

Pim e a maravilhosa maçã



PIM E A MARAVILHOSA MAÇÃ

Edição: Jornal do Centro

Texto Jornal do Centro / Luís Belo

Ilustração: Luís Belo

Design gráfico: Miolo e Meio

Depósito Legal:

ISBN: 978-989-54150-0-7

1.ª edição, Novembro 2019



A colorful illustration of a scene in a tree. On the left, a blue and yellow bird with a white face and a red beak is perched on a branch. In the center, a squirrel with a brown body and a long, bushy tail is sitting on a branch, holding a red apple. On the right, a green grasshopper is visible on a branch. The tree has a thick brown trunk and several branches with green leaves and red apples. The background is a light green color with a white dotted pattern at the bottom.

De todas as árvores no seu horizonte, um valente chapim azul escolheu viver num recanto de uma macieira, num pequeno pomar.

No topo desta árvore esquivo-me dos gatos e não receio os esquilos! Melhor ainda, tenho sempre o que petiscar, com todas estas maçãs e alguns grilos.

Pim, como gosta de ser conhecido, por vezes come insectos, mas é a sua paixão pelas maçãs que o distingue de todos os outros.

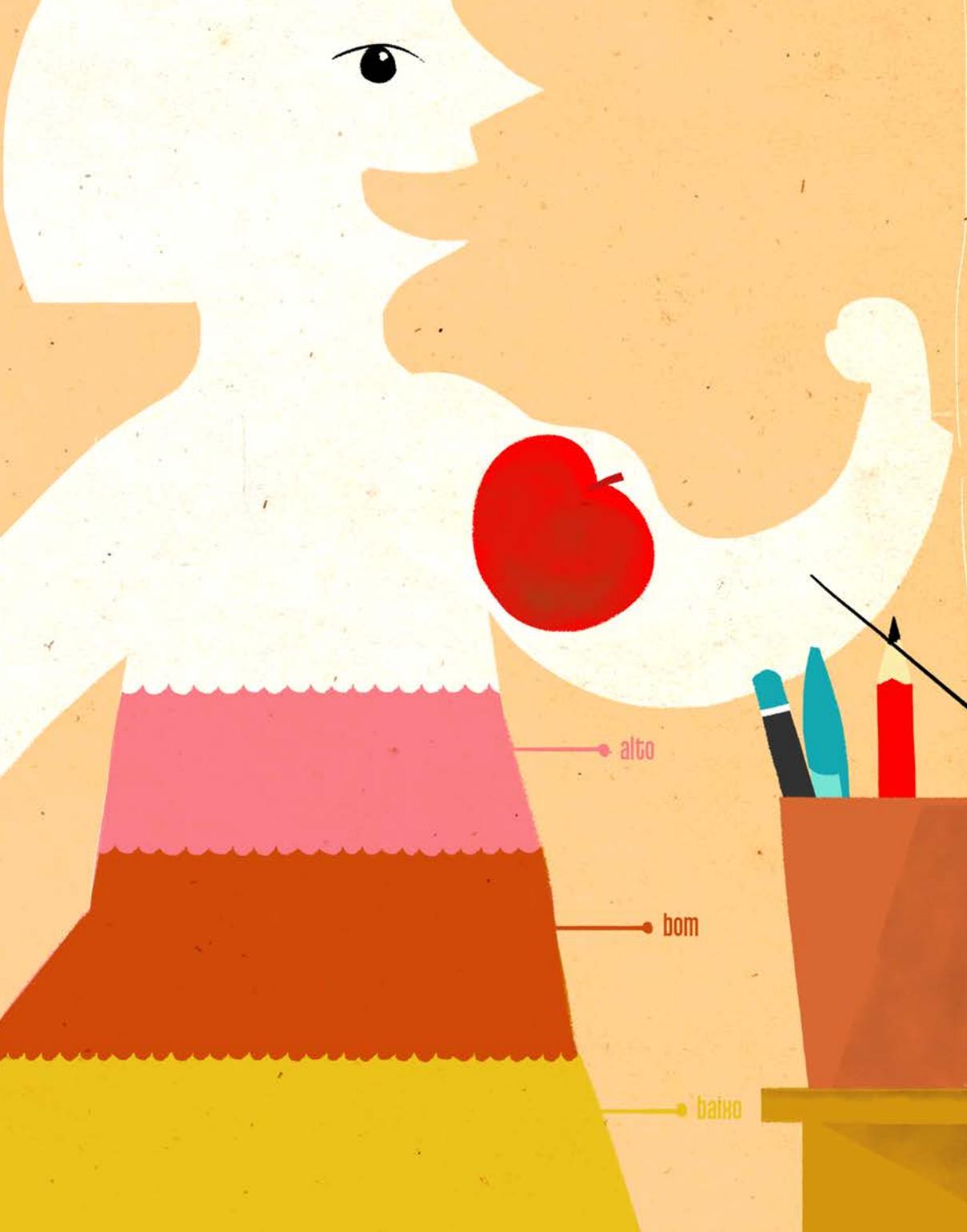
– Em Agosto e Setembro são mais crocantes e coloridas, dão-nos sais minerais, fibras e imensas vitaminas. É esse o meu segredo para ser saudável, uma maçã por dia e sinto-me formidável.





Este pequeno chapim mais parece uma enciclopédia:
– Sabiam que a maçã limpa as gengivas e reduz as cáries?
Assim não há tragédias, só dentes impecáveis.





– A maçã tem outro poder especial, mantém os níveis de açúcar no seu sítio natural. Sabes, por vezes, sinto-me forte como um gigante, mas a minha linha é bastante elegante.

Pim, como é que sabes tanto?

– Eu já disse, as maçãs são um encanto! Queres uma boa digestão? A maçã cuida do teu intestino, funciona tudo na perfeição.



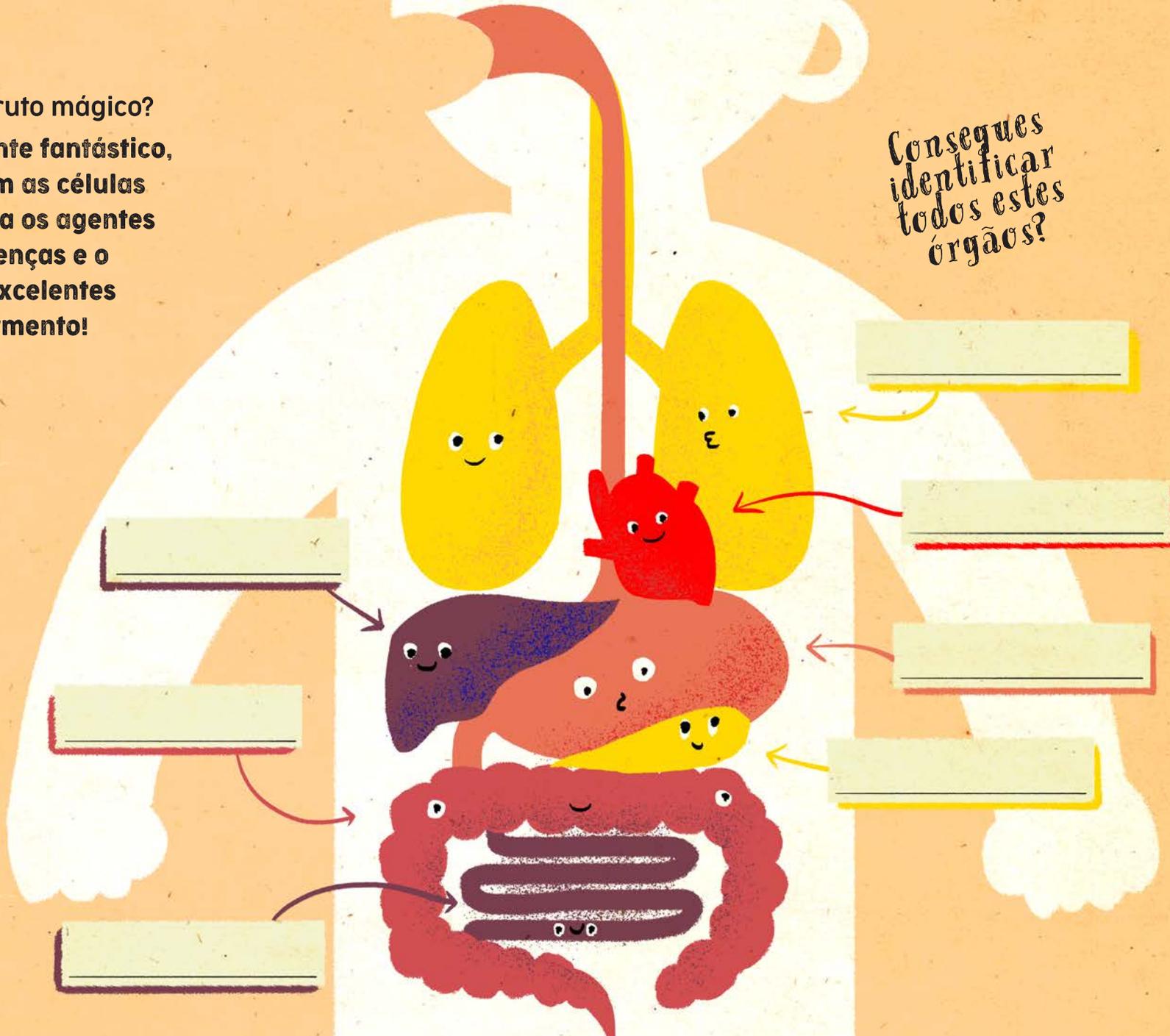
alto

bom

baixo

Mas isto é algum fruto mágico?
– É verdadeiramente fantástico,
as maçãs protegem as células
do teu corpo contra os agentes
que causam as doenças e o
envelhecimento. Excelentes
para evitar um tormento!

Consegues
identificar
todos estes
órgãos?



[Empty label box]

Eu adoro comer maçã assada, desidratada em compotas ou numa deliciosa salada.

– E são ideias perfeitas. Ainda tens os molhos, purés, recheios, bolos e outras receitas.



Receita de Maçã *Escreve com os teus pais!*

A series of horizontal lines on a yellow notepad, intended for writing a recipe.



**Já eu prefiro comer a casca,
onde estão grande parte das suas
propriedades, e se passa mais que
um dia, fico logo com saudades.**





Quero crescer
como tu, forte,
destemida e
inteligente.

Pinta
o Pim!

Agora tens o meu segredo,
conta a toda a gente:
Uma maçã na barriga é
a nossa melhor amiga.



— UMA EDIÇÃO —



O Jornal do Centro é, acima de tudo, informação. Com este livro, inicia-se uma coleção cujo intuito é promover a alimentação saudável e informar os mais pequenos das várias vantagens daquilo que comemos.

Em “Pim e a Maravilhosa Maçã”, um pequeno chapim azul partilha connosco a sua paixão pela maçã e os benefícios associados ao seu consumo. É um manual com linguagem simples e imagens exclusivas, pensadas para cativar a atenção e interação dos seus leitores.

Acreditamos que as crianças podem aprender brincando e que o seu entusiasmo pode também contagiar e educar os adultos.

APOIO INSTITUCIONAL



APOIO

