lose my mind
Give me a sign
Hit me, baby, one more time

Oh baby, baby (oh oh)
Oh baby, baby (yeah)

Oh baby, baby, how was I supposed to know?
Oh pretty baby, I shouldn't have let you go
I must confess, that my loneliness is killing me now
Don't you know I still believe
That you will be here
And give me a sign
Hit me, baby, one more time

My loneliness is killing me (and I)
I must confess I still believe (still believe)
When I'm not with you I lose my mind
Give me a sign
Hit me, baby, one more time

I must confess, that my loneliness is killing me now
Don't you know I still believe
That you will be here
And give me a sign
Hit me, baby, one more time



UM ÊXITO DE 1998!

Joana Dias

Sofia Carneiro

ESPAÇO DESPORTO

LIGA DOS CAMPEÕES, A SUA HISTÓRIA



Liga dos campeões, é uma competição de clubes de futebol a nível europeu, organizada pela União das Associações Europeias de Futebol (UEFA). É disputada por clubes Europeus, sendo um dos torneios mais importantes do Mundo. A final da Liga dos Campeões da UEFA é o evento desportivo anual mais visto em todo o Mundo. A final da edição de 2012 – 13 teve o maior número de audiência até o momento, atraindo 360 milhões de telespectadores. Introduzido em 1992, a competição é a sucessora da Taça dos Clubes Campeões Europeus ou Liga dos Clubes Campeões Europeus, que havia sido disputada desde 1955. No seu formato actual, a Liga dos Campeões começa em meados de Julho com três rodadas de qualificação e uma rodada de play-off. As dez equipas sobreviventes entram na fase de grupos, junto são colocadas em oito grupos de quatro equipas e jogam em um sistema ida e volta. As oito equipas que ficarem na primeira colocação em cada grupo e as oito que ficarem na segunda colocação de cada grupo, avançam para a fase eliminatória que atinge com a partida final em Maio. O vencedor da Liga dos Campeões qualifica-se para o Campeonato da UEFA e para o Campeonato Mundial de Clubes da FIFA, onde participam outras 22 equipas.



**É O EVENTO DESPORTIVO ANUAL
MAIS VISTO EM TODO O MUNDO!**

Diogo Correia

Margarida Sousa



SAÚDE E BELEZA

O QUE FAZ UM DENTISTA?

O dentista é um profissional que estuda a saúde bucal das pessoas, atuando na prevenção, diagnóstico e tratamento de problemas relacionados com dentes, maxilares e gengivas. Observa a boca dos pacientes, arranca os dentes quando estão estragados, faz desvitalizações e tratamentos às cáries, coloca o aparelho de correção e ainda faz operações. Um médico dentista tem de ter um curso superior, uma licenciatura em Medicina Dentária e estar inscrito na Ordem dos Médicos Dentistas. Devemos ir ao dentista de seis em seis meses com o objetivo de manter os dentes em bom estado e evitar problemas na boca.



**DEVEMOS IR AO DENTISTA
DE 6 EM 6 MESES!**

Margarida Sousa

Ana Cláudia

João José

Tomás Ferreira

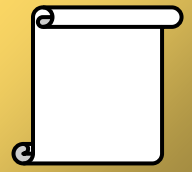
Diogo Correia

Ana Rita Lopes

Sandra Moreira

RECEITA DO MÊS

BOLO DE LARANJA COM AMÊNDOA



DELICIOSO!

Ingredientes:

- 2 laranjas
- 100g de margarina
- 250g de açúcar
- 4 ovos
- 250g de farinha
- 1 Colher de chá de fermento
- Margarina para untar
- Farinha para polvilhar
- Açúcar em pó para polvilhar
- Amêndoa palitada

- 1 Ligue o forno a 180°C. Raspe a casca das 2 laranjas e esprema o sumo apenas a uma delas;
- 2 Numa tigela, bata a margarina com o açúcar, adicione as gemas uma a uma, batendo após cada adição até ficar um creme espesso;
- 3 Junte depois o sumo e a raspa das laranjas, bata e adicione a farinha misturada com o fermento, batendo sempre.
- 4 Numa tigela à parte, bata as claras em castelo, junte-as ao preparado anterior e envolva cuidadosamente;
- 5 Unte uma forma de bolo inglês com margarina e polvilhe-a com farinha. Verta-lhe o preparado, cubra com amêndoa e leve ao forno durante 45 minutos. Após os primeiros 15 minutos, reduza o forno para os 170°C e rode a forma do bolo a meio da cozedura.



André dias

Lina Valente

RETRATO DO MÊS



ELISÁRIO FERNANDES



EM SETEMBRO...



Fomos fazer mergulho com a Rita Bernardo! No passado dia 3 de Setembro deslocámo-nos até às piscinas da Abóboda onde aprendemos a mergulhar com máscara, fato, touca e até botija de ar. Para além disso, aprendemos também os sinais de "subir", de "ok" e de "mal". Adorámos a experiência e tirámos fotografias para mostrar aos nossos queridos leitores.



Margarida Sousa

Luís Carlos

ANIVERSÁRIOS



Dia 1 Bruno Alves

Dia 14 Céu Rodrigues

Dia 15 João Cunha

Dia 17 Luís Carlos

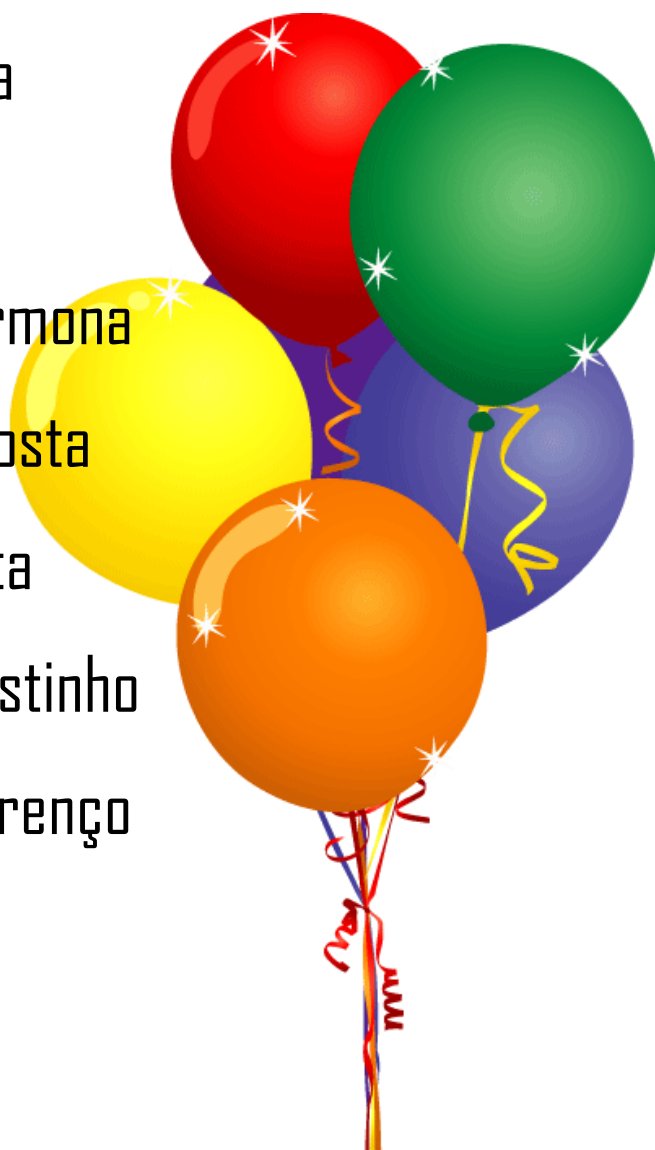
Dia 18 Leonor Carmona

Dia 21 Joana H. Costa

Dia 25 Miguel Mata

Dia 27 Isabel Agostinho

Dia 28 Pedro Lourenço



Sandra Moreira

Tomás Ferreira

Sofia Carneiro

Inês Van Uden

SABIAS QUE...

□ Pedro Filipe tem um sósia?

□ Diogo já põe a mão na tinta?

A Mariana imita o Bernardo dizer "amor"?

□ Pedro Lourenço não sabe distinguir os colegas?

□ Gonçalo Henriques põe a massa das areias no nariz e volta a fazer?

A Inês VU descobriu que o Pedro Filipe canta numa banda?

□ Diogo finalmente já trabalha no fresquinhas?

A Lina só pensa no Meco?

A Mariana é preguiçosa e só quer ir de elevador?





ATÉ NOVEMBRO!

