



1979

Almanaque

viva melhor



PRESIDENTE DA REPÚBLICA
Ernesto Geisel

MINISTRO DA EDUCAÇÃO E CULTURA
Euro Brandão

PRESIDENTE DO MOBRAL
Arlindo Lopes Corrêa

SECRETÁRIO-EXECUTIVO DO MOBRAL
Sérgio Marinho Barbosa

SECRETÁRIO-EXECUTIVO ADJUNTO DO MOBRAL
Odaléa Cleide Alves Ramos



APRESENTAÇÃO

Vai começar um novo ano: 1979 se abre para todos nós, cheio de esperança.

Depende em grande parte de nós, de nossa vontade, de nosso esforço, fazer dele um ano feliz, cheio de realizações e vitórias.

É isso que desejamos a você, que já aprendeu a ler, a você que é participante dos nossos programas, a você, alfabetizador e monitor. A todos os que participam da grande família MOBREAL, trabalhando por uma vida melhor.

Para acompanhá-lo no dia-a-dia do novo ano, o MOBREAL preparou o Almanaque Viva Melhor — 1979.

Nele você encontrará um pouquinho de cada coisa: informações, divertimentos, curiosidades. Ao mesmo tempo que você se distrai, você aprende.

Esperamos que ele lhe seja útil e lhe proporcione momentos agradáveis.

Um abraço amigo

ARLINDO LOPES CORRÊA
Presidente do MOBREAL

FICHA CATALOGRÁFICA

(Preparada pela Fundação Movimento Brasileiro de
Alfabetização CETEP/SEDOC)

F981 Fundação Movimento Brasileiro de Alfabetização.
 GEPES
 Almanaque viva melhor - 1979. Rio de Janeiro,
1978.
 40 p. ilustr. 27 cm.

1. Almanques. I. Título.

78-116

cdd:056
cdu:059



SANTO DO DIA

- 1 S Mãe de Deus
- 2 T S. Basílio
- 3 Q Sta. Genoveva
- 4 Q S. Marciano
- 5 S S. Telésforo
- 6 S S. Gaspar
- 7 D S. Raimundo
- 8 S Sto. Heládio
- 9 T Sta. Marciana
- 10 Q S. Nicanor
- 11 Q Sto. Higinio
- 12 S Sta. Taciana
- 13 S Sto. Hilário
- 14 D Sto. Eufrásio
- 15 S Sto. Amaro
- 16 T Sto. Acúrsio
- 17 Q Sto. Antão
- 18 Q Sta. Liberata
- 19 S S. Tiago
- 20 S S. Sebastião
- 21 D Sta. Inês
- 22 S S. Vicente Palotti
- 23 T Sto. Ildefonso
- 24 Q S. Francisco de Sales
- 25 Q Conversão de S. Paulo
- 26 S S. Tito
- 27 S Sta. Ângela Merici
- 28 D S. tomás de Aquino
- 29 S S. Carlos
- 30 T Sta. Martinha
- 31 Q S. João Bosco

1979

31 dias

janeiro

FASES DA LUA

- ☾ Crescente... 05
- Cheia 13
- ☾ Minguante . 21
- Nova 28

Datas comemorativas

Dia

- 1 - Segunda-feira - ANO NOVO
- 7 - Domingo - Epifania (Reis)
- 20 - Sábado - S. Sebastião

horóscopo

CAPRICÓRNIO
de 22/12 a 20/1



Signo da Terra. Planeta regente: Saturno. Pedra de sorte: Ônix negro. Perfumes: Alfazema e Pinho. AMOR: Dá-se bem com Touro, Gêmeos e Virgem. Se for compreensivo e paciente, poderá ter grandes alegrias este ano. SAÚDE: Boa disposição para o trabalho e para aprender novas atividades. Cuidado com as pernas e os joelhos. DINHEIRO: Muito progresso em 1979 é o que está guardado para Capricórnio, por causa da mudança de trabalho.



FAROFA DE PEIXE – um alimento diferente e nutritivo



Se você pescar num lugar longe de casa, ou pescar grande quantidade de peixe, transforme a carne do peixe em farofa. Essa farofa pode ser guardada, durante 5 ou 6 meses, em cestos de palha forrados por folhas de palmeira.

O QUE VOCÊ PRECISA

- peixes;
- um caldeirão ou forno;
- sal;
- uma assadeira com brasas;
- uma colher de pau.

COMO FAZER

• retire as tripas dos peixes, como de costume. Em seguida, salgue e asse os peixes na brasa, sem tirar as escamas;

• depois de assados, retire as escamas. Feito isso, esfarele o peixe e soque a carne num pilão. Torre-a em um forno, ou em caldeirões colocados diretamente no fogo, mexendo sempre para não queimar.

A farofa estará pronta quando estiver torrada e bem leve. Tem o gosto muito bom e pode ser comida pura ou acompanhando outros alimentos como pirão, fritada de ovos etc.



Esta e outras receitas você encontrará na coleção "Cada Cabeça é um Mundo", disponível nos Postos Culturais do MOBRAL.

QUEBRA-CABEÇAS

- 1 — Você pode transformar 13 palitos de fósforo em 1.000?
- 2 — Se um lenhador cobra 2 cruzeiros para cortar um tronco em duas partes, quanto cobrará para cortá-lo em quatro partes?
- 3 — Citar um nome de homem que termina com a letra “a”.
- 4 — O que fazer com um lenço para que fique maior que uma cama?
- 5 — Por que é que o trem apita quando chega na estação?
- 6 — Faz anos que está no mar e não sabe nadar. Que é?

SOLUÇÃO NA PÁGINA 12

ANIMAIS DOMÉSTICOS

INFORMAÇÕES SOBRE REPRODUÇÃO

Animal doméstico	Primeiro cio idade (meses)	Época favorável para o primeiro cruzamento	Tempo de prenhez (dias)	Número de filhotes
ÉGUA	12-16	3-4 anos	336	1
VACA	7-9	16-18 meses	285	1
OVELHA	7-8	9 meses	150	2 às vezes 3
CABRA	6-8	9 meses	150	2 às vezes 3
PORCA	5-6	9 meses	115	8 a 10
CADELA	8-9	12-16 meses	63	4 a 12
GATA	7-9	9-12 meses	60	3 a 4
COELHA	3	3 meses	29 a 31	4 a 6
JUMENTA	9-11	1-2 anos	360	1

ESPORTE É SAÚDE



Pensando no bom aproveitamento das horas livres e conseqüentemente no bem-estar e na saúde do povo brasileiro, o MOBRAL iniciou a Campanha "Esporte para Todos" do programa MEC—DED.



A Campanha tem por objetivo dar, a todos, oportunidade de práticas desportivas através de programas como: Ruas de Lazer, Passeio a Pé, Passeio de Bicicleta, Torneios Desportivos etc.



Estas atividades serão realizadas em todos os municípios do Brasil.
PROCURE O MOBRAL DE SUA CIDADE, VOCÊ VAI GOSTAR DE PARTICIPAR.

ESPORTE É PARA TODOS



APRENDA A RECONHECER OVOS FRESCOS



**OVO FRESCO
VAI AO FUNDO**



**OVO ESTRAGADO
FICA BOIANDO**





SANTO DO DIA

- 1 Q Sta. Brígida
- 2 S Apres. do Senhor/S.Cornélio
- 3 S S.Brás
- 4 D S.Gilberto
- 5 S Sta. Âgueda
- 6 T Sta. Dorotéia
- 7 Q S.Romualdo
- 8 Q Sto. Honorato
- 9 S Sta. Apolônia
- 10 S Sta. Escolástica
- 11 D N.S. de Lourdes
- 12 S Sta. Eulália
- 13 T Sta. Maura
- 14 Q S.Cirilo
- 15 Q S.Faustino
- 16 S Sto. Onésimo
- 17 S Sto. Aleixo
- 18 D S.Simeão
- 19 S S. Mansueto
- 20 T Sto. Eleutério
- 21 Q S.Pedro Damião
- 22 Q Cátedra de S.Pedro
- 23 S S.Policarpo
- 24 S S.Sérgio
- 25 D S.Cesário
- 26 S S.Deodoro
- 27 T S.Leandro
- 28 Q S.Roman

1979

28 dias

fevereiro

FASES DA LUA

☾ Crescente ...	03
○ Cheia	12
☽ Minguante ...	20
● Nova	26

Datas comemorativas

Dia

- 27 - Terça-feira - Carnaval
- 28 - Quarta-feira - Cinzas

horóscopo

AQUÁRIO
de 21/1 a 19/2



Signo Fixo e de Ar, regido pelo planeta Saturno. Pedra de sorte: Opala. Perfumes: Alfazema e Verbena. AMOR: Os sonhos vão se realizar em 1979, graças à sua força de vontade. SAÚDE: Será boa, caso não faça exageros demais. Cuide da pele. DINHEIRO: As economias poderão ser aplicadas com muitas vantagens, dando uma boa renda.

CONSERVE AS MATAS PROTEJA SUA VIDA

A derrubada de árvores ou queimada das matas traz muitos males para a terra e para o homem. A região fica pobre de vegetação e de animais. As nascentes secam e as terras não servem mais para a agricultura.

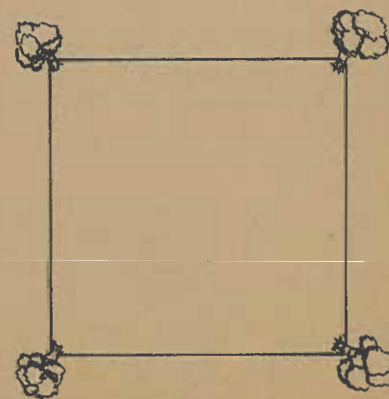
As folhas e galhos secos das árvores, que caem no chão, apodrecem e ajudam a enriquecer o solo. Não havendo árvores, o solo fica pobre, se destrói e não dá mais nada. Além disso, as terras sem árvores sofrem erosão, isto é, vão sendo destruídas pelas águas dos rios, das chuvas, das enxurradas. E, assim, a região vai se tornando seca, sem plantas e sem animais. Nesses lugares a vida do homem torna-se difícil ou, até mesmo, impossível.



O CURRAL

Certo proprietário tinha um curral de forma quadrada, com quatro maravilhosas árvores, uma em cada canto.

Um dia, teve de dobrar o tamanho do curral, mantendo a forma quadrada, porém sem cortar suas quatro maravilhosas árvores das quais se sentia muito orgulhoso. Como pôde conseguir a reforma?



SOLUÇÃO NA PÁGINA 36



SANTO DO DIA

- 1 Q Sto. Albino
- 2 S S. Jovino
- 3 S Sta. Márcia
- 4 D S. Casemiro
- 5 S Sto. Eusébio
- 6 T Sta. Coleta
- 7 Q Sta. Perpétua
- 8 Q S. João de Deus
- 9 S Sta. Francisca Romana
- 10 S Sta. Marina
- 11 D S. Constantino
- 12 S S. Gregório
- 13 T S. Rodrigo
- 14 Q Sta. Matilde
- 15 Q Sta. Luíza
- 16 S Sto. Heriberto
- 17 S S. Patrício
- 18 D S. Cirilo de Jerus
- 19 S S. José
- 20 T S. Joaquim
- 21 Q S. Birilo
- 22 Q Sta. Léia
- 23 S S. Turíbio
- 24 S Sto. Agapito/Anunc.do Senhor
- 25 D Sta. Lúcia
- 26 S Sta. Tecla
- 27 T Sta. Augusta
- 28 Q S. Castor
- 29 Q S. Jonas
- 30 S S. Zósimo
- 31 S S. Benjamim

1979
31 dias

março

FASES DA LUA

 Crescente... 05
 

 Cheia 13
 

 Minguante .. 21
 

 Nova..... 28
 

Datas comemorativas

Dia

19 - Segunda-feira - S. José



horóscopo

PEIXES
de 20/2 a 20/3



Signo de Água e Móvel. Planeta regente: Lua. Pedra de sorte: Ametista. Perfumes: Sândalo e Açucena. AMOR: Muita tranqüilidade no amor é o que vai acontecer este ano. Tudo correrá muito bem. SAÚDE: Descanse um pouco mais no intervalo das tarefas e tudo correrá bem. DINHEIRO: O trabalho não renderá o que você espera mas, mesmo assim, a situação não estará tão ruim que vá prejudicar a sua vida.

O QUE VOCÊ SABE SOBRE A TUBERCULOSE?

Antigamente a tuberculose não tinha cura. Pessoa doente, era pessoa condenada. Hoje a cura é possível. Principalmente quando a doença é tratada desde o começo.

Havendo uma pessoa com:

- tosse;
- febre miúda, diariamente;
- cansaço;
- suor excessivo;
- perda de peso continuada;
- falta de apetite;
- escarro com sangue,

suspeite da doença.

Aos primeiros sinais, procure o Posto de Saúde! E proteja as crianças.

Essa proteção é dada pela vacina BCG, que é a vacina que oferece às pessoas maior resistência contra a tuberculose.



Existem dois tipos de vacina BCG: a oral, isto é, tomada pela boca e usada a partir do nascimento, e a intradérmica que é aplicada debaixo da pele desde um mês de vida e é mais eficaz.



E, se houver alguém com tuberculose em sua casa, evite utilizar os objetos de uso do doente como: canecas, pratos, talheres, copos, roupas de cama etc.

O doente em tratamento deve seguir as instruções do médico, tomando os remédios corretamente, para ficar curado e evitar a recaída que é mais difícil de tratar.



Procure o POSTO DE SAÚDE mais próximo sempre que desconfiar da doença.



VAMOS BRINCAR DO JOGO DO PÊ?

“Pessoa sortuda é também *PÊ-QUENTE*”

Faça da mesma maneira. Substitua as expressões, frases ou palavras abaixo, por outras onde apareça a palavra *PÊ*.

Se você acertar 5 está bom; se acertar de 6 a 10, excelente!

- | | |
|----------------------------|---------------------|
| 1) Chuva muito forte | 6) Teimar |
| 2) Doce gostoso | 7) Muito pobre |
| 3) Usado para arrombamento | 8) Prestes a morrer |
| 4) Ruga | 9) Desconfiar |
| 5) Para auxiliar a nadar | 10) Azarado |

VIRE E VEJA AS RESPOSTAS

- | | |
|---------------------------------|--------------------------|
| 10 — <i>Pê-frio</i> | 5 — <i>Pê-de-pato</i> |
| 9 — <i>Estar com o pê atrás</i> | 4 — <i>Pê-de-galinha</i> |
| 8 — <i>Com o pê na cová</i> | 3 — <i>Pê-de-cabra</i> |
| 7 — <i>Pê-rapado</i> | 2 — <i>Pê-de-moleque</i> |
| 6 — <i>Bater o pê</i> | 1 — <i>Pê-d'água</i> |

RESPOSTAS:

EVITE ACIDENTES

Se você trabalha no campo, lembre-se:

- *de colocar o chapéu quando ficar muito tempo no sol, para evitar insolação;*



- *de ter cuidados especiais quando trabalhar com inseticidas ou produtos químicos, observando as instruções da embalagem;*



- *de apagar as pontas de cigarro quando acabar de fumar. As pontas acesas podem causar incêndios.*



Assim, você estará se protegendo e evitando acidentes.

Você sabia?

Que caroços de jaca cozidos na água e sal têm um sabor delicioso e podem substituir o pão no café da manhã?

Respostas do QUEBRA-CABEÇAS DA PÁGINA 5:

- 1 - MIL ou 1000
- 2 - 6 cruzeiros (para quatro partes bastam 3 cortes)
- 3 - Djalma
- 4 - Acrescentar a letra "L" no fim — lençol
- 5 - Porque o maquinista puxa a cordinha
- 6 - Areia



SANTO DO DIA

- 1 D Sto. Hugo
- 2 S S. Francisco de Paula
- 3 T S. Ricardo
- 4 Q Sto. Isidoro
- 5 Q S. Vicente Ferrer
- 6 S S. Marcelino
- 7 S S. João Batista de La Salle
- 8 D Sto. Edésio
- 9 S Sta. Cacilda
- 10 T Sto. Ubaldo
- 11 Q Sto. Estanislau
- 12 Q S. Zeno
- 13 S Sto. Hermenegildo
- 14 S S. Valeriano
- 15 D S. Pascoal
- 16 S Sta. Engrácia
- 17 T S. Roberto
- 18 Q Sta. Galdina
- 19 Q S. Leão IX
- 20 S S. Silvano
- 21 S Sto. Anselmo
- 22 D S. Caio
- 23 S S. Jorge
- 24 T S. Fidélis
- 25 Q S. Marcos
- 26 Q Sta. Basília
- 27 S Sta. Zita
- 28 S S. Pedro Chanel
- 29 D Sta. Catarina de Sena
- 30 S S. Pio V

1979

30 dias

abril

FASES DA LUA

- ☾ Crescente... 04
- Cheia 12
- ☾ Minguante . 19
- Nova 26

Datas comemorativas

Dia

- 7 - Sábado - Dia da Saúde
- 8 - Domingo de Ramos
- 13 - Sexta-feira da Paixão
- 14 - Sábado - Aleluia
- 15 - Domingo - Páscoa
- 19 - Quinta-feira - Dia do Índio
- 21 - Sábado - Tiradentes

horóscopo

ARIES

de 21/3 a 20/4



Signo Positivo e de Fogo. Seu regente é o planeta Marte, que lhe dá coragem e muita movimentação. Sua pedra é o Rubi e os perfumes, Alfazema e Hortelã. AMOR: Dá-se com Leão e Sagitário e, em 1979, terá vontade de mudar e de viajar para conhecer novos lugares e pessoas. SAÚDE: Deve dominar o sistema nervoso e cuidar principalmente da cabeça, que é o seu ponto mais fraco. DINHEIRO: Esforçando-se bastante poderá ter bons resultados.



ISSO TAMBÉM SE COME...

✦ CAMBUQUIRA — *limpe bem o broto da abóbora, pique e faça um bom refogado.*

✦ FOLHA DE QUIABO E BATATA-DOCE — *pique e refogue como couve.*

✦ MAMÃO VERDE — *descasque, pique miudinho e afervente. Depois, refogue.*

✦ BROTO DE BAMBU — *pique e ferva, depois refogue igual a palmito.*

✦ ANGU DE BANANA VERDE — *cozinhe as bananas, depois amasse e faça um angu. Coloque um pouco de sal.*



VERMINOSE

Doença que ataca milhões de brasileiros.

Como combatê-la?

- Acabar com o lixo.
- ◆
- Manter os pés sempre calçados.
- ◆
- Combater as moscas.
- ◆
- Conservar as unhas cortadas e limpas.
- ◆
- Comer apenas carne bem passada ou cozida.
- ◆
- Beber somente água filtrada e fervida.
- ◆
- Lavar e cozinhar bem os alimentos.
- ◆
- Lavar cuidadosamente os pratos, talheres, panelas etc.
- ◆
- Lavar as mãos antes das refeições.
- ◆
- Lavar sempre as mãos quando acabar de usar a privada.

E, principalmente:

Usar sempre a privada.

Enterrar as fezes, quando estiver no mato.



SANTO DO DIA

- 1 T S. José Operário
- 2 Q Sto. Atanásio
- 3 Q S. Felipe
- 4 S Sta. Mônica
- 5 S Sta. Irene
- 6 D Sta. Benta
- 7 S Sta. Flávia
- 8 T S. Bonifácio
- 9 Q S. Nicolau
- 10 Q Sto. Antonino
- 11 S Sta. Lucina
- 12 S S. Nereu
- 13 D N.S. de Fátima
- 14 S S. Matias
- 15 T S. Torquato
- 16 Q S. Vitoriano
- 17 Q Sta. Restituta
- 18 S S. João I
- 19 S Sto. Ivo
- 20 D S. Bernardino
- 21 S S. Sinésio
- 22 T Sta. Rita de Cássia
- 23 Q Sta. Almérida
- 24 Q Sta. Maria Auxiliadora
- 25 S S. Gregório VII
- 26 S S. Felipe Néri
- 27 D Sta. Júlia
- 28 S Sto. Emílio
- 29 T Sta. Teodósia
- 30 Q Sta. Joana
- 31 Q S. Lupicino

1979
31 dias

maio

FASES DA LUA

- Crescente . . . 04
- Cheia 12
- Minguante . . 18
- Nova 23

Datas comemorativas

Dia

- 1 - Terça-feira - Dia do Trabalho
- 13 - Domingo - Dia das Mães
- 27 - Domingo - Ascensão do Senhor

horóscopo

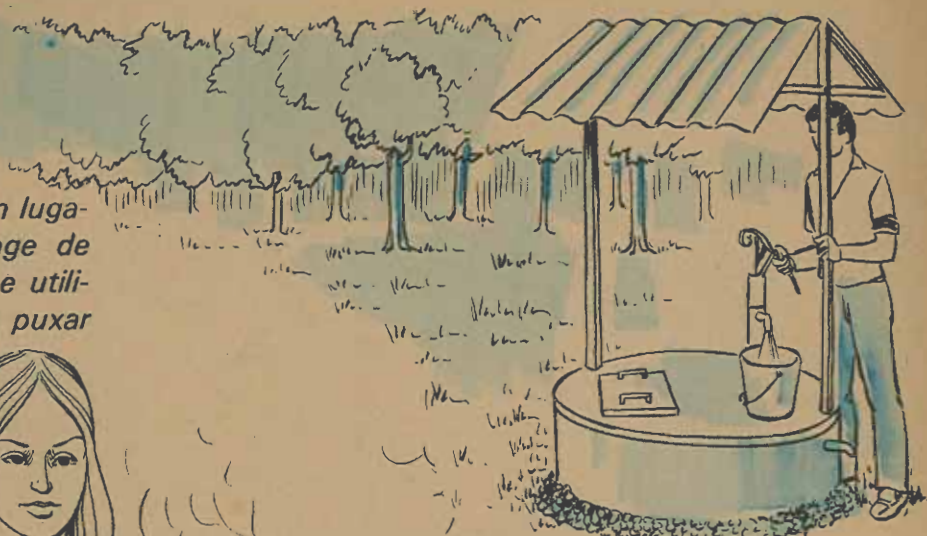
TOURO
de 21/4 a 20/5



Signo da Terra, Fixo. O planeta regente é Vênus e a pedra de sorte Ágata. Perfumes: Rosa e Sândalo. AMOR: Dá-se muito bem com Virgem e Capricórnio, devendo ser muito feliz em 1979. SAÚDE: Pequenos problemas de garganta poderão aparecer mas serão passageiros. DINHEIRO: Os seus planos serão favorecidos, graças à sua força de vontade.

COMO OBTER BOA ÁGUA?

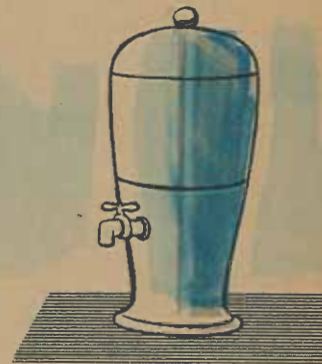
— Abrindo poços em lugares apropriados, longe de fossas e chiqueiros, e utilizando bombas para puxar água.



— Fazendo uso do filtro.



— Fervendo a água para matar os micróbios.



◆
A Superintendência de Campanhas de Saúde Pública, do Ministério da Saúde – SUCAM possui técnicos que trabalham no combate à MALÁRIA.

Surgindo essa doença, procure logo o Posto da SUCAM, onde o tratamento é feito de graça.

Um médico ou pessoa treinada para esse serviço dará o atendimento necessário.

Além disso, os homens da SUCAM vão até as casas para aplicar o DDT, que ajuda a combater o mosquito que transmite essa doença.

RECEBA-OS BEM, ELAS DEFENDEM SUA SAÚDE!

Lembretes...

A RESPEITO DE FRUTAS

- Coma pelo menos uma fruta por dia, de preferência crua, por ser mais nutritiva.
- Para sua economia, procure comprar as frutas da época; elas são mais baratas.

• Aproveite a época de cada fruta para fazer doces que serão usados quando for difícil consegui-las.

• Não coma frutas bichadas. Não é verdade que "bicho de fruta, fruta é".

• Prefira sucos, refrescos e vitaminas de frutas, porque são muito nutritivos e gostosos.

O leite materno é o alimento ideal para o bebê. Ele dá maior resistência contra infecções, problemas do intestino e certas doenças.

DIVERTIMENTO

Nas palavras abaixo aparecem as letras M, A.
Complete as palavras, de acordo com as definições.

Exemplo:	★	C	A	M	A	S	usadas para dormir
1				M	A		ramificações
2				M	A		local de cultivo de frutas
3				M	A		pegar
Exemplo:	★	P	R	I	M	A	filha do tio
4					M	A	labareda, luz
5					M	A	em lugar mais alto
6					M	A	encoraja
Exemplo:	★	M	O	I	T	A	pequeno arbusto
7	M					A	falecida
8	M					A	dinheiro feito de metal
9	M					A	grande quantidade
10	M					A	misturada

VIRE PARA VER AS RESPOSTAS

10 -- mista	8 -- moeda	7 -- morta
9 -- muita	5 -- acima	4 -- chama
6 -- anima	2 -- pomar	1 -- ramas
3 -- tomar		

PROTEJA AS CRIANÇAS CONTRA QUEIMADURAS

COMO?

- Evitando que fiquem perto do fogo e mexam em vasilhas com líquidos quentes.
- Não deixando que brinquem na cozinha e tomem conta de panelas sobre o fogão.



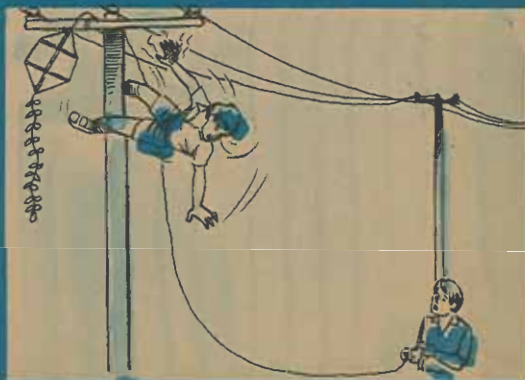
- Mantendo-as afastadas de ferros de passar roupa e de substâncias químicas.



- Não permitindo que brinquem com fogos, bombas de S. João, fogueiras e balões.



- Evitando que coloquem a mão em fios elétricos soltos ou desencapados e tomadas baixas sem proteção.



- Não deixando que subam em postes com fios elétricos para pegar pipas, balões ou ninhos de passarinhos.



SANTO DO DIA





- 1 S S. Justino
- 2 S Sta. Guilhermina
- 3 D S. Carlos Lwanga
- 4 S Sta. Saturnina
- 5 T S. Bonifácio
- 6 Q S. Norberto
- 7 Q Sta. Eugênia
- 8 S S. Severino
- 9 S Sto. Efrém
- 10 D Sta. Margarida
- 11 S S. Barnabê
- 12 T Sto. Onofre
- 13 Q Sto. Antônio de Pádua
- 14 Q S. Basílio
- 15 S Sta. Germana
- 16 S Sto. Aureliano
- 17 D S. Manuel
- 18 S Sto. Armando
- 19 T Sta. Juliana
- 20 Q S. Silvério
- 21 Q S. Luís Gonzaga
- 22 S S. Paulino
- 23 S Sto. Agripino
- 24 D S. João Batista
- 25 S S. Guilherme
- 26 T Sto. Antelmo
- 27 Q S. Cirilo de Alexandria
- 28 Q Sto. Ireneu
- 29 S S. Pedro e S. Paulo
- 30 S S. Teobaldo

1979

30 dias

junho

FASES DA LUA

-  Crescente ... 02
-  Cheia 10
-  Minguante .. 17
-  Nova 24

Datas comemorativas

Dia

- 3 - Domingo - Pentecostes
- 12 - Terça-feira -
Dia dos Namorados
- 13 - Quarta-feira - Santo Antônio
- 14 - Quinta-feira - Corpus Christi
- 24 - Domingo - S. João
- 29 - Sexta-feira -
S. Pedro e S. Paulo

horóscopo

GÊMEOS

de 21/5 a 20/6

Signo do Ar, Móvel e Positivo. Planeta regente: Mercúrio. Pedra da sorte: Água-marinha. Perfumes: Verbena e Narciso. AMOR: Gêmeos se dá com Libra e Aquário e este ano terá uma vida muito movimentada, conhecendo novas pessoas. SAÚDE: Cuide de qualquer problema respiratório que aparecer. No mais, tudo irá bem. DINHEIRO: Serão postos em ação muitos planos que poderão dar bom resultado.



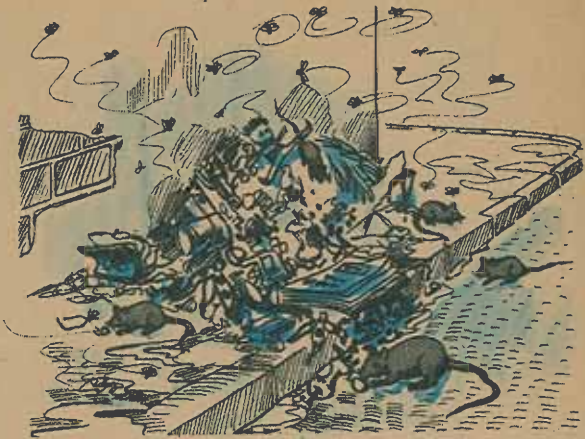
O QUE FAZER COM O LIXO?

O lixo, quando é atirado em qualquer lugar, provoca o aparecimento de ratos, moscas, baratas e mosquitos, causadores de muitas doenças como o tifo, as diarreias infecciosas, o tracoma, a peste bubônica e outras.

O QUE FAZER ENTÃO?

Devemos tomar cuidado para não deixar o lixo juntar perto das casas. Primeiro, ter sempre em casa uma lata de lixo com tampa. Depois, jogá-lo num buraco, longe de casa e tampá-lo ou, então, queimá-lo.

MAS O LIXO PODE SER UM ÓTIMO ADUBO...



Para isso, separe primeiro o lixo que não apodrece (latas, plásticos, borrachas e vidros) do lixo que apodrece (sobras de cozinha, papéis, folhas e panos) pois somente este último dá um bom adubo.

Jogue o lixo que apodrece num buraco, todos os dias e, quando estiver cheio, cubra o buraco com bastante terra. Deixe passar uns 90 dias e pronto. Logo estará formado o adubo para ser usado na plantação.

O lixo que não apodrece deve ser jogado em outro buraco que também deve ser tampado.



SANTO DO DIA

- 1 D S. Teodorico
- 2 S S. Félix
- 3 T S. Tomé
- 4 Q Sta. Isabel
- 5 Q Sto. Antônio Maria Zaccarias
- 6 S Sta. Maria Goretti
- 7 S Sto. Ilídio
- 8 D Sta. Priscila
- 9 S Sta. Verônica
- 10 T Sto. Olavo
- 11 Q S. Bento
- 12 Q S. João Gualberto
- 13 S Sto. Henrique
- 14 S S. Camilo de Lellis
- 15 D S. Boaventura
- 16 S N.S. do Carmo
- 17 T Sto. Inácio Azevedo
- 18 Q S. Frederico
- 19 Q Sto. Arsênio
- 20 S Sto. Elias
- 21 S S. Lourenço de Brindisi
- 22 D Sta. Maria Madalena
- 23 S Sta. Brígida
- 24 T Sta. Cristina
- 25 Q S. Cristóvão
- 26 Q Sta. Ana e S. Joaquim
- 27 S Sta. Jucunda
- 28 S S. Celso
- 29 D Sta. Marta
- 30 S S. Pedro Crisólogo
- 31 T Sto. Inácio de Loiola



FASES DA LUA

- ☾ Crescente . . . 02
- ☉ Cheia 09
- ☾ Minguante . . 16
- Nova 23

Datas comemorativas

Dia

25 - Quarta-feira - Dia do Colono

horóscopo

CÂNCER
de 21/6 a 21/7

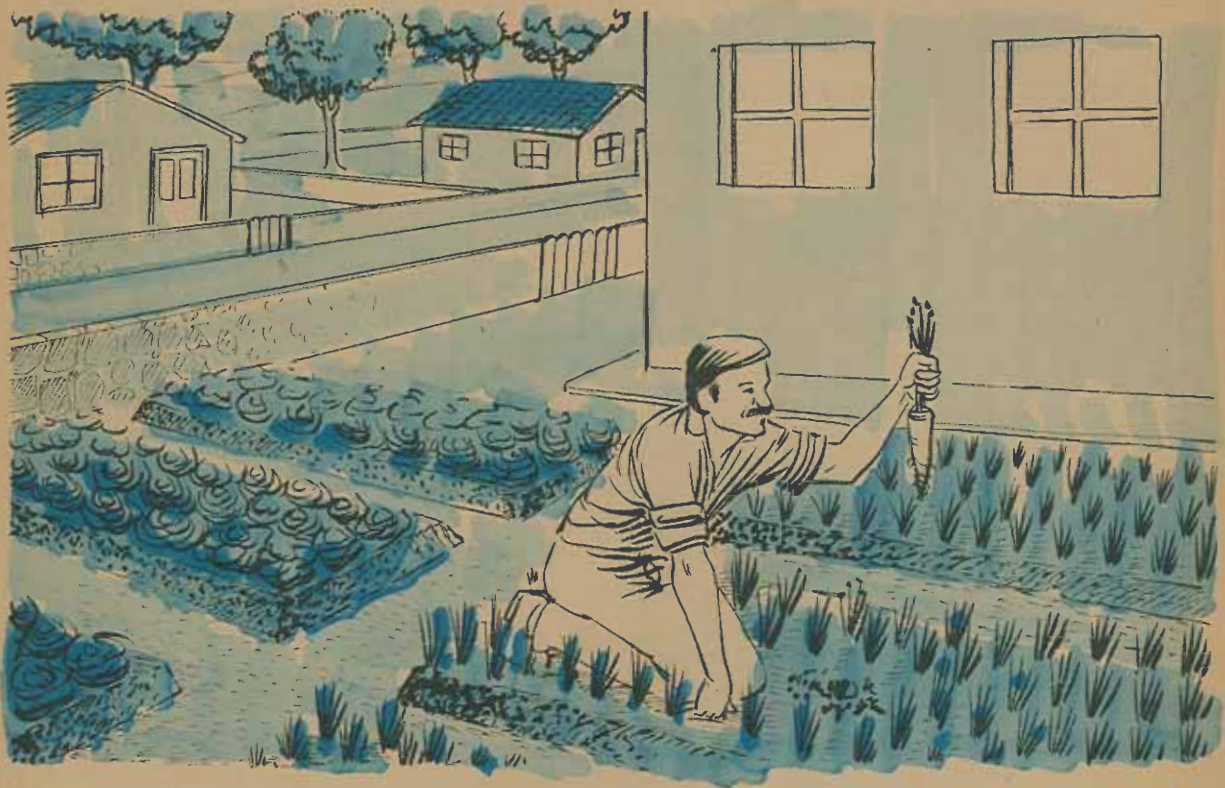


Signo de Água e Cardinal. A Lua é o planeta regente. Pedra: Esmeralda. Perfumes: Lírio e Rosa. AMOR: Câncer dá-se bem com Escorpião e Peixes. Se dominar a sua timidez, poderá ser muito feliz este ano. SAÚDE: Será boa e haverá disposição para enfrentar viagens mais longas. DINHEIRO: O trabalho sério vai dar bons resultados. Bastará não ter medo de enfrentar certas situações.

FAÇA UMA HORTA NO SEU QUINTAL

As hortaliças — verduras e legumes — são indispensáveis para sua saúde e só podem lhe fazer bem.

Num quintal, mesmo pequeno, você pode fazer uma horta caseira que lhe permitirá melhorar bastante a alimentação da sua família. Você poderá até vender o que sobrar, ganhando assim algum dinheirinho.



Cultivar hortaliças não é difícil! Tudo vai depender do cuidado que você tiver com elas, pois a maioria se dá bem em qualquer tipo de terreno ou clima.

Das hortaliças, aproveitamos:

FOLHAS: Alface, couve, repolho...

FLORES: Couve-flor, brócolis...

FRUTOS: Tomate, pimentão, quiabo, vagem, chuchu...

RAÍZES: Batata, cenoura, mandioca...

SEMENTES: Feijão, milho...

Quem come hortaliças fica forte, corado, adocece menos e tem mais disposição para o trabalho.



Você sabia?

As moscas são insetos nocivos, que trazem muitas doenças.

Para acabar com elas, você pode misturar uma colherzinha de açúcar com uma de inseticida líquido e uma de água. Depois, respingue algumas gotas nos lugares onde as moscas costumam pousar. Entretanto, não coloque a mistura perto de alimentos, pratos ou talheres e, principalmente, perto das crianças.

Antes de fazer isso, tenha o cuidado de cobrir ou tampar todos os alimentos para que as moscas, ao morrer, não caiam em cima.

UM SIMPLES CUIDADO... MUITOS MALES EVITADOS! **Vaccine seu filho!**

A melhor maneira de proteger a saúde de seu filho é vaciná-lo, durante o primeiro ano de vida, contra algumas doenças. Com as vacinas, o organismo fica mais resistente contra certas doenças. Veja, no quadro abaixo, a época certa de você vacinar seu filho e o número de doses que devem ser dadas:

VACINA	ÉPOCA	Nº DE DOSES	INTERVALO ENTRE AS DOSES
ANTITUBERCULOSE (BCG)	a partir do nascimento	uma dose	—
ANTIDIFTÉRICA/ TÉTANO e COQUELUCHE (tríplice)	a partir do 2º mês de vida	duas doses (reforço após 1 ano)	nunca menos de um mês
ANTIPOLIOMIELITE (SABIN)	a partir do 2º mês de vida	três doses (reforço após 1 ano)	nunca menos de dois meses
ANTIVARIÓLICA	a partir do 2º mês de vida	uma dose	—
ANTI-SARAMPO	a partir do 7º mês de vida	uma dose	—

Procurando o POSTO DE SAÚDE de sua localidade, você receberá a orientação necessária quanto à melhor época de vacinar seu filho.

ESPORTE É SAÚDE

As crianças correm, jogam bola, brincam de esconder, de lutar. Por que as crianças brincam?



Porque brincar é importante para o desenvolvimento do corpo além de ser um divertimento.

Deixe as crianças brincarem. Assim elas terão mais saúde.



Previna acidentes

Existem algumas profissões que exigem o uso de equipamentos de proteção. Esses equipamentos são importantes, pois protegem você contra acidentes. Assim, é necessário usá-los quando estiver trabalhando.

Lembre-se que é para seu próprio benefício e segurança.



SANTO DO DIA






- 1 Q Sto. Afonso de Ligório
- 2 Q Sta. Angélica
- 3 S Sta. Lídia
- 4 S S. João M. Vianney
- 5 D Sto. Emídio
- 6 S Sta. Justa
- 7 T S. Caetano
- 8 Q S. Domingos
- 9 Q S. Romão
- 10 S S. Lourenço
- 11 S Sta. Clara
- 12 D S. Macário
- 13 S Sto. Hipólito
- 14 T Sta. Atanásia
- 15 Q S. Tarcísio
- 16 Q S. Roque
- 17 S Sta. Juliana
- 18 S Sta. Helena
- 19 D S. Luís/Assunção de N. Senhora
- 20 S S. Bernardo
- 21 T S. Pio X
- 22 Q S. Timóteo
- 23 Q Sta. Rosa de Lima
- 24 S S. Bartolomeu
- 25 S Sta. Lucila
- 26 D S. Zeferino
- 27 S Sta. Mônica
- 28 T Sto. Agostinho
- 29 Q Martírio de S. J. Batista
- 30 Q Sta. Gaudência
- 31 S S. Raimundo Nonato

1979

31 dias

agosto

FASES DA LUA

-  Crescente ... 01
-  Cheia 08
-  Minguante ... 14
-  Nova 22
-  Crescente ... 30

Datas comemorativas

Dia

- 12 - Domingo - Dia dos Pais
- 19 - Domingo - Assunção de N. Senhora

horóscopo

LEÃO

de 22/7 a 22/8



Signo de Fogo e Fixo-positivo. O Sol é o planeta regente e a pedra de sorte é o Diamante. Perfume: Essência de girassol. AMOR: Muito cuidado. Não tente dominar demais a pessoa amada. Seja compreensivo e tudo dará certo. SAÚDE: Não se canse demais fazendo muita coisa ao mesmo tempo, pois isso só poderá trazer aborrecimentos. DINHEIRO: Procure gastar menos, fazendo economia. Assim, terá meios de realizar bons negócios que surjam.



PARA A DONA DE CASA



Cozinhar todo mundo sabe; mas há uns segredinhos que precisamos conhecer e que nos ajudam a conservar o valor nutritivo dos alimentos.



COZINHANDO LEGUMES E VERDURAS

- Ⓢ *Preparar as hortaliças somente na hora de cozinhar.*
- Ⓢ *Cozinhá-las inteiras ou partidas em pedaços grandes, para evitar que percam as vitaminas e sais minerais.*
- Ⓢ *Cozinhar os legumes, sempre que possível, com casca.*
- Ⓢ *Não colocar bicarbonato na água em que for cozinhar as hortaliças, pois ele destrói as substâncias nutritivas do alimento.*
- Ⓢ *Colocar os legumes e verduras para cozinhar, somente quando a água já estiver fervendo.*
- Ⓢ *Cozinhar os vegetais (batata inglesa, cenoura, batata-doce, chuchu) em quantidade pequena de água com sal (2 colheres das de café por litro d'água) e com a panela tampada.*
- Ⓢ *Cozinhar repolho, couve-flor, cebola, nabos etc., que têm cheiro forte, em panela destampada e com bastante água.*
- Ⓢ *Colocar vinagre ou limão na água em que for cozinhar os vegetais vermelhos (beterraba, repolho roxo) na proporção de 1 colher das de sopa para um litro de água.*
- Ⓢ *Cozinhar as hortaliças de folha dura em panela destampada, com bastante água fervendo e por pouco tempo, para conservar a cor verde.*
- Ⓢ *Aproveitar a água em que foram cozidas as hortaliças para fazer arroz, sopas, molhos etc.*



RIA À VONTADE

*Chegando de surpresa em sua fábrica,
o patrão perguntou a um operário muito ocupado:*

- Há quanto tempo você trabalha aqui?
- Desde que vi o senhor descendo a escada.



PRIMEIROS SOCORROS

O que fazer em caso de MORDIDA DE COBRA?

— Mexa-se o menos possível. Nunca saia correndo. Os movimentos aumentam a circulação do sangue e o veneno se espalha pelo corpo.

— Tome as seguintes medidas, no máximo, até 30 minutos após a picada:

- amarre uma tira de pano, borracha ou embira, um pouco acima do local da picada, sem apertar muito;

- faça com uma agulha, canivete, alfinete ou mesmo com espinho, 15 a 20 furinhos em volta da picada, para deixar sair uma boa quantidade de sangue e de veneno;

- aperte e esprema, em volta da picada, para sangrar bastante;

- desamarre logo a tira de pano, borracha ou embira (não deve ficar mais de 10 minutos amarrada).

A pessoa mordida por cobra deve ser levada, o mais rápido possível, ao POSTO DE SAÚDE, sem se mover, para que o veneno não se espalhe pelo corpo. Lá, ela receberá o soro adequado.



Aproveite o excesso da safra de frutas e legumes

- Com as frutas, fazem-se compotas e doces em pasta.
- Com os legumes, fazem-se conservas e doces.
- Com os tomates, faz-se massa de tomate e doce.



FAÇA VOCÊ MESMO



Aproveitando sobra de madeira, você pode fazer o seu tamanco.

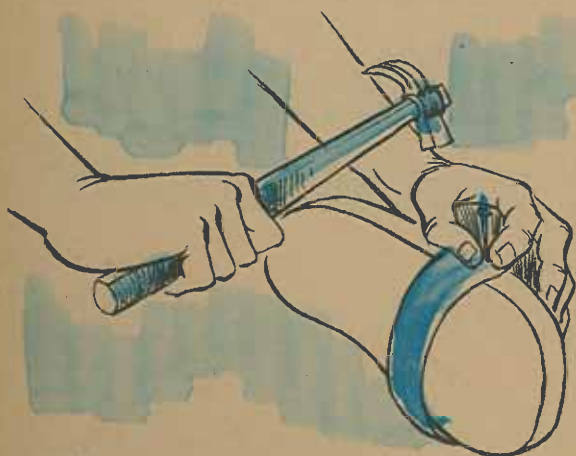
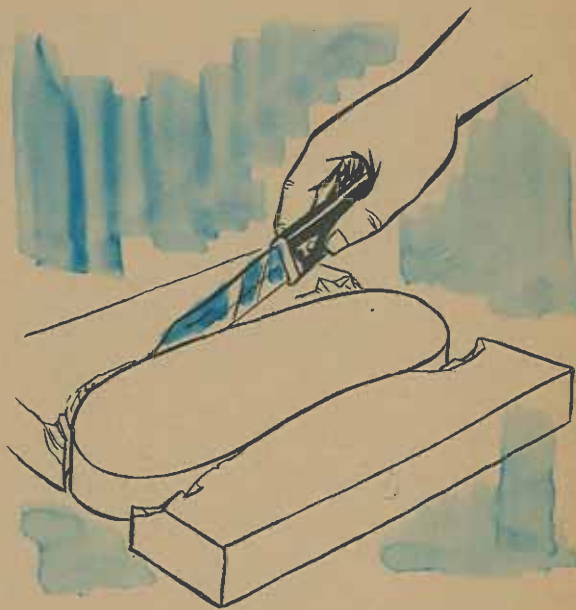


◆ *tire o molde dos pés num papel qualquer;*

◆ *recorte os moldes e coloque-os sobre a madeira. Com o auxílio do lápis, faça o contorno;*

◆ *desbaste a madeira com canivete ou faca bem amolada seguindo o desenho do lápis para fazer as solas;*

◆ *quando as solas já estiverem cortadas, passe a lixa de madeira para retirar todas as farpas;*



◆ *faça agora as tiras. Para isso, utilize qualquer material que você tiver em casa: pedaço de couro, lona, plástico grosso etc;*

◆ *para prender as tiras, bata alguns preguinhos em cada lado da sola.*





SANTO DO DIA

- 1 S Sto. Egídio
- 2 D Sto. Elpídio
- 3 S Sto. Gregório Magno
- 4 T Sta. Rosália
- 5 Q S. Bertino
- 6 Q Sto. Eugênio
- 7 S S. Clodoaldo
- 8 S Sto. Adriano/Natividade de N. Senhora
- 9 D S. Severiano
- 10 S S. Nicolau Tolentino
- 11 T Sta. Teodora
- 12 Q S. Silvino
- 13 S S. João Crisóstomo
- 14 S S. Cipriano
- 15 S N. Senhora das Dores
- 16 D Sta. Edite
- 17 S Sta. Ariádene
- 18 T Sta. Sofia
- 19 Q S. Januário
- 20 Q Sta. Fausta
- 21 S S. Mateus
- 22 S S. Maurício
- 23 D S. Lino
- 24 S S. Tirso
- 25 T Sto. Herculano
- 26 Q S. Cosme e Damião
- 27 Q S. Vicente de Paulo
- 28 S S. Venceslau
- 29 S S. Miguel, Gabriel, Rafael
- 30 D S. Jerônimo

1979

30 dias

setembro

FASES DA LUA

- Cheia 06
- ☾ Minguante . 13
- Nova..... 21
- ☾ Crescente . 29

Datas comemorativas

Dia

- 7 - Sexta-feira - Independência do Brasil
- 8 - Sábado - Dia Internacional da Alfabetização e Aniversário do MOBRAF
- 21 - Sexta-feira - Dia da árvore
- 26 - Quarta-feira - S. Cosme e Damião

horóscopo

VIRGEM

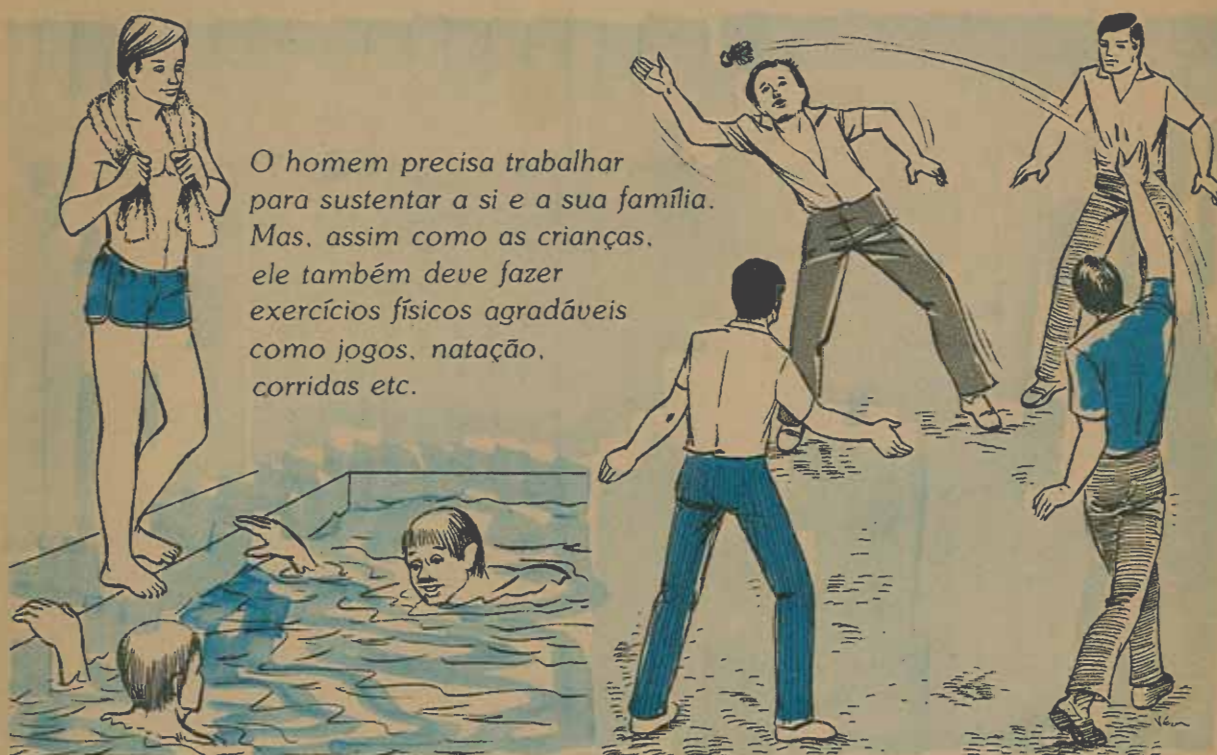
de 23/8 a 22/9



Signo de Terra e Móvel. Planeta regente: Mercúrio. Pedra de sorte: Jaspe. Perfumes: Verbena e Pinho. AMOR: Não seja tão crítico em relação à pessoa amada e aos amigos. Eles não vão gostar. Boas relações com Touro e Capricórnio. SAÚDE: Será boa, se cuidar do estômago e intestinos. DINHEIRO: Tudo bem em 1979, se você pensar bastante antes de gastar.

Proteja-se contra a raiva, protegendo seu cão.
Vacinando-o, você estará evitando esta doença que pode levar à morte.

ESPORTE É SAÚDE



O homem precisa trabalhar para sustentar a si e a sua família. Mas, assim como as crianças, ele também deve fazer exercícios físicos agradáveis como jogos, natação, corridas etc.

Desta forma, ele estará cuidando de sua saúde e melhorando sua disposição para o trabalho.



Não perca a oportunidade: verifique se perto de você, na sua cidade ou município, estão construindo pontes, estradas, escolas, hospitais ou instalando algumas indústrias.

Quem sabe aí você não encontra uma oportunidade de trabalho!...



SANTO DO DIA

- 1 S Sta. Teresa do Menino Jesus
- 2 T Stos. Anjos da Guarda
- 3 Q Sto. Evaldo
- 4 Q S. Francisco de Assis
- 5 S S. Plácido
- 6 S S. Bruno
- 7 D N. Senhora do Rosário
- 8 S S. Demétrio
- 9 T S. Dionísio
- 10 Q Sta. Eulália
- 11 Q S. Nicácio
- 12 S N. Senhora Aparecida
- 13 S Sto. Eduardo
- 14 D S. Calisto
- 15 S Sta. Teresa de Ávila
- 16 T Sta. Edviges
- 17 Q Sto. Inácio de Antioquia
- 18 Q S. Lucas Evangelista
- 19 S Sto. Isaac
- 20 S Sta. Celina
- 21 D Sta. Úrsula
- 22 S Sta. Córdula
- 23 T S. João de Capistrano
- 24 Q Sto. Antônio Maria Claret
- 25 Q Sta. Daria
- 26 S Sto. Evaristo
- 27 S S. Florêncio
- 28 D S. Simão
- 29 S S. Jacinto
- 30 T Sta. Zenóbia
- 31 Q S. Narciso



outubro



FASES DA LUA

- Cheia 05
- ☾ Minguante . 12
- Nova 21
- ☽ Crescente . 28



Datas comemorativas

- Dia
- 12 - Sexta-feira - Descobrimento da América/Dia da Criança
 - 14 - Domingo - Festa do Círio de Nazaré
 - 15 - Segunda-feira - Dia do Professor

horóscopo

LIBRA

de 23/9 a 22/10



Signo Cardinal e de Ar, Positivo. Vênus é o planeta regente. O perfume é Rosa e a pedra de sorte o Coríndon Azul. AMOR: Libra tem necessidade de encontrar cedo o seu companheiro e logo constituir um lar. Entretanto, esteja bem certo antes de escolher a pessoa. Use o seu equilíbrio. SAÚDE: Os rins poderão incomodar um pouco, mas não será nada muito sério. DINHEIRO: Novas idéias poderão dar bons resultados e render bastante.



RIA!

Essa não.

Professor:
Zequinha, por que os peixes não falam?

Aluno:
Ora, professor, porque se eles falassem
entraria água pela boca e morreriam.



COMO PROTEGER UMA NASCENTE

Proteja a nascente ou olho d'água conservando a mata ao redor, defendendo-a contra a queimada e contra o gado. Assim, você terá sempre ÁGUA PARA BEBER.

Você também deve construir uma caixa de proteção nessa nascente, para garantir que a água não seja contaminada pela poeira, pela sujeira de animais etc. Ao redor da caixa, faça uma cerca a fim de evitar a aproximação de animais maiores.

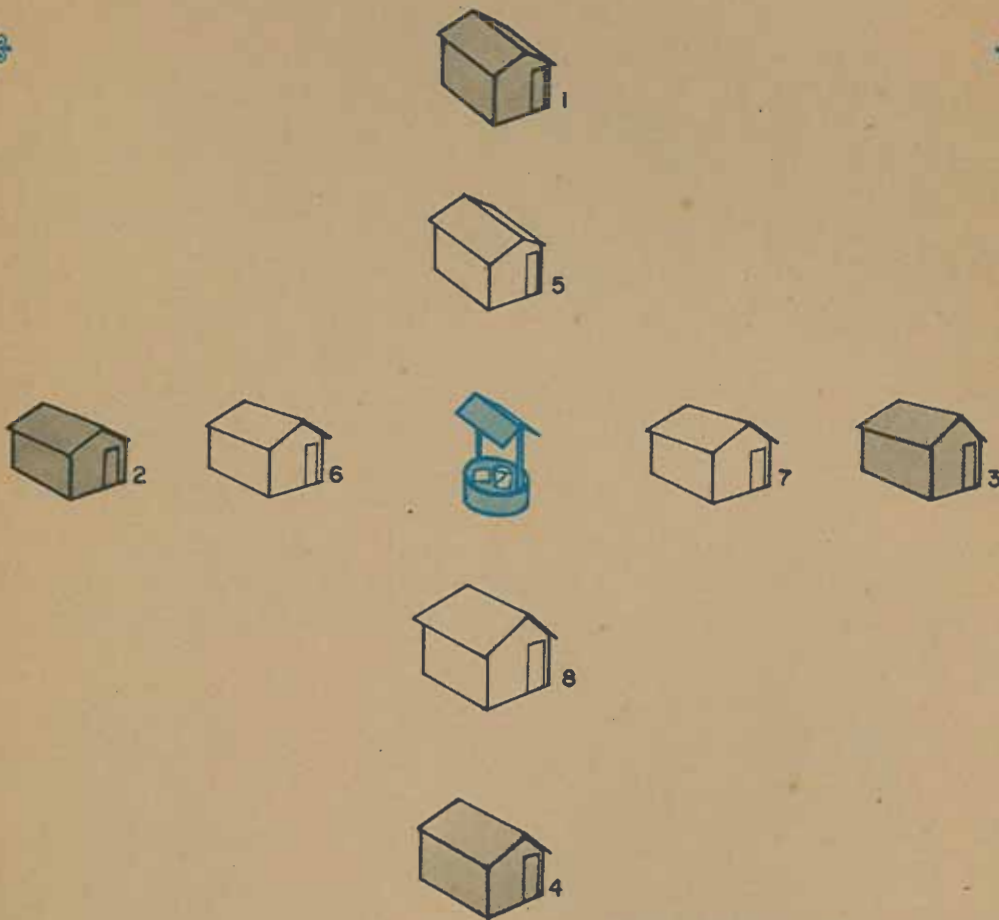


Seu local de trabalho deve ser sempre conservado limpo.
A limpeza e a segurança no trabalho andam de mãos dadas.

A CERCA

Em uma cidade, ao redor de um poço, construíram 8 casas, como mostra o desenho. As casas 1, 2, 3, 4 e o poço, pertencem a um dono, enquanto as casas 5, 6, 7 e 8 a outro dono.

Para separar as casas 1, 2, 3, 4 e o poço de sua propriedade, o primeiro dono construiu uma única cerca, deixando de fora as casas 5, 6, 7 e 8 do outro dono. Como foi construída a cerca?



SOLUÇÃO NA PÁGINA 40

Comunidade é a nossa cidade, nosso povoado ou distrito; é o conjunto das pessoas com quem vivemos, com quem trabalhamos e nos divertimos. Nela, cada um precisa do outro e todos são úteis uns aos outros!

VOCÊ GOSTA DE SUA COMUNIDADE?



QUANDO UM AJUDA AO OUTRO

Em certo lugarejo, as mães que trabalhavam na lavoura levavam seus filhos pequenos com elas, pois não tinham onde deixá-los. Essas crianças viviam constantemente doentes: não comiam em hora certa, ficavam muito tempo ao sol e, às vezes, tomavam chuva.



Para acabar com este problema, as mães resolveram que cada dia uma delas passaria a tomar conta de todas as crianças pequenas em sua casa. Assim, as outras mulheres poderiam trabalhar mais despreocupadas.



Esse exemplo verídico nos mostra como, com poucos recursos, podemos melhorar a vida.

A UNIÃO FAZ A FORÇA.



SANTO DO DIA

- 1 Q S. Licínio
- 2 S S. Vitorino/Finados
- 3 S Sta. Silvia
- 4 D S. Carlos Borromeu/Todos os Santos
- 5 S S. Zacarias
- 6 T S. Leonardo
- 7 Q Sta. Carina
- 8 Q S. Godofredo
- 9 S S. Salvador
- 10 S S. Leão Magno
- 11 D S. Martinho
- 12 S S. Josafá
- 13 T S. Diogo
- 14 Q S. Serapião
- 15 Q Sto. Alberto Magno
- 16 S Sto. Edmundo
- 17 S Sta. Isabel da Hungria
- 18 D Sta. Salomé
- 19 S Sta. Ponciana
- 20 T Sta. Edmunda
- 21 Q Sta. Clementina/Apres. de Maria
- 22 Q Sta. Cecília
- 23 S S. Clemente I
- 24 S Sta. Flora
- 25 D Sta. Catarina
- 26 S Sta. Belina
- 27 T Sto. Acácio
- 28 Q Sto. Urbano
- 29 Q Sta. Filomena
- 30 S Sto. André

1979

30 dias

novembro

FASES DA LUA

- Cheia 04
- ☾ Minguante . 11
- Nova 19
- ☾ Crescente . 26

Datas comemorativas

- Dia**
- 2 - Sexta-feira - Finados
 - 4 - Domingo - Todos os Santos
 - 15 - Quinta-feira - Proclamação da República
 - 19 - Segunda-feira - Dia da Bandeira

horóscopo

ESCORPIÃO
de 23/10 a 21/11



Signo Fixo e de Água, regido pelo planeta Marte. Pedra de sorte: Topázio. Perfumes: Hortelã e Pinho. AMOR: Dá-se bem com Câncer e Peixes e, este ano, deverá sentar mais a cabeça, não sendo tão inconstante. SAÚDE: Será boa, com disposição para divertir-se sempre. DINHEIRO: Pequenas dificuldades serão vencidas se você souber se controlar.

DIARRÉIAS NAS CRIANÇAS

A diarreia nas crianças é uma doença perigosa que, se não for tratada de maneira correta e a tempo, leva

à morte. Entretanto não é difícil evitá-la. Para isto basta tomar certos cuidados como:



- ◆ lavar sempre as mãos antes de cuidar da criança;
- ◆ conservar a mamadeira e os bicos sempre limpos, esaldando-os antes de usar;
- ◆ ferver a água de beber;
- ◆ ferver o leite da criança;
- ◆ lavar bem os alimentos, como verduras e frutas.

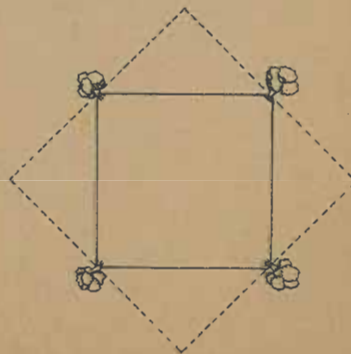
Porém, se apesar de todos esses cuidados seu filho sofrer uma diarreia, deixe imediatamente de dar a comida com a qual ele está acostumado. Troque-a por arroz e cenoura bem cozidos em caldo de carne, papinha de banana amassada ou maçã cozida. Dê-lhe bastante água filtrada e fervida, com um pouco de sal e açúcar —

para cada copo coloque uma colher de sobremesa de açúcar e uma colherinha de café rasa de sal. Fazendo assim, você estará devolvendo, ao corpo de seu filho, a água que ele perdeu pela diarreia.

Leve-o logo ao Posto de Saúde para receber o tratamento adequado.



O CURRAL
SOLUÇÃO DA PÁGINA Nº 8





SANTO DO DIA

- 1 S S. Lúcio
- 2 D Sta. Paulina
- 3 S S. Francisco Xavier
- 4 T Sta. Bárbara
- 5 Q S. Geraldo
- 6 Q S. Nicolau
- 7 S Sto. Ambrósio
- 8 S Imaculada Conceição
- 9 D Sta. Leocádia
- 10 S Sta. Eulália
- 11 T S. Damásio
- 12 Q N.S. Guadalupe
- 13 Q Sta. Luzia
- 14 S S. João da Cruz
- 15 S S. Fortunato
- 16 D Sta. Albina
- 17 S S. Lázaro
- 18 T S. Basiliano
- 19 Q Sta. Têia
- 20 Q Sta. Domínica
- 21 S S. Glicério
- 22 S S. Dídimo
- 23 D Sta. Vitória
- 24 S Sta. Irma
- 25 T S. Natalino/NATAL
- 26 Q Sto. Estêvão
- 27 Q S. João Evangelista
- 28 S Stos. Inocentes
- 29 S S. Tomás Becket
- 30 D S. Donato/Sagrada Família
- 31 S S. Silvestre I



1979

31 dias

dezembro



FASES DA LUA

- Cheia 03
- ☾ Minguante .. 11
- Nova 19
- ☽ Crescente ... 26



Datas comemorativas

- Dia -
- 8 - Sábado - Imaculada Conceição
- 24 - Segunda-feira - Véspera de Natal
- 25 - Terça-feira - Natal
- 31 - Segunda-feira - Véspera de Ano Novo

horóscopo

SAGITÁRIO
de 22/11 a 21/12



Signo de Fogo e Móvel. Planeta regente: Júpiter. Pedra: Turquesa. Perfumes: Sândalo e Lírio. AMOR: Dá-se bem com Áries e Leão. Grande desejo de conhecer novas pessoas e de mudar. SAÚDE: Bastante disposição para tudo, sem maiores problemas. DINHEIRO: Não gaste demais sem pensar bastante, pois poderá haver dificuldades.

Cuidando de seus dentes você estará evitando a cárie, ajudando, assim, o seu organismo a aproveitar melhor os alimentos, além de garantir um sorriso bonito.

FALANDO DE MEDIDAS...

PESOS E MEDIDAS BRASILEIRAS

1 ONÇA	28,6 g
1 ARROBA	14,7 kg
1 BRAÇA	2,2 m
1 LÉGUA (3.000 BRAÇAS)	6,6 km
1 ALQUEIRE (PAULISTA)	24.200 m ²
(5.000 braças quadradas)	
1 ALQUEIRE (MINEIRO)	48.400 m ²
(10.000 braças quadradas)	
1 ALQUEIRE (DO NORTE)	27.225 m ²

O MOBREAL dispõe de Balcões de Emprego em vários municípios de cada Estado. Eles funcionam nos Postos Culturais do MOBREAL, nas Comissões Municipais do MOBREAL ou em local próprio.

Vá até lá e se informe sobre as oportunidades de emprego que ele lhe oferece.

Aprenda mais essa

A forma mais correta de eliminar os micróbios que podem existir no leite é deixá-lo no fogo por uns três minutos após fervê-lo. Com uma colher de pau, vá mexendo sem parar.

Lembrete

Ao trabalhar com inseticidas ou outros produtos químicos:

- Proteja sua mãos com luvas.
- Veja a direção do vento para que o inseticida não caia sobre você.
- Não jogue os produtos químicos nos rios ou córregos.
- Não deixe o inseticida ou produto químico perto das crianças.

DIVERTIMENTO

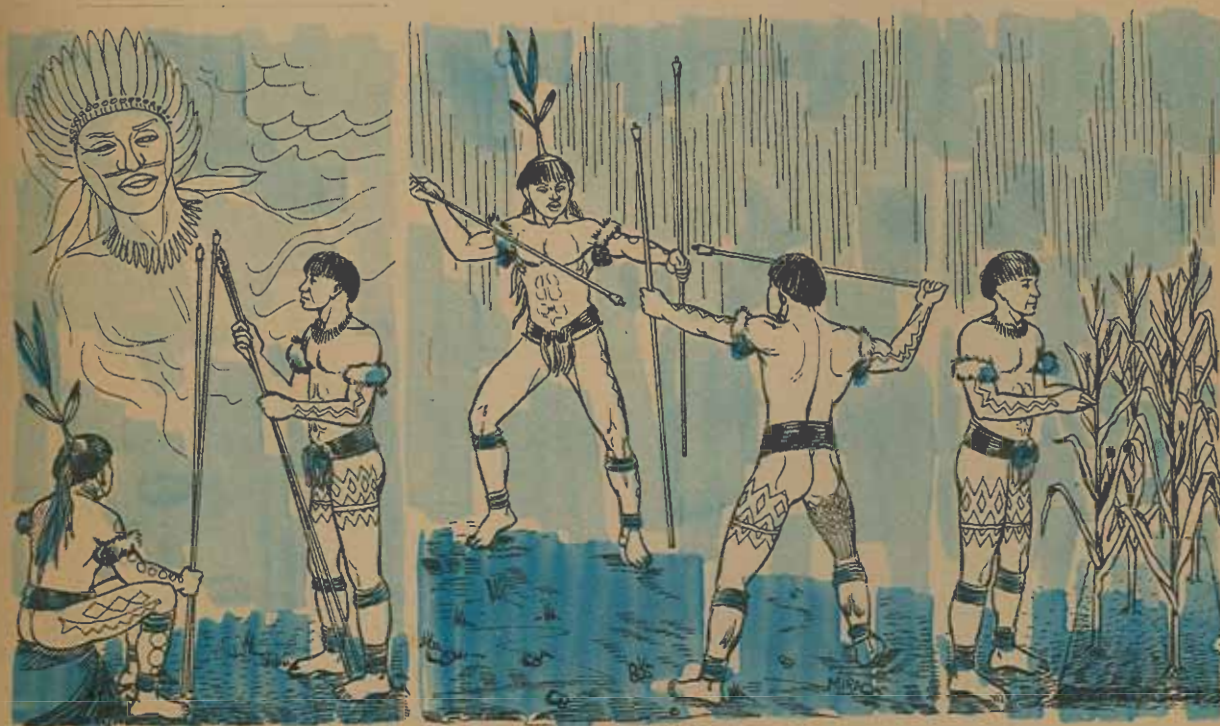
Um lavrador, para capinar um roçado, leva 80 minutos no verão e 1 hora e 20 minutos no inverno. Como é que você explica isto?

1 hora e 20 minutos é a mesma coisa que 80 minutos.

RESPOSTA:

UMA LENDA SOBRE O MILHO

O milho, que é originário da América do Sul, aparece na história de vários de seus povos, ligado à religião. Existem muitas lendas que explicam seu aparecimento. Uma delas, dos índios Guaranis, diz que, certa vez, dois guerreiros, esfomeados e cansados, receberam a visita de um grande espírito. Este propôs que os dois lutassem até a morte e o que morresse seria sepultado. De sua cova nasceria, então, uma planta que serviria como comida e como bebida.



O que morreu no combate foi Avati, e de sua sepultura brotou o milho, que, na língua Tupi, também é Avati.



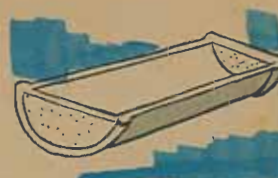
MIL E UMA UTILIDADES PARA O BAMBU *



CANECA



PORTA-ESCOVA



GAMELA

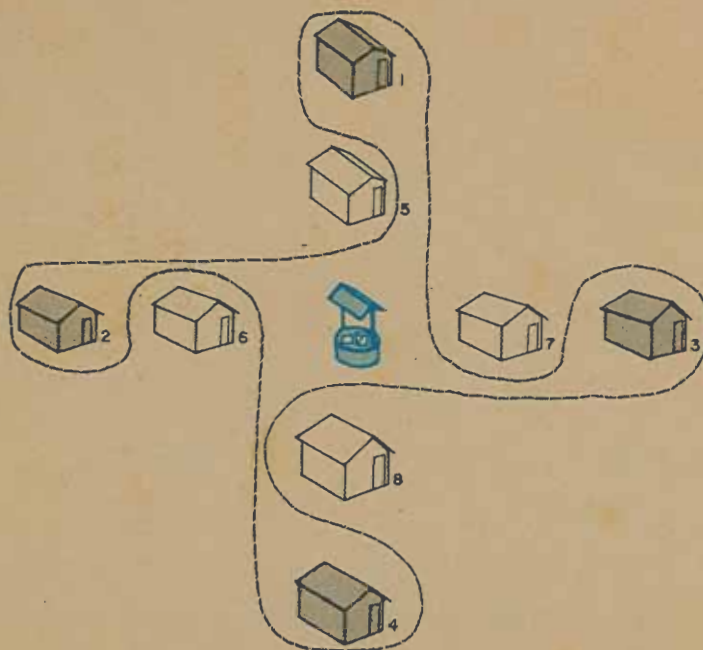
pode ser levada ao forno

VOCÊ CONHECE OUTRAS?

* Estas e outras idéias você encontrará na coleção "Cada Cabeça é um Mundo" disponível nos Postos Culturais do MOBRAL.



SOLUÇÃO DA PÁGINA 33 – A CERCA



Previna-se dos acidentes no seu trabalho. Conheça as práticas de segurança necessárias a sua proteção.

ELABORAÇÃO

Gerência de Educação Comunitária para a Saúde – GEPES

COLABORAÇÃO

Gerência Pedagógica – GEPED

Gerência para Programas de Ação Comunitária – GEPAC

Gerência de Profissionalização – GEPRO

Centro Cultural – CECUT

Projeto de Tecnologia da Escassez

Grupo Especial da Campanha Esporte para Todos – GECET

PROGRAMAÇÃO VISUAL

GEPED/SETED

ILUSTRAÇÕES

Miro

Ministério da Educação e Cultura – MEC
Fundação Movimento Brasileiro de Alfabetização – MOBRAF