

Edição 13



Edição Natal

nós

**ARCIL**<sup>®</sup>  
FORMAÇÃO  
PROFISSIONAL

# Curiosidades



## O PAI NATAL

A figura do Pai Natal teve a sua origem na Turquia no ano 280 a.C. e baseia-se no percurso de vida de um bispo chamado Nicolau. Dom Nicolau costumava ajudar os mais necessitados, oferecendo-lhes dinheiro anonimamente que, segundo a lenda, deixava em sacos junto das chaminés das casas.

Muitos anos mais tarde, a conhecida marca Coca-Cola imortalizou a imagem do Pai Natal. Em 1930, a empresa contratou o ilustrador Haddon Sundblom para criar a campanha de Natal desse ano, em que a marca quis aliar o real e o imaginário. Assim, o mito do senhor bondoso que entrega presentes nas casas de todo o mundo, já enraizado no imaginário popular americano, tornou-se o mote publicitário com um alcance mundial.



## OS PRESENTES

A origem da tradição de se dar presentes no natal surgiu em razão dos presentes que os reis magos levaram para o menino Jesus. Baltazar, Belchior e Gaspar levaram ouro, mirra e incenso para Jesus.

O ouro simbolizava as riquezas da realeza e a proteção de Deus; a mirra em óleo foi ofertada para fazer a limpeza do corpo de Jesus e protegê-lo de doenças; o incenso foi levado para dar proteção através da crença, da fé e da oração.

Não se sabe ao certo quando surgiu a tradição natalícia, mas foi o Papa Libério que a oficializou, em 354 d.C.



## ***Natal(ar) é visitar e passear...***

É Natal, época em que as aldeias, as vilas e as cidades se enchem de cor e de luz!  
Visita estes lugares e deixa-te contagiar pela sua magia!



**ÁGUEDA**  
**"ÁGUEDA É  
NATAL"**



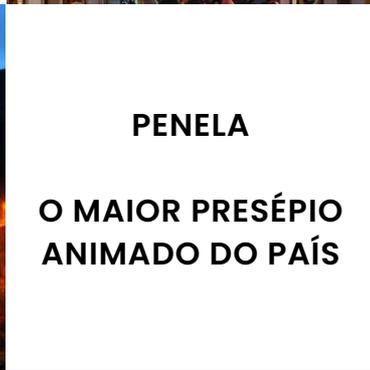
**ÓBIDOS**  
**VILA DE NATAL**



**PIODÃO**  
**UM NATAL NA PAZ  
DA "ALDEIA  
PRESÉPIO"**



**PENELA**  
**O MAIOR PRESÉPIO  
ANIMADO DO PAÍS**



**CASTELO DE  
MONTE-MOR-O-  
VELHO**  
**"CASTELO MÁGICO"**



**LOUSÃ**  
**NATAL DO CANDAL**



**COIMBRA**  
**MAGIC LAND**



**LISBOA**  
**ILUMINAÇÕES DE  
NATAL**



**SANTA MARIA DA  
FEIRA**  
**PERLIM**



# Receitas

## Filhoses à moda antiga

### INGREDIENTES

- 10 ovos (tamanho M)
- 1 kg de farinha
- 10 g de açúcar
- 100 ml de leite meio gordo ou magro
- 30 ml de aguardente (ou outra bebida espirituosa)
- 2 c. sopa de fermento em pó
- 1 c. chá de sal
- Azeite q.b.
- Canela em pó q.b.



**DICA: PODES FAZÊ-LO À MÃO  
OU COM A BATEDEIRA NA  
VELOCIDADE MÍNIMA.**

### PREPARAÇÃO

1. Coloca a farinha, o fermento e o sal numa taça ou recipiente grande e mistura bem os ingredientes.
2. Adiciona o leite e a aguardente. Envolva todos os ingredientes e mistura.
3. Junta os ovos, um a um, enquanto continuas a amassar a mistura de forma delicada. Depois de adicionares todos os ovos, continua a amassar durante mais 2 ou 3 minutos.
4. Está na altura de deixar a massa descansar. Cobre o recipiente com um pano de linho ou algodão e deixa levedar durante 2 horas ou cerca de 1 hora num local quente.
5. Assim que terminar o processo de levedura, forma pequenas bolas de massa com cerca de 4 cm de diâmetro. Usa duas colheres ou uma colher de gelado, e esmaga com as mãos.
6. Em seguida, leva a fritar a massa. Certifica-te de que o óleo está bem quente, a cerca de 190°C. Frita poucas filhoses de cada vez e durante 5 minutos cada.
7. Depois de fritar, escorre bem e absorve o excesso de gordura em papel absorvente.
8. Coloca as filhoses numa travessa e polvilha-as com açúcar e canela a gosto.
9. Serve-as ainda quentinhas e delicia-te com estas filhoses à moda antiga.

## RECEITA DE TÍPICAS RABANADAS PORTUGUESAS

### INGREDIENTES

- Pão – 1 Pão Rústico (+/- 8 Fatias Grossas)
- Ovos – 4 (L)
- Leite – 800ml (Meio-Gordo)
- Limão – 2 Cascas
- Canela – 1 Pau
- Canela – Para Polvilhar
- Açúcar Amarelo – Para Polvilhar
- Óleo Vegetal – Para Fritar (Girassol)



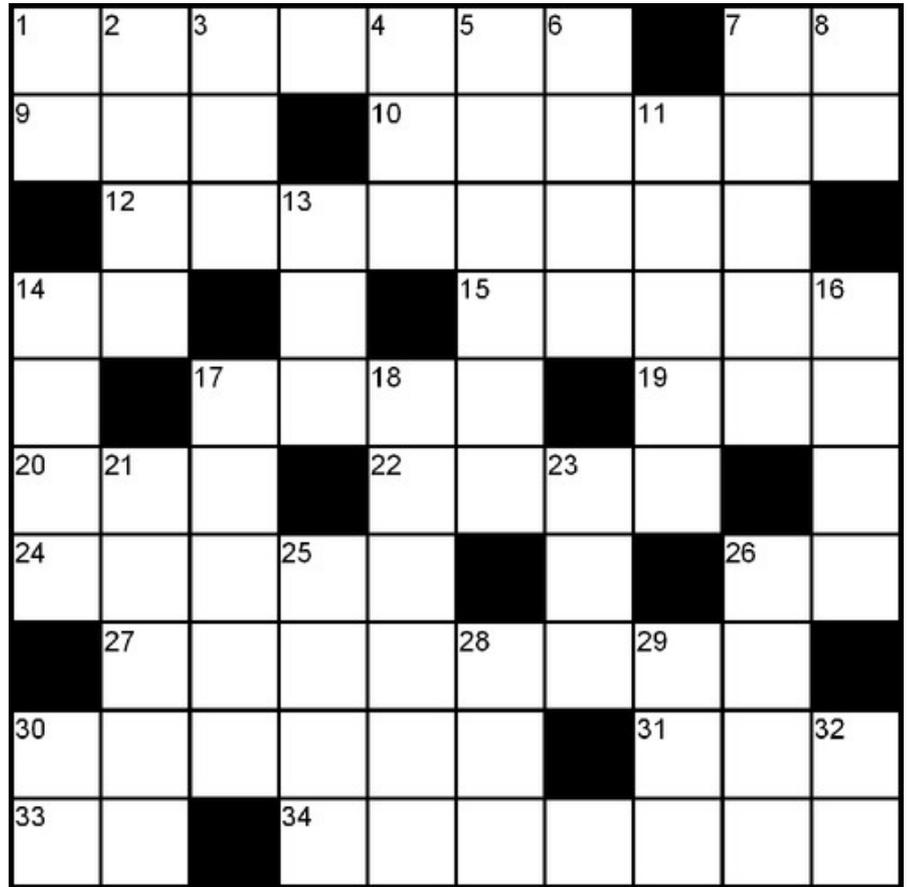
### PREPARAÇÃO

1. Compra o pão uns 2 ou 3 dias antes de ires fazer as rabanadas e, no dia anterior a fazeres, vais cortar o pão em fatias mais ou menos 2 dedos de espessura e corta na diagonal para ter mais esquinas ao fritar, assim as fatias de pão vão secar mais um pouco.
2. Vamos primeiro aquecer o leite num pequeno tacho ao lume com as cascas de limão e o pau de canela, deixa ferver e depois retira do lume e deixa de parte (se for preciso volta a levar ao lume para o leite estar morno quando fores usar).
3. Bate os ovos e põe numa taça larga onde seja fácil mergulhar as fatias de pão.
4. Numa taça idêntica enche de açúcar amarelo e canela, a proporção é mais ou menos 4 para 1, isto é para cada 4 colheres de sopa de açúcar, põe 1 colher de sopa de canela.
5. Prepara outra taça ou tabuleiro largo forrado de papel absorvente, para escorrer as fatias depois de fritas.
6. Põe então uma frigideira funda com óleo o suficiente para cobrir facilmente pelo menos 2/3 de cada rabanada, aquece o óleo em lume médio/alto, deita um pouco de pão no óleo quando o óleo começar a fervilhar, então o óleo está no ponto.
7. Deita então o leite morno numa taça, passa uma fatia de pão, deixa embeber um pouco ambos os lados, depois passa pelo ovo ambos os lados e põe a fritar. Repete até teres 2 ou 3 fatias a fritar ao mesmo tempo, não enchas demasiado a frigideira para não baixar a temperatura do óleo.
8. Após ficarem douradas de um lado, vira as rabanadas e fritas o outro lado até ambos os lados ficarem dourados, retira então do óleo para o tabuleiro forrado de papel absorvente.
9. Volta a repetir e fritar mais 3 rabanadas, enquanto estas fritam passa as rabanadas que estavam a escorrer no açúcar e canela e põe num tabuleiro para servir e já está, repete até não teres mais pão. Bom apetite e Feliz Natal!

# Passatempos

## VERTICAIS:

- 1- Antes do meio-dia. 2- Que tem sabor agradável. 3- Adejo.  
 4- Redução das formas linguísticas "em" e "as" numa só. 5- Tomar uma coisa por outra. 6- Rezar. 7- Anos de vida. 8- Rádio (s.q.). 11- Inchação. 13- Despidos. 14- Deve ser tomada no princípio da refeição. 16- Escuta. 17- Atordoar. 18- Curado. 21- Estante para suporte de livros ou pautas de música, abertos para leitura. 23- Filtra. 25- Margens. 26- Daquele lugar. 28- Hora canónica, que se canta ou recita antes das vésperas (corresponde às 15 horas). 29- Oferecer. 30- Armada Portuguesa (sigla). 32- Atmosfera.



Encontre os símbolos do natal no caça-palavras:



## HORIZONTAIS:

- 1- Período das quatro semanas imediatamente anteriores à festa do Natal. 7- Seguir até. 9- Reduzo a pó. 10- Afasta. 12- Ceia na Noite de Natal. 14- Partícula apassivante. 15- Profissão de fé. 17- Queima. 19- Que me pertence. 20- 'Noite de (...)'; canção de Natal. 22- Grande caixa com tampa plana. 24- Rebocar. 26- Preposição que designa posse. 27- Fatia de pão molhada em leite com açúcar e ovos, e frita em azeite ou manteiga (Fatia Dourada). 30- Leviano. 31- Fileira. 33- Plural (abrev.). 34- Entreatbrir.

DO NATAL AO SÃO  
\_\_\_\_\_, SEIS  
MESES SÃO

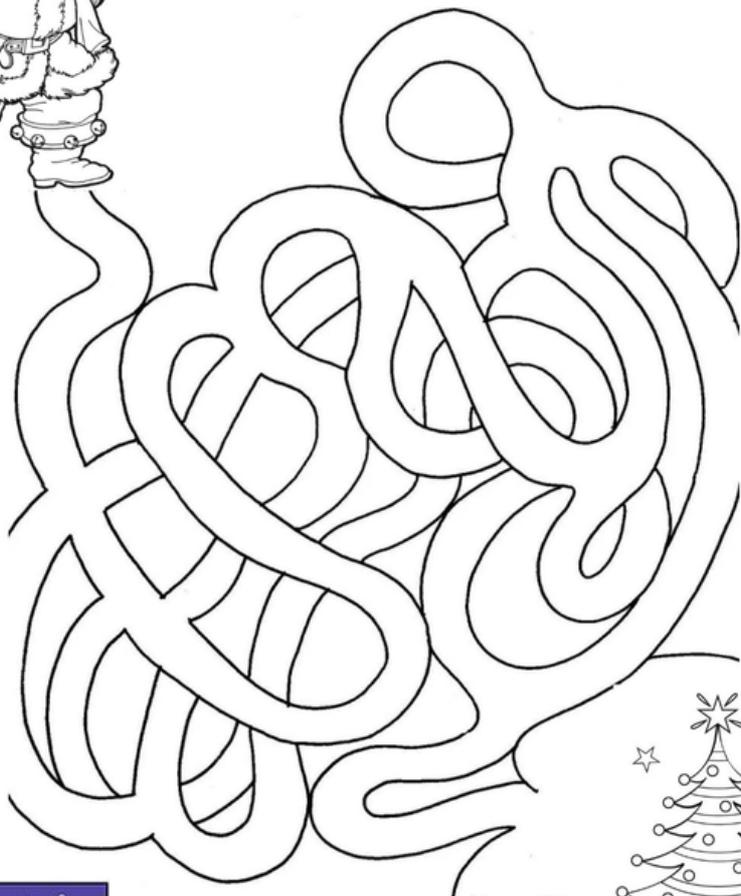
QUANDO O NATAL TEM  
O SEU \_\_\_\_\_,  
A PÁSCOA TEM O SEU  
TIÇÃO

DE SANTA LUZIA AO NATAL,  
OU BOM \_\_\_\_\_ OU  
BOM NEVAR

EM NATAL \_\_\_\_\_  
ATÉ O DILIGENTE É  
PREGUIÇOSO



Leve o Pai Natal até ao pinheiro.



DEPOIS DE O MENINO  
NASCER, É TUDO A

\_\_\_\_\_.

QUEM COME CARNE NA  
VÉSPERA DE \_\_\_\_\_,  
OU É BURRO OU ANIMAL.

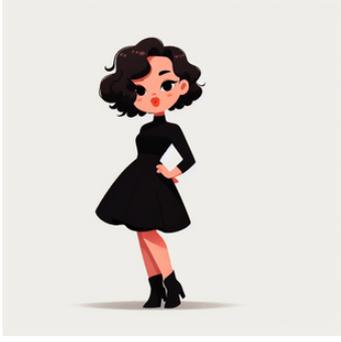


MAL VAI \_\_\_\_\_  
SE NÃO HÁ TRÊS CHEIAS  
ANTES DO NATAL.

NAMORO DE \_\_\_\_\_  
NÃO CHEGA AO NATAL.

# Quem é Quem?

A equipa técnica e os formadores aos olhos da Inteligência Artificial!



# Conto de Natal

---

Na pacata vila de Belmonte, vivia uma família, composta por avó e neta. As duas eram muito unidas desde que a filha da Avó Maria tinha morrido no parto, aquando do nascimento de Sara. Desde esse momento, avó e neta viviam inseparáveis e a Avó Maria criou Sara com todo o amor, não lhe faltando nada.

A Avó Maria toda a sua vida foi florista e vendia vários tipos de flores por todas as aldeias em redor de Belmonte. Apenas no Natal, se dedicava a uma flor específica, a “flor do Natal”. Sara, a sua neta, tinha 12 anos e já ajudava a avó na venda das flores.

Sara era uma menina vivaça, de cabelo castanho e olhos verdes. Tinha ido buscar a vivacidade e espontaneidade à sua mãe, que nunca conheceu.

Estávamos a chegar ao Natal e o ano não tinha sido fácil para a Avó Maria pois as vendas não tinham sido muitas. O dinheiro era escasso e a época natalícia não se mostrava abundante. Tinha de apostar a sua sorte na venda das “flores de Natal”.

Aproximava-se o dia 24 de dezembro e a Avó Maria ficou doente. Sofria dos pulmões, apanhou uma pneumonia e estava de cama. Sara, muito preocupada, vivia esta véspera de Natal a tratar da avó e a vender as “flores de Natal”, que ainda eram muitas e tinha mesmo de fazer negócio para conseguir dinheiro para a medicação da avó e géneros alimentícios.

Nas noites de 22, 23 e 24 de dezembro, Sara deixou a avó tratada e foi para a rua vender as suas flores. Estava um frio de rachar, mal sentia as mãos, as pessoas andavam atarefadas nas suas últimas compras natalícias e Sara era “invisível” para a população que por ela passava. Sara ia sempre para casa de mãos vazias, não conseguia vender uma única flor. O desânimo dominava Sara, as lágrimas corriam pelo seu rosto, mas ela não queria demonstrar à avó o seu descontentamento e então, lá lhe ia dizendo que as flores se iam vendendo...

O dia 24 de dezembro havia chegado e Sara lá foi, mais uma vez, para a rua tentar fazer negócio com as suas bonitas flores. A hora de jantar já estava próxima e só ainda tinha vendido 3 flores... A tristeza invadia cada vez mais o seu rosto. Até que, de repente, passa um senhor muito bem apresentado, que tinha reparado naquela menina, franzina, a tremer de frio com um carrinho cheio de “flores de Natal”. Aproximou-se, fez-lhe um carinho na cabeça e perguntou-lhe se estava ali há muito tempo. Sara respondeu afirmativamente e começou a chorar. Depois de ter contado a sua história ao senhor, o mesmo pegou num maço de notas e comprou-lhe quase todas as flores, deixando-lhe, apenas, uma. Sara nem sabia o que pensar e muito menos o que dizer... Quando levantou os olhos para agradecer tal ato, o senhor tinha desaparecido.

Sara regressou alegremente a casa e nem acreditava no que lhe tinha acontecido. Ia apenas com uma “flor de Natal”, que iria colocar na sala para alegrar o seu Natal.

Nessa noite, Sara dormia tranquila, quando a sua “flor de Natal” começou a ter um brilho especial e dela saíram três espíritos: a Saúde, a Bondade e a Riqueza. Todos se abeiraram da cama de Sara e através do sonho lhe realizaram três desejos: a saúde da avó recuperou; a bondade se espalhou pela sua aldeia e a riqueza instalou-se na sua casa.

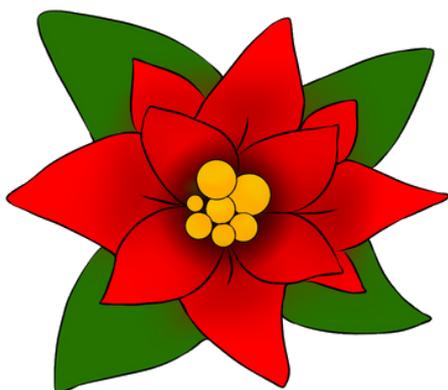
Na manhã seguinte, Sara acordou radiante pois a sua avó estava recuperada e a preparar o almoço de Natal; os seus vizinhos bateram-lhe à porta para a ofertar e com o dinheiro das vendas das flores pôde, durante algum tempo, ter uma vida desafogada.

A Avó Maria e Sara desejam a todos um Feliz Natal!



**Autoria: As Nove em Ponto – Formandas do curso nº 12 Assistente Operacional para a Infância**

**Ilustração: Gabriela Lopes e Juliana Francisco**



**Árvore de Natal da  
Formação Profissional**



# A arte de Natal<sup>ar</sup>



***Um Feliz Natal dos  
formandos***



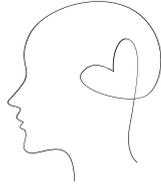
# Desejos dos formandos para 2024

peace love music

MAIS TOLERÂNCIA



PERDER 30KG



QUE UM ANO MELHOR QUE 2023

TER UM DESCAPOTÁVEL

TIRAR A CARTA DE CONDUÇÃO



Sobreviver à operação em janeiro

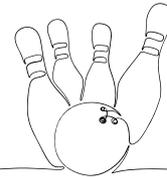
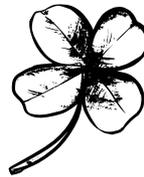


paz

SAÚDE

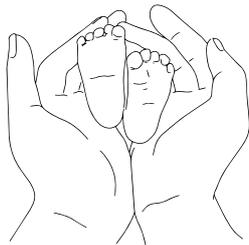


FAZER A OPERAÇÃO BARIÁTRICA



SORTE

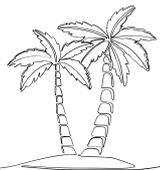
Afeto



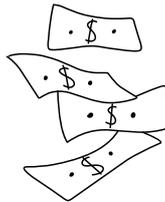
GOSTAVA DE SER AVÓ



TER UM BOM ESTÁGIO



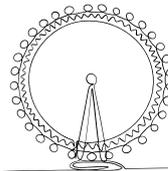
FUGIR PARA A TAILÂNDIA



Alegria

Amor

DINHEIRO NO BANCO



Felicidade

MAIS PACIÊNCIA

Amizade

AJUDAR MAIS OS OUTROS



HARMONIA

Bo Nadal  
**FELIZ NAVIDAD**  
BON NADAL メリークリスマス  
Eguberri  
Wesołych Świąt Häid jöule  
Crăciun fericit **God Jul Bo Nadal**  
FROHE WEIHNACHTEN Sretan Božić  
**FELIZ NATAL**  
聖誕節快樂 Merry Christmas  
**Bon Nadal** Joyeux Noël  
Bo Nadal メリークリスマス  
Buon Natale Selamat Hari Natal  
VROLIJK KERSTFEEST **Feliz Natal**  
счастливого Рождества  
Merry Christmas

Cofinanciado por:

