

as aventuras dos  
**FARRÖBINHAS**

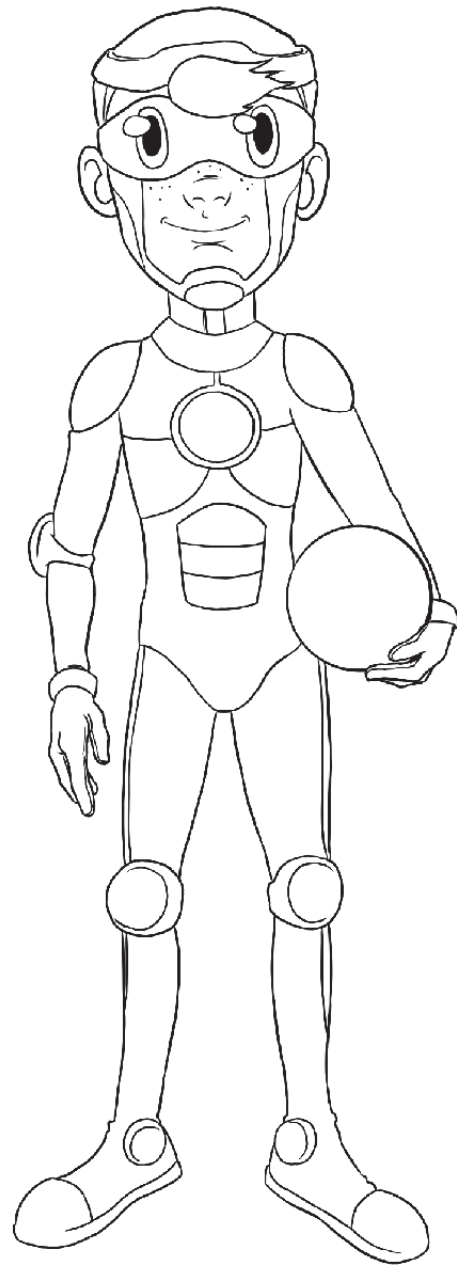
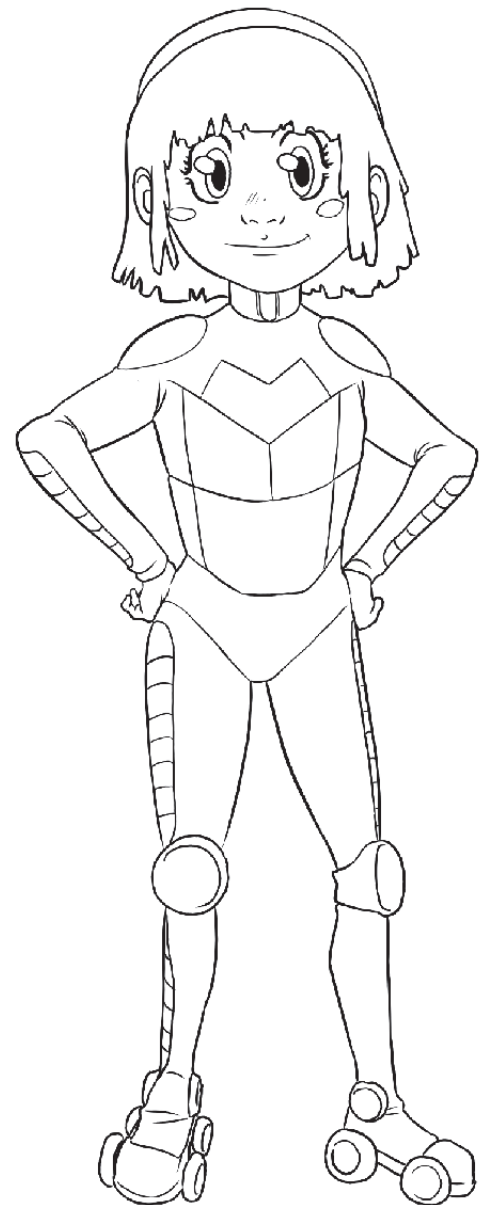
# CAMPÕES INTERGALÁCTICOS

campeões intergalácticos



2019 © Farrobinhas

as aventuras dos  
**FARRÖBINHAS**



## Ficha Técnica

Projeto “**As Aventuras dos Farrobinhas**”  
Título do Livro “**Campeões Intergaláticos**”  
Ano **2019**

Conceção e Produção para **Município de Faro**  
Coordenação do Projeto de **Paulo Santos**  
Coordenação Técnica de **Margarida Jesuíno, Nuno Silva e Sandra Guerreiro**  
(**Divisão de Comunicação e Marca**)

Conceção e Produção de **Associação de Designers do Sul**  
Direção Criativa de **Bruno Boto**  
Storyboard & Conceitos Visuais de **Fernando Madeira**  
Ilustração a Lápis de **Carlos Rocha**  
Ilustração a Caneta de **Paulo Montes**  
Pintura & Arte Final de **Filipe Coelho**  
Design & Pintura Base de **Carolina Mexias e Catarina Ramos**

Texto de **Filipe Coelho**  
Revisão de Texto por **Bruno Boto e Rita Guapo**  
Revisão Final por **Sandra Martins (Biblioteca Municipal de Faro)**

Impressão de **Gráfica Maia Douro**  
Tiragem de **5000 exemplares**  
Depósito legal: **464 060/19**  
**Distribuição gratuita**

## Bom Natal!

Não é apenas de filhoses, troncos de chocolate e mesas fartas que se faz o Natal. Não é sequer dos enfeites e do frenetismo, do barulho das luzes e de uma árvore repleta de embrulhos. O Natal, na sua essência, dispensa o protagonismo do que é efémero, revelando-se na grandeza das pequenas coisas: o Natal é, tão só e apenas, um sentimento. Talvez por isso esta deva ser cada vez mais uma época de pensamento, em nós e nos outros, uma época de introspecção e abertura, onde a tradicionalidade do “dar e receber”, se revele em preocupação e carinho, em comunhão e proximidade, em humanismo e comunidade.

Assim sendo, os heróis desta nova geração fareense, regressam este Natal para nos lembrar de coisas bem mais simples e importantes: a nossa saúde, a prática desportiva e o exercício físico. Levam-nos numa viagem pelos desafios das cidades contemporâneas e que as novas tecnologias nos apresentam. Alertam-nos para o consumismo frenético que a virtualidade das redes sociais nos impõe.

E o que é o Natal senão isto: lembrarmo-nos do que importa, enquanto pessoas e comunidade, para que muitos nатаis se conheçam e muitos sorrisos se repitam!





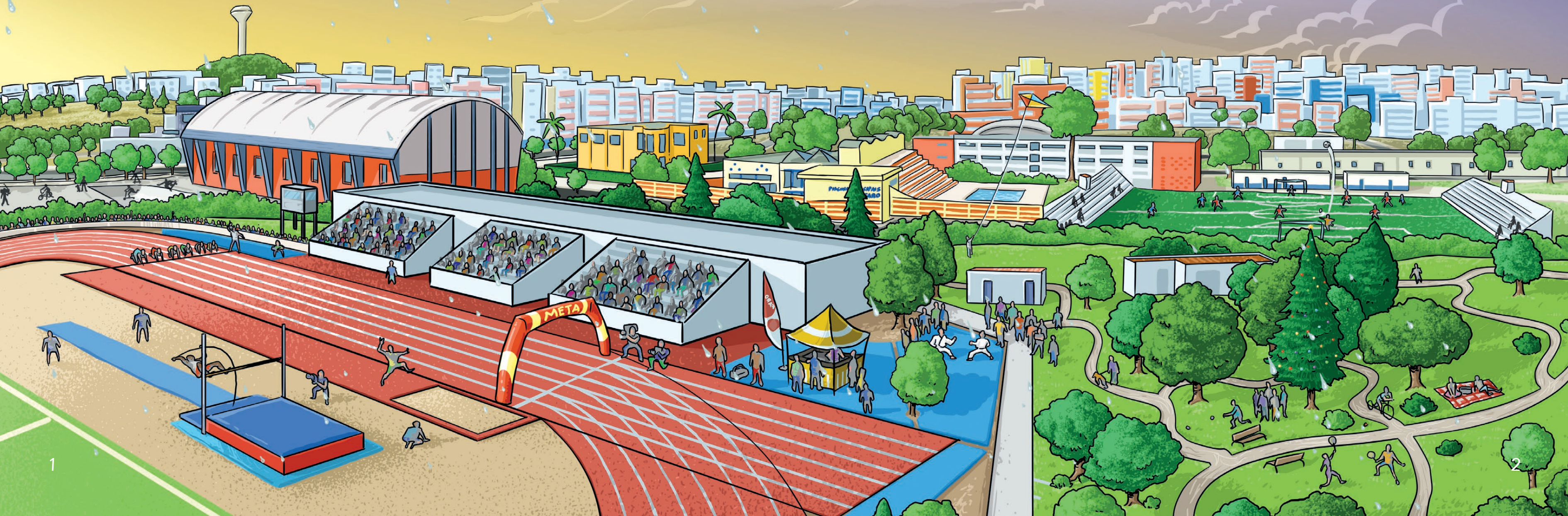
as aventuras dos  
**FARRÖBINHAS**

© 2019 Município de Faro

# CAMPÕES INTERGALÁCTICOS



A cidade despertou debaixo de uma chuvinha de Inverno. Era o primeiro sábado do ano e todos se preparavam para receber o grande prémio dos Reis, uma prova de atletismo muito importante. Este ano seria a primeira vez que o Afonso iria participar na prova, no escalão infantil e, como tal, a emoção sentida era muito grande.



As corridas deram início logo pela manhã, com o Afonso a mostrar-se em forma, mesmo depois de todas as rabanadas da avó Lurdes devoradas durante o Natal. A Ana aplaudia entusiasticamente o irmão, enquanto o Eugénio parecia comportar-se de uma forma estranha, carregando consigo uma enorme máquina repleta de luzinhas e botões, sem tirar o olhar do grupo de pessoas que ali se juntara para assistir à corrida...

- Olha, olha Eugénio! O Afonso está quase a chegar aos lugares da frente! – gritou Ana, sem contudo obter a atenção do Eugénio, que parecia distante, como se tivesse sido hipnotizado. No final da corrida, familiares e amigos dos atletas celebram a entrega das medalhas...

- Parabéns maninho! - disse Ana, enquanto o abraçava. - Estou tão orgulhosa de ti!

- Sim, quase que conseguia ganhar a corrida, mas o Manuel é um excelente corredor, mereceu o primeiro lugar! - respondeu o Afonso.





– Mas Ana... onde está o Eugénio? E o Farroba?

- Não sei, estava aqui há pouco, mas digo-te que estava um pouco estranho...e sem o Farroba. - respondeu-lhe a Ana

- Olha! Ali vai ele! Para onde irá? - questionou Afonso.

Determinados em partilhar o momento da celebração com o Eugénio, Ana e Afonso apressam-se para não o perder no meio da multidão. Mas o Eugénio caminhava muito rápido, sem tirar os olhos do ecrã da sua engenhoca, enquanto a apontava a todas as pessoas que estavam a usar os seus telemóveis ou outros aparelhos eletrónicos.

- Realmente, o Eugénio está muito estranho! - comentou Afonso.

- Eu avisei-te! – reforçou a Ana. - E agora repara como as pessoas parecem ficar desnorteadas depois de lhes apontar a maquineta... Estranho, não? Por onde Eugénio passava as pessoas começavam a chocar umas contra as outras e a tropeçar...

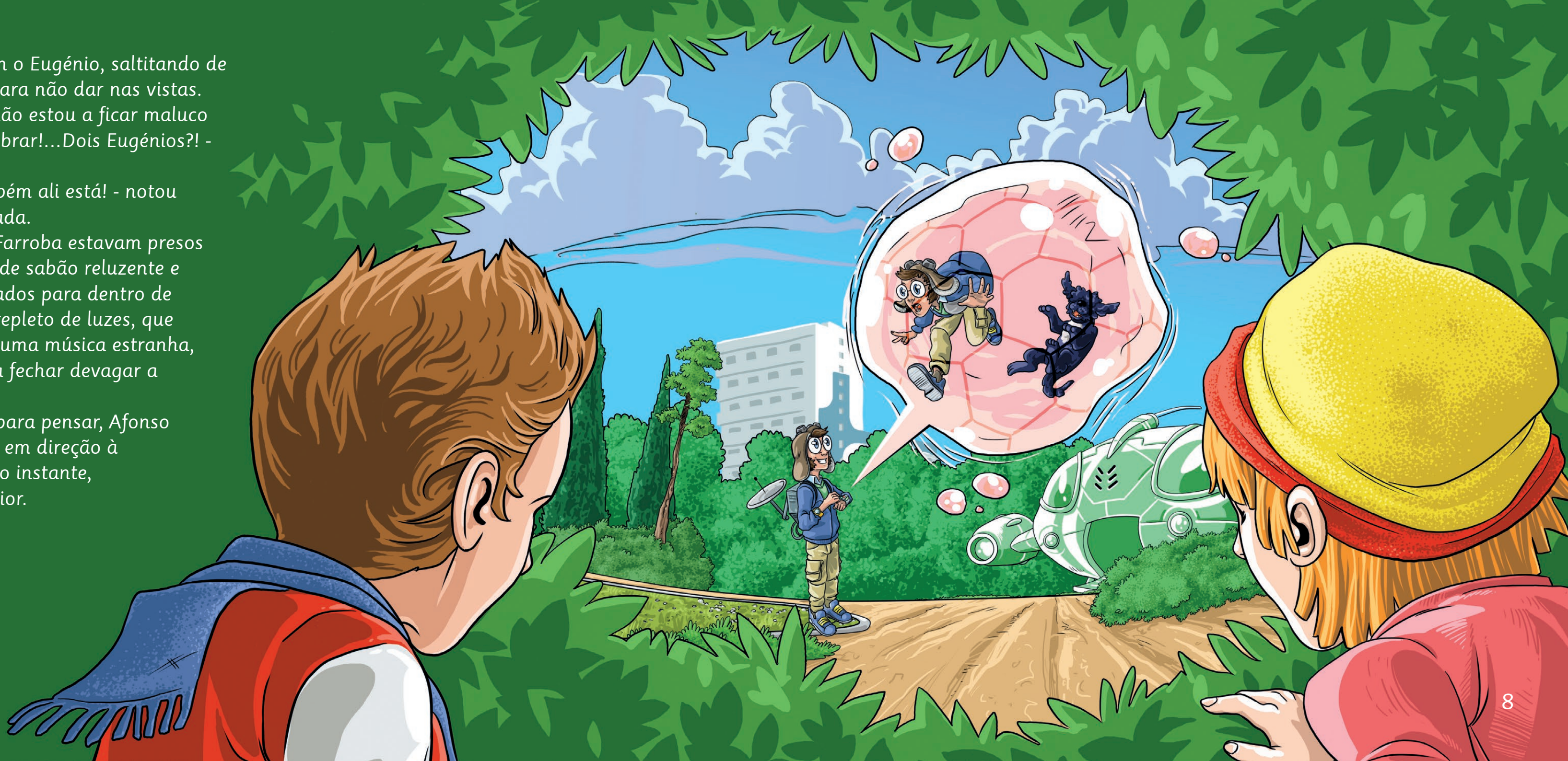
Ana e Afonso seguiram o Eugénio, saltitando de arbusto em arbusto, para não dar nas vistas.

- Ana, diz-me que eu não estou a ficar maluco e não estou a ver a dobrar!...Dois Eugénios?! - exclamou Afonso.

- Olha o Farroba, também ali está! - notou Ana um pouco assustada.

Um dos Eugénios e o Farroba estavam presos numa espécie de bola de sabão reluzente e eram agora transportados para dentro de um estranho veículo, repleto de luzes, que os acolheu ao som de uma música estranha, para depois começar a fechar devagar a plataforma levadiça.

Sem ter muito tempo para pensar, Afonso puxou a irmã e correu em direção à nave, para, num último instante, saltar para o seu interior.





Já no interior da nave, as formas e os materiais exóticos faziam adivinhar que se tratava de um veículo de outro mundo. Enquanto procuravam pelos amigos, os irmãos olharam por uma escotilha e perceberam que estavam a sair da órbita terrestre em direção ao espaço sideral! Que visão espetacular aquela do planeta Terra a afastar-se ao longe...

- Para onde vamos? - perguntou Ana receosa.

- Não sei, mas agora precisamos de encontrar o Eugénio e o Farroba, para depois, em conjunto, pensarmos numa ideia brilhante para resolver esta alhada em que nos metemos.

- Parece-me ouvir o Farroba. Por aqui!

- Estão bem? - perguntou Ana de imediato, enquanto Afonso soltava os amigos.

- Sim, estamos! Apenas um pouco abalados pelo campo de forças. - respondeu Eugénio.

- Arf, Arf! - ladrou alto o Farroba, que parecia muito zangado!

- Baixinho Farroba, que ainda nos descobrem! - pediu Eugénio. Veio tarde o pedido, porque de súbito, os Farrobinhas viram surgir de uma das portas, uma criatura digna de um filme de ficção científica...





Parecia zangado e com o pressionar de um comando voltou a prendê-los, sem sequer lhes dirigir palavra, para depois desaparecer rapidamente.

- E agora, que nos vai acontecer? - perguntou preocupada a Ana.

- Não sei bem - respondeu o Eugénio. - ... Ontem, enquanto eu e o Farroba observávamos o céu com um telescópio, rasgou os céus um estranho meteorito, que nos pareceu cair mesmo em Faro. Saímos à sua procura, encontrámos a nave e este extraterreste a fazer o reconhecimento do local. Assim que o Farroba ladrou, ele viu-nos e capturou-nos. E pelos vistos fez-se passar por mim, levando a maquina.

- Se calhar estão a preparar uma invasão para nos roubar as ideias! - sugeriu Afonso.

- Poderá ser! - diz Eugénio introspetivo. - Acho que vamos ter a nossa resposta em breve!

Finalmente sentiram a nave parar. Da porta surgiu o extraterrestre, que os soltou.

- Eu sou o General Buédabaril, do império Buédabuédafixe, pertencente à Galáxia Catavento. Fui numa missão secreta ao vosso planeta para recolher energia dos terráqueos, necessária para os nossos atletas, que agora se preparam para participar nos grandes jogos intergaláticos. Entretanto tive de vos prender, calculando que fossem espíões!

- Espíões?? - questionou Ana um pouco zangada. - Nós só queríamos salvar os nossos amigos!

- Isso agora não interessa! O chefe-supremo Buédalíder decidirá o vosso destino.

Os Farrobinhas seguiram o General pela cidade, admirados com as cores e as formas, os edifícios, os veículos de transporte e claro, os habitantes daquele planeta tão diferente, que pareciam tão surpreendidos como eles. Alguns tiravam-lhes fotografias, outros ficavam só a olhá-los à distância, enquanto que outros desmaiavam ou fugiam apavorados.

- Uau...vejam só! Andam todos em cima de skates e outras engenhocas automatizadas! – exclamou o Afonso, já a imaginar-se passear numa delas.

- Deve ser por isso que precisam tanto de ir roubar a energia de outros planetas!

- comentou Ana. - Talvez apenas lhes falte fazer um pouco mais de exercício e andar a pé, por exemplo.

- Bem observado. Reparem na quantidade de equipamentos eletrónicos que possuem. Ou muito me engano ou estamos perante uma sociedade viciada em tecnologias. – concluiu Eugénio rapidamente.





Depressa chegaram ao grande Conselho, onde seriam julgados pelo chefe-supremo.

- Oh chefe-supremo Buédalíder...trago-vos aqui estes espiões do outro mundo, que quase comprometeram a nossa nobre missão - proclamou o General, fazendo uma vénia. O holograma do chefe-supremo surgiu perante os Farrobinhas:



- O que têm a dizer, terráqueos, sobre a acusação que em vós recai? - perguntou o grande Líder.

- Que estão totalmente enganados! - respondeu bruscamente Ana. - Apenas queríamos salvar os nossos amigos do General - concluiu.

- Ah! Ah! Ah! Acham mesmo que conseguiriam estragar os nossos planos e derrotar o nosso grande General? - Todos se riram no grande Conselho.

- Ah, de certeza! - retorquiu Afonso. - A vossa vantagem são apenas as tecnologias. Sem elas certamente se tornam mais fracos, pesados e menos ágeis. É por isso que precisam de ir roubar a energia de outros planetas.

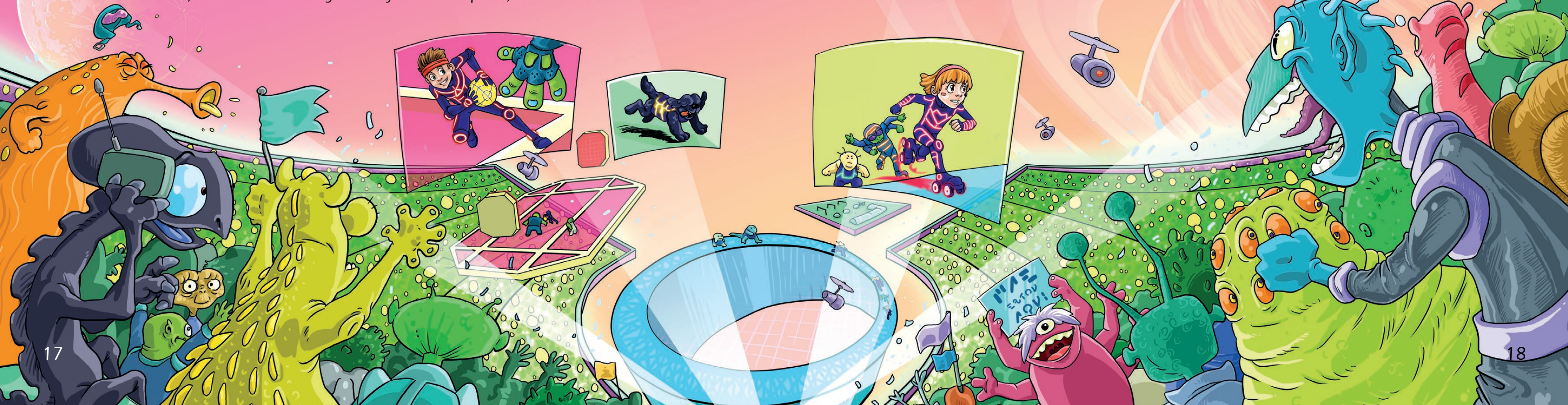
- Como ousas falar assim, terráqueo?? - interpelou zangado o grande Líder.

- Segundo percebemos, nos próximos dias irão realizar-se os jogos intergaláticos. - lançou Eugénio. - Proponho que nos deixem participar e, caso consigamos a vitória, levam-nos imediatamente de volta ao nosso planeta.

- Hummm, interessante... Desafio aceite! - afirmou o grande Líder. - Pela honra e glória do império Buédabuédafixe e do nosso grande General!

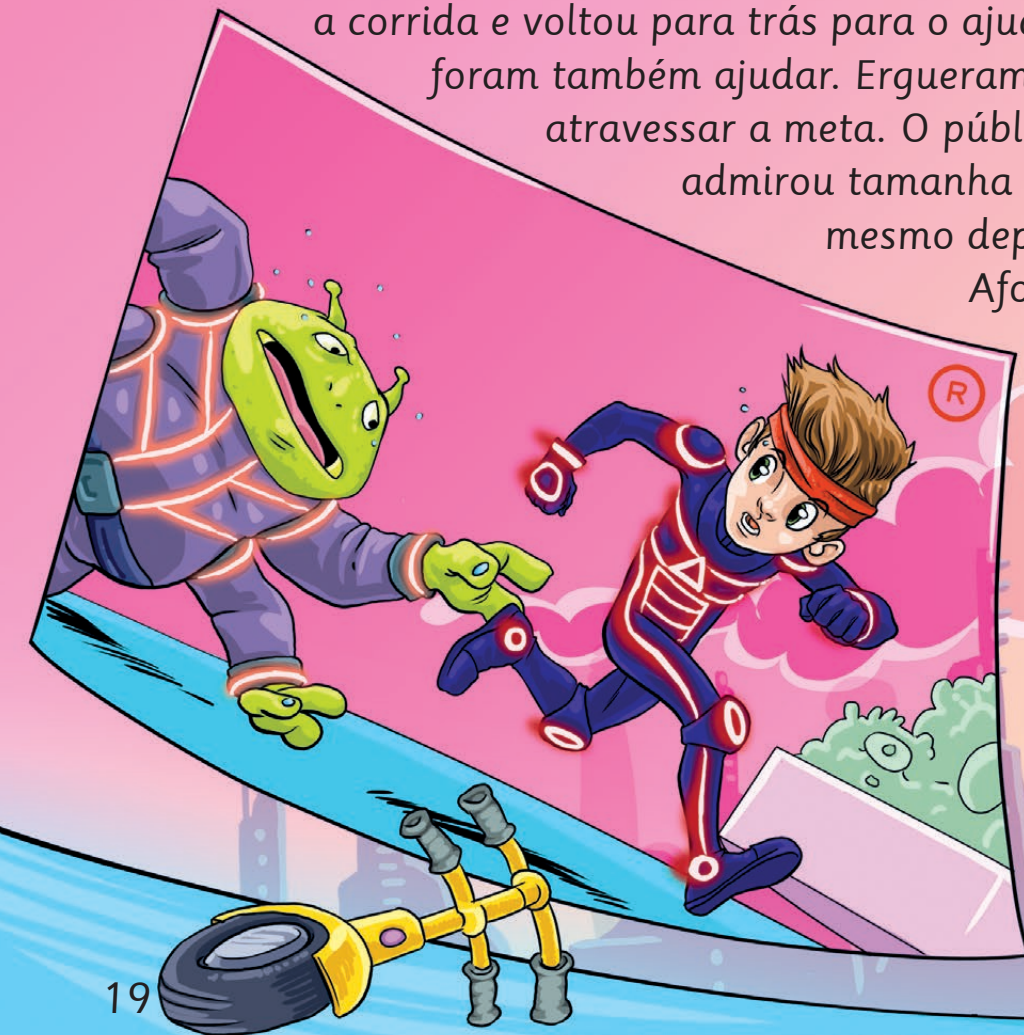
Os Jogos deram início, reunindo atletas de todas as galáxias do império. As bancadas estavam repletas de extraterrestres, que festejavam exuberantemente cada momento. Nas respetivas arenas já se encontravam os Farrobinhas, equipados a rigor a representar o planeta Terra, prontos a competir em várias modalidades. A Ana na patinagem galáctica, o Afonso no lançamento de esfera estelar e o Farroba na ultracorrída de quatro patas. O entusiasmo era enorme e bem presente na alegria do público nas bancadas. O Eugénio acompanhou o grande Líder na poltrona VIP, partilhando com este alguns dos segredos da autoenergia ilimitada dos terráqueos, como por exemplo praticar atividade física todos os dias, como andar, nadar ou apenas brincar, ter uma alimentação equilibrada, variada e rica, sobretudo em vegetais e frutas da época, bem como beber muita

água, e partilhar bons momentos com a família e amigos. Já o chefe-supremo confessou ao Eugénio que o Império enfrentava um período difícil, devido ao grande avanço tecnológico. O estilo de vida dos seus cidadãos tinha-se tornado menos saudável, todos tinham ficado mais preguiçosos, ao ponto de serem incapazes de andar, e muitas vezes ligados ao monitor que lhes consome a energia ou o tempo para brincar. Eugénio compreendeu a tristeza do chefe-supremo, o que o fez pensar, por momentos, se o mesmo poderia já estar a acontecer no planeta Terra.



O entusiasmo crescia na plateia, chegava o momento da grande corrida intergaláctica; o Afonso sentia-se confiante na linha da partida, lançando-se num sprint vigoroso ao sinal sonoro. Ao seu lado corria também o General Buédabartil, que parecia ter os níveis energéticos muito em baixo, o que fez com que fosse rapidamente ultrapassado pelo Afonso. Não contente com essa possibilidade, o General saltou e tentou, sem sucesso, agarrar o Afonso, caindo violentamente no chão e torcendo o tornozelo. Afonso, já lançado na corrida, olhou para trás e assim que percebeu que o General tinha caído, interrompeu a corrida e voltou para trás para o ajudar. A Ana, o Farroba e até o Eugénio, foram também ajudar. Ergueram o General e juntos, conseguiram atravessar a meta. O público nas bancadas de repente calou-se e admirou tamanha demonstração de solidariedade e *fair-play*, mesmo depois do General ter tentado impedir o Afonso de ganhar a grande corrida...

de repente um enorme aplauso ecoou por todo o estádio, foi algo nunca visto nos Jogos Intergaláticos.



Depois da atitude dos Farrobinhas, o chefe-supremo decidiu premiá-los com medalhas de honra buédabuédafixes, agradecendo-lhes o gesto tão inspirador para toda a galáxia.  
- Caros Farrobinhas, hoje foi um dia muito especial! - disse o chefe-supremo – Tivemos a honra de vos ter connosco nestes Jogos Intergaláticos e, desde logo, lembrar a verdadeira

essência do desporto, a alegria, o companheirismo e a superação em todos os aspetos. Para além disso, não esqueceremos todas as ideias que nos deram para podermos obter a nossa própria energia! E é por tudo isto que, com muito orgulho e em nome do Império Buédabuédafixe, vos entrego estas medalhas. Nós nunca vos esqueceremos! Foi ao som de aplausos que os Farrobinhas se despediram dos seus amigos, em especial do General Buédabaril, que prometeu um dia visitá-los, depois de ter curado o seu tornozelo.  
- Adeus a todos, até uma próxima! - despediram-se os Farrobinhas. A nave que os iria transportar iniciou viagem rumo à Terra e uma grandiosa comitiva seguiu-os até à orbita, para se despedirem dos seus novos heróis.



- Esta é a medalha mais bonita que alguma vez ganhei... - observou Afonso orgulhoso.
- Arf! Arf – concorda o Farroba, exibindo a sua por debaixo do pêlo comprido.
- Olhem! Outra estrela cadente! - gritou Eugénio.
- Será uma nave? - perguntou Afonso.
- Ou isso, ou o pai Natal com entregas de última hora!- respondeu Ana divertida.



- OH! OH! OH! A esta hora já deve estar a beber um chocolate quente com umas bolachinhas, lá para a Lapónia – acrescentou Afonso.
- Pois é, também o Pai Natal devia ter cuidado com alimentação e fazer mais exercício. Comer aqueles doces todos não lhe fará nada bem! – respondeu Eugénio, com um ar preocupado.
- Oh Eugénio!!! - exclamou Ana, enquanto todos se riam da observação, felizes com as aprendizagens de mais uma aventura intergaláctica.

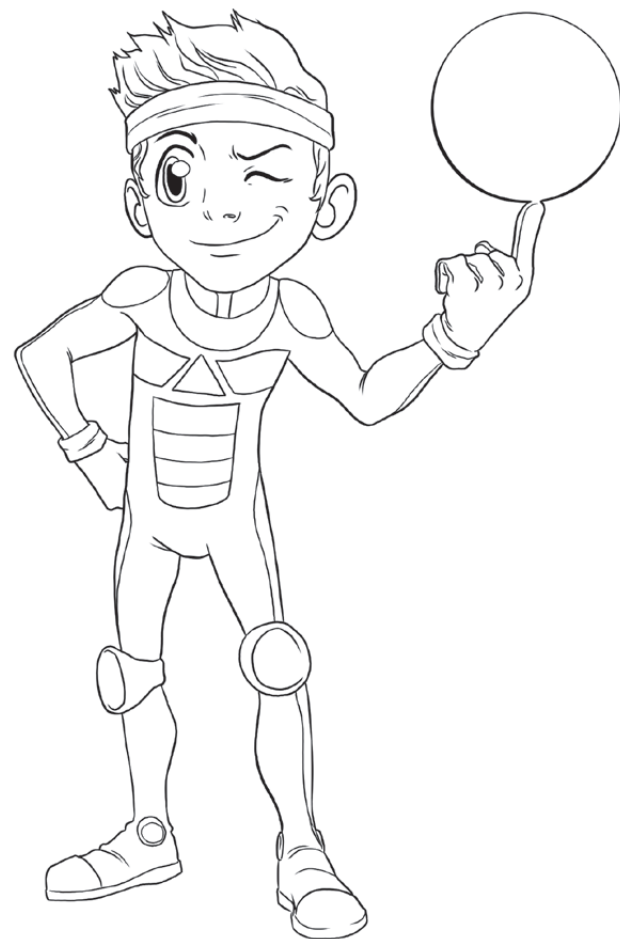
Para aprender e o Universo explorar  
saúde e energia precisamos ter,  
comer bem, sorrir e com amigos brincar  
é o que melhor podemos fazer.





# Para desenhar e colorir

Desenha o teu próprio extraterrestre ao lado do Afonso, para jogar com ele e depois pinta-os.



# Barrita Buébuénergética

Atreve-te a preparar esta receita do outro mundo com a tua família ou amigos!

## Modo de preparação

Dentro de uma terrina esmagar as bananas com o garfo, juntar os flocos de aveia, duas colheres de manteiga de amendoim e canela a gosto, mexer bem;  
De seguida envolver os frutos secos num pano seco e bater com o rolo da massa até ficarem triturados;  
Juntar os frutos secos triturados na terrina com a mistura de banana, aveia e manteiga de amendoim, e amassar.  
Dividir a massa em barritas, redondas ou retangulares e prensar até ficar buébué compacta.  
Forrar um tabuleiro com papel vegetal, colocar as barritas já separadas, com a ajuda de uma colher.  
Ligar o forno a uma temperatura de 160 graus, colocar o tabuleiro, por 20 minutos ou até as barritas ficarem douradas;  
Desligar o forno, retirar o tabuleiro com cuidado e deixar arrefecer à temperatura ambiente, se necessário reservar uns minutos no frigorífico para ajudar a solidificar;  
As barritas buébuénergéticas que não forem logo consumidas, podem ser embrulhadas em papel vegetal e aguentam de 4 a 5 dias no frigorífico, ou podem ser congeladas.

## Ingredientes

para 10 unidades

- 4 bananas bué maduras
- 150gr frutos secos (amêndoas, pinhões, nozes, avelãs, outros a gosto)
- 150gr de flocos de aveia
- 2 colheres de manteiga de amendoim
- Canela em pó

Bom apetite!

# O desporto atravessa fronteiras

Traduz as palavras extraterrestres e revela alguns dos desportos que podem ser praticados na cidade de Faro e que tu também poderás usufruir.

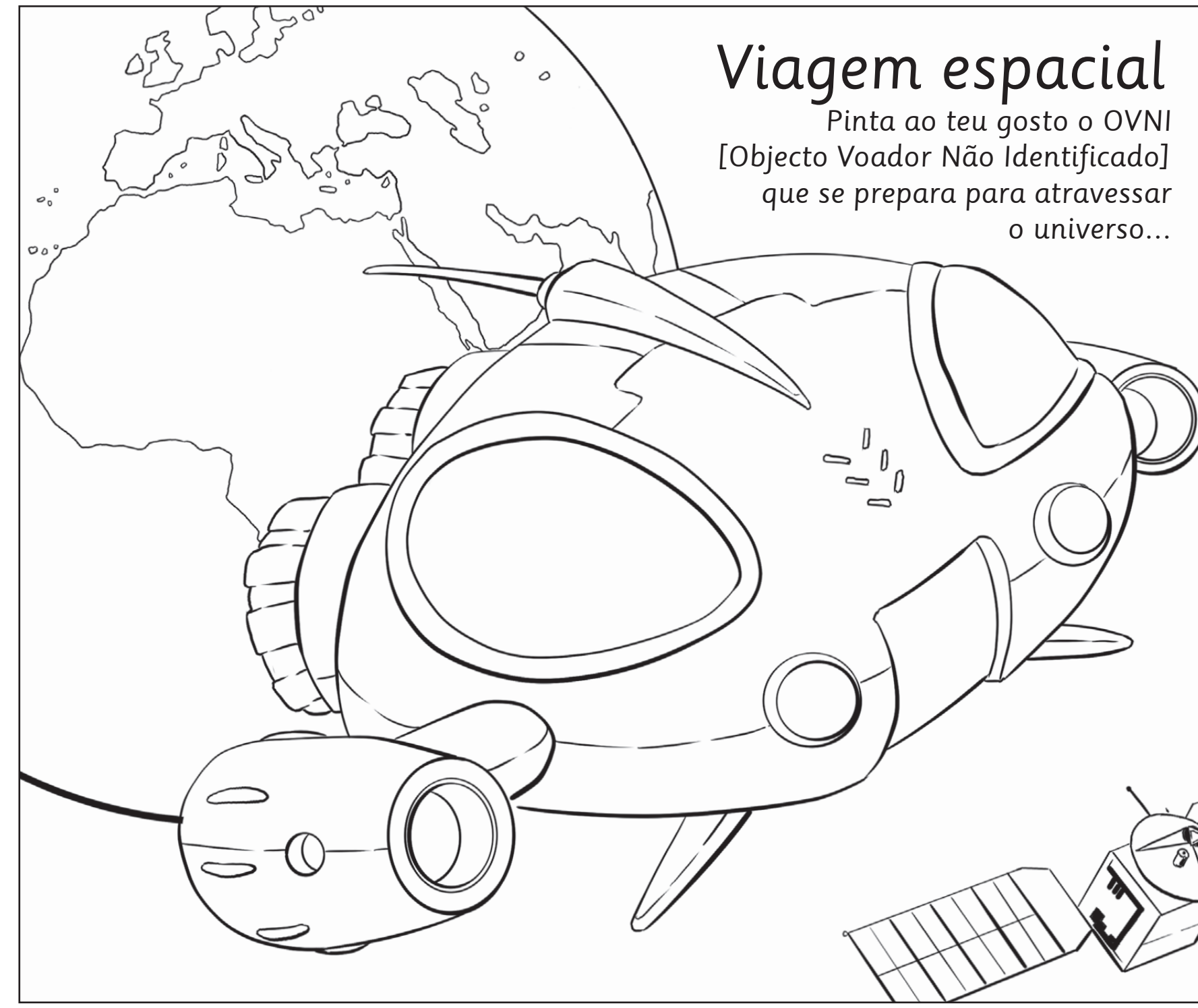
ୱ ୩ ୧ ୩ ୧ ୨ ୩ ୪ ୫ ୬ ୭ ୮ ୯ ୦ ୧ ୨ ୩ ୪ ୫ ୬ ୭ ୮ ୯ ୦ ୧ ୨
a b c d e f g h i j k l m n o p q r s t u v w x y z



ୱ୦୮୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	
୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩୩	

# Viagem espacial

Pinta ao teu gosto o OVNI [Objecto Voador Não Identificado] que se prepara para atravessar o universo...



as aventuras dos  
**FARRÖBINHAS**



Uma Aventura de Natal  
2016



Uma Grande Cãofusão  
2017



Os Segredos da Aldeia de Estoi  
2017



O Enigma do Gnomo  
2017



À Descoberta da Água  
2018



Era uma vez... A Origem  
2018



A Grande Missão  
2019



**Município de Faro**

Largo da Sé

8004-001 Faro

289 870 870

geral@cm-faro.pt

www.cm-faro.pt

www.facebook.com/municipiodefaro

Se te faltam algum destes livros, podes solicitá-los através deste email: [gap-rp@cm-faro.pt](mailto:gap-rp@cm-faro.pt)

