

# O CANTO DO MAR

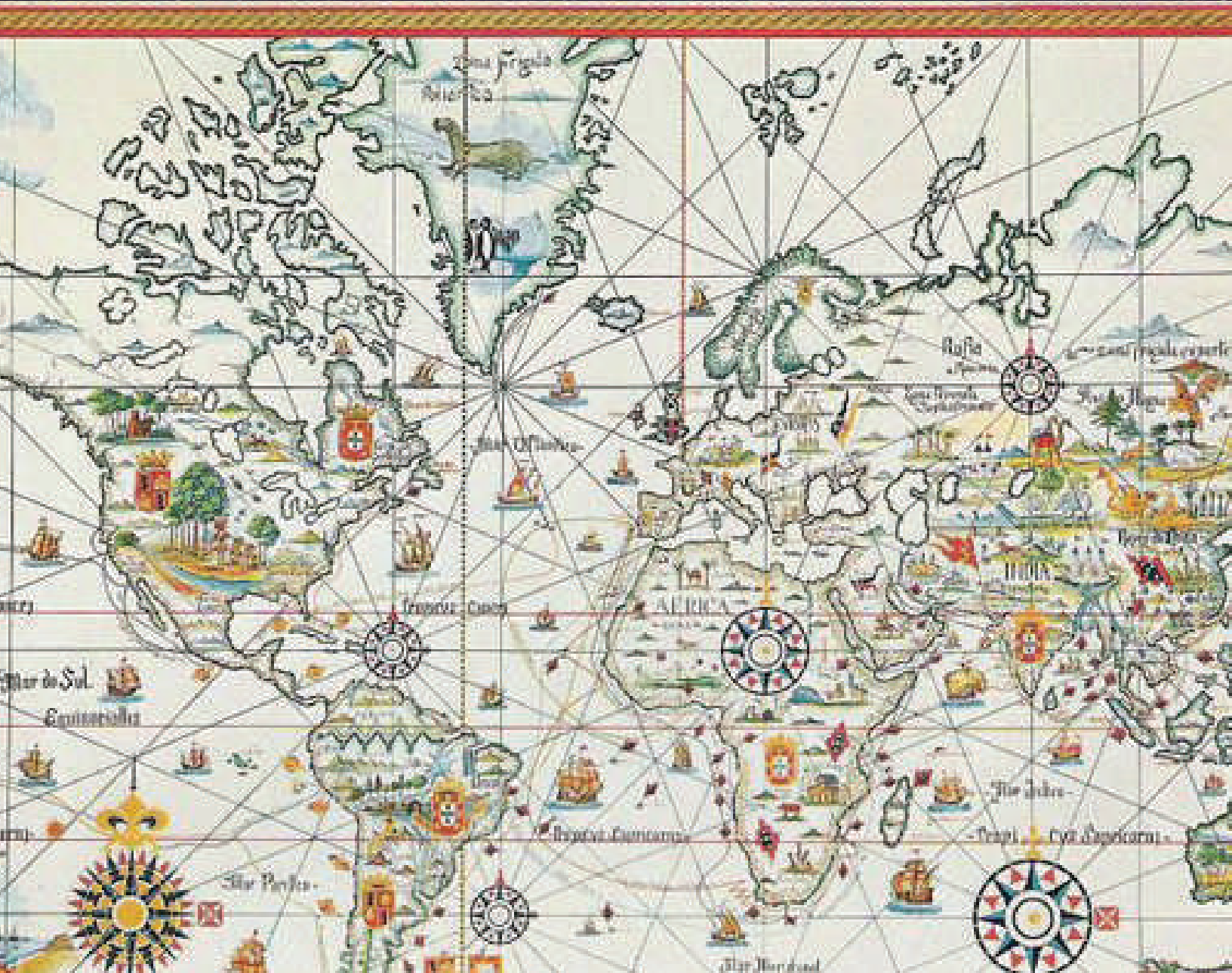
Edição Especial  
Corpos Celestes

Jornal Criativo em Língua Portuguesa

University of Wisconsin - Milwaukee  
Department of Spanish and Portuguese

Editors:  
Susana L. M. Antunes, Ryan J. Ammerman

**SPRING 2023 - Nº 7**



*O Canto do Mar* is the creative writing journal steered by Portuguese students and speakers in the Department of Spanish and Portuguese/UWM. Right revert to individual authors. Published material in *O Canto do Mar* is not to be interpreted as a reflection of the views of the Department of Spanish and Portuguese and/ or UWM.

Funding support credit to the CIE's Title VI National Resource Center grant from the U.S. Department of Education.



# CELEBRANDO (TAMBÉM) OS CORPOS CELESTES

Quem é que não se sente atraído pelo conjunto de elementos presentes no espaço sideral? Os oito planetas que constituem o sistema solar, as estrelas, os asteroides, os cometas, os satélites naturais... a sua presença no cosmos tem suscitado curiosidade e tem sido fonte de inspiração para diversos géneros literários. Longe do nosso alcance, contemplar o nascer e o pôr-do-sol, as diferentes fases da lua, as constelações, os cometas, etc. é sempre um momento que suscita uma profusão de sentimentos que podem navegar desde o êxtase à calma profunda da meditação.

Como sabemos, desde a antiguidade, o céu tem sido mapa, calendário e relógio. Os registos astronómicos mais antigos datam de aproximadamente 3000 a.C. Naquela época, muitas civilizações tratavam os astros como divindades e, simultaneamente, estudavam-nos com objetivos práticos, tais como medir a passagem do tempo (fazer calendários) para prever a melhor época para o plantio e para a colheita ou ainda com objetivos diretamente relacionados com a astrologia, como fazer previsões acerca do futuro uma vez que, não existindo qualquer conhecimento das leis da física, acreditava-se que os deuses do céu tinham o poder da colheita, da chuva e mesmo da vida. Algumas culturas antigas, como os maias, os chineses, os egípcios e os babilónios, elaboraram complexos calendários baseados no movimento do Sol e outros astros.

Derivada do grego *Astron* que significa astro e *Nomos* que significa lei, a Astronomia é uma ciência natural que se ocupa, essencialmente, do estudo dos fenómenos que ocorrem fora da atmosfera terrestre e da estrutura dos corpos celestes, como os planetas, as estrelas e outras estruturas cosmológicas (cometas, galáxias e nebulosas, por exemplo), assim como do próprio espaço em si.

Os gregos antigos também contribuíram muito para o avanço da Astronomia. Muitos filósofos gregos elaboraram modelos com o intuito de explicar o formato da Terra, as estações do ano, bem como os movimentos do Sol, da Lua e dos outros planetas visíveis a olho nu.

Muitos foram os modelos planetários apresentados por diferentes filósofos gregos, tais como Tales de Mileto (624-546 a.C.), que considerava a Terra um disco plano preenchido por água. Pitágoras de Samos (572-479 a.C.), por sua vez, acreditava que a Terra apresentava formato esférico. Já Aristóteles de Estagira (384-322 a.C.) explicou que as fases da Lua dependiam da iluminação solar, ao observar a formação de sombras durante os eclipses, defendendo ainda a hipótese de que o Universo era finito e esférico e que, juntamente com os astros, era imutável: sempre existira e sempre existiria.



Anos mais tarde, munido das grandes contribuições de Copérnico, Galileu e Kepler, Isaac Newton (1642-1727) elaborou sua Lei da Gravitação Universal, explicando o fenómeno da gravidade e a dinâmica planetária de forma inédita.

Muito se poderia ainda escrever sobre a história da Astronomia, mas esta breve incursão apenas pretende conduzir os leitores à comemoração do centenário do primeiro planetário do mundo que ocorre, precisamente, neste ano de 2023.

Neste sentido, o Manfred Oslon Planetarium da UW-Milwaukee assinala com vários eventos esta efeméride à qual se junta *O Canto do Mar* com uma edição especial dedicada aos Corpos Celestes onde encontramos uma excelente variedade de textos que contam com forma e conteúdo variados, mas sempre com a presença de corpos celestes. Esta foi a forma que encontramos para que *O Canto do Mar*, também ele composto por diferentes mentes celestiais, assinalasse através da escrita em língua portuguesa o centenário do primeiro planetário do mundo.

Uma nota especial de agradecimento aos alunos da Escola Básica e Secundária Armando Côrtes-Rodrigues, São Miguel, Açores, que pela primeira vez colaboram nesta edição d' *O Canto do Mar*, assim como à professora de português Malvina Sousa. Agradecimentos renovados aos alunos da Escola Secundária Vitorino Nemésio e aos professores Paula Cabral e António Couto. A todos muitos parabéns pelas excelentes colaborações que muito contribuem para uma maior aprendizagem da língua portuguesa de todos os que leem os vossos textos!

Agradecer, como sempre, a imprescindível colaboração de todos os alunos das aulas de português da UW-Milwaukee, dos ex-alunos e de todos os colaboradores externos à UW-Milwaukee que continuam a colaborar ativamente no nosso jornal criativo em língua portuguesa.

Por fim, um agradecimento muito reconhecido ao Ryan Ammerman que me tem acompanhado nesta quase loucura primaveril a produzir *O Canto do Mar*. Muito obrigada pela tua paciência (nem sempre é fácil, não é verdade?), carinho e amor pela língua que nos une.

*O Canto do Mar 7* constituído por constelações que brilham sob o cosmos da língua portuguesa, move-nos, como sempre, em direção à descoberta, ao conhecimento e à criatividade envoltos em alegria e muitos sorrisos numa prova efetiva do amor e da dedicação que nos une.

A língua portuguesa tem sido uma parte integral da minha vida por mais de 5 anos. Desde o primeiro dia em que eu aprendi a minha primeira palavra da língua até hoje, o meu interesse pela língua e pelas várias culturas lusófonas tem ficado cada vez mais forte. Além de usar a língua para fazer conexões com amigos, consumir conteúdo e enriquecer a minha vida pessoal, eu também tenho tido a oportunidade de trabalhar com a língua. Este semestre, eu tive a grande honra de ensinar Português 202, uma nova aula de português para falantes de espanhol, em adição a ajudar na organização desta sétima edição d’*O Canto do Mar*! Não é preciso dizer muito mais para se entender o quão importante a língua portuguesa é na minha vida.

Fico muito feliz em poder escrever, traduzir, organizar e ler vários textos escritos em português no processo de criar esta edição d’*O Canto do Mar*. Quero agradecer a todos os participantes d’*O Canto do Mar*, e também à Susana. Sem ela, um projeto assim não teria sido possível, e sou muito grato por poder trabalhar com ela!

Como sempre, é um grande prazer ver todas as obras maravilhosas de alunos e membros da comunidade aqui em Milwaukee e também de outras partes do país e do mundo lusófono!

Ryan J. Ammerman

### UW-Milwaukee Portuguese Program

<https://uwm.edu/spanish-portuguese/undergraduate/portuguese-program/>

<https://www.facebook.com/UWM-Portuguese-Program-100442845144022>



# Índice

4. Introdução.....	<b>Susana L. M. Antunes e Ryan J. Ammerman</b>
10. As nossas palavras portuguesas preferidas.....	<b>Vários autores</b>
20. Dia de Ação de Graças	
21. ....	<b>Jack Fravel</b>
22. ....	<b>Amy Shea</b>
23. ....	<b>Austin Schumacher</b>
24. ....	<b>Elvira Felipe-Fercano</b>
26. ....	<b>Tyler Blaedow</b>
28. ....	<b>Margeaux Templeton</b>
29. Os Animais	
30. ....	<b>Amy Shea</b>
31. ....	<b>Elvira Felipe-Fercano</b>
32. ....	<b>Margeaux Templeton</b>
33. ....	<b>Tyler Blaedow</b>
34. ....	<b>Jack Fravel</b>
35. ....	<b>Austin Schumacher</b>
36. A Obesidade Infantil	
38. ....	<b>Jack Fravel</b>
40. ....	<b>Tyler Blaedow</b>
42. ....	<b>Amy Shea</b>
43. As Nossas Viagens de Sonho	
44. Hokkaido.....	<b>Laura Nojima</b>
46. A minha viagem de sonho.....	<b>Elvira Felipe-Fercano</b>
47. A minha viagem de sonho.....	<b>Ethan Frank</b>
48. O Meio Ambiente	
49. ....	<b>Ethan Frank</b>
52. ....	<b>Amy Shea</b>
55. ....	<b>Laura Nojima</b>
57. ....	<b>Elvira Felipe-Fercano</b>
58. Memórias de Infância	
59. Formatura do primeiro ano.....	<b>Livia Arcanjo</b>
60. Meu sapato perdido.....	<b>Stephany Castaneda</b>
61. A minha família multicultural.....	<b>Gianna Rupnick</b>
62. A minha paixão pela música.....	<b>Dani Steiner</b>
63. Teletandem.....	<b>Vários autores</b>
67. Bate-Papo.....	<b>Susana L. M. Antunes</b>
68. Corpos Celestes	
70. Sonho de Estrela.....	<b>Kennedy A. Castillo</b>
71. Ode ao Universo.....	<b>Jeydelyn Martinez</b>
72. Você leu seu horóscopo hoje?.....	<b>Mark Hanson</b>

# Índice

73. ....	Laura Nojima
74. Lembrança das estrelas.....	Ema Quiroz
76. Ver as estrelas!.....	Blanca Muñoz
78. Cancioneiro Pós-Açoriano.....	José Luís Neves Pereira da Silva
79. Terra da Promissão.....	José Luís Neves Pereira da Silva
80. Nocturno III.....	José Luís Neves Pereira da Silva
81. Oceano Pacífico.....	José Luís Neves Pereira da Silva
82. Reencontro.....	José Luís Neves Pereira da Silva
83. No meu quintal.....	José Luís Neves Pereira da Silva
84. The Little Bang.....	Chris Smith
85. A Pequena Explosão - Tradução.....	Ryan J. Ammerman
86. A minha ilustração.....	Leonor Rocha
87. ....	Érica Santos
88. O luar.....	Micaela Ourique
89. Análise de uma obra própria (Ela).....	Inês Santos
92. Azorean Connection Group	
93. Escola Básica e Secundária Armando Côrtes-Rodrigues	
94. Arte em imagens oferecida pelos alunos da EBS Armando Côrtes-Rodrigues.....	
98. ABRIL.....	Malvina Sousa
99. O Mar.....	António Damião
100. Amar.....	António Resendes
101. Nunca.....	Fabiana Ponte
102. Adeus.....	Guilherme Cardoso
103. Amo os teus defeitos.....	Isabel Couto
104. Há palavras.....	Jaime Medeiros
105. Poesia... ..	José Gomes
106. O último amor.....	Lina Araújo
107. Coragem.....	Teresa Simas
108. Segredo.....	Nádia Pacheco
109. OLHARES.....	Raúl Brilhante
110. Ruínas.....	Sara Rodrigues
111. Morrer de... ..	Sofia Ambrósio
112. Realidade.....	Vicente Soares
113. Eternamente.....	Senhorita Morgan
114. Eternamente.....	Afonso Junco
115. Adeus.....	Débora Sousa
116. Força.....	Eva Raposo
117. Segredo.....	Júlia Salema
118. Mar.....	Matilde Santos
119. Morrer de.....	Miguel Costa



# Índice

120. Ser.....	<b>Henrique Santos</b>
121. Despedida.....	<b>Mariana Cafua</b>
122. Lembra-te.....	<b>Tiago Carreiro</b>
123. Realidade.....	<b>Tomás Melo Batista</b>
124. Poesia.....	<b>Tomás Carreiro</b>
125. Escola Secundária Vitorino Nemésio	
126. Textos de apreciação crítica.....	<b>Paula Cabral</b>
127. ....	<b>Rodrigo Correia</b>
128. ....	<b>Leonor Ávila</b>
129. ....	<b>Liliana Rego</b>
130. ....	<b>Mariana Borges</b>
131. Os textos diarísticos	
132. ....	<b>Paula Cabral</b>
133. ....	<b>Rafael Areias</b>
134. ....	<b>Bernardo Lima</b>
135. ....	<b>André Valadão</b>
136. ....	<b>Carlos Barelos</b>
137. ....	<b>Francisco Enes</b>
138. ....	<b>Iago Borges</b>
139. ....	<b>Pedro Gregório</b>
140. É tempo de plantar poesia.....	<b>António Couto</b>
141. O que sonham as árvores quando é primavera?.....	<b>Vários autores</b>
147. Roger Mello na UWM!.....	<b>Ryan J. Ammerman</b>
151. Macroalgas marinhas: algo macro em ameaça nos mares.....	<b>Cícero Alves-Lima</b>
156. Beach Glass, samba do vidro marinho.....	<b>Darele Pinto Bisqueria</b>
157. A minha história com os idiomas.....	<b>Ethan Frank</b>
158. ....	<b>Eduardo Sampaio Conceição</b>
160. Eu sou mexicana.....	<b>Monica C Olague-Marchan</b>
164. A origem e realização de um magnífico sonho.....	<b>Antonio Martins</b>
166. His Number Will Be One.....	<b>Chris Smith</b>
167. O Número Dele Será Um - Tradução.....	<b>Ryan J. Ammerman</b>
168. Dez expressões que ouvi no Brasil.....	<b>Josh Petrovich</b>
170. Água de Oceano: Um Anúncio de Serviço Público.....	<b>Leo Leverson</b>
171. Os Xavantes que existem dentro de mim.....	<b>Mariana Simas</b>
174. O Feminismo Negro no Mundo Lusófono.....	<b>Jeydelyn Martinez</b>
190. Uma Noite Típica.....	<b>Samuel Orłowsky</b>
196. Seventy Selves: A Cry for Freedom from Perception's Grasp.....	<b>Karen Osuna</b>
197. Setenta Eus: Um grito de libertação das garras da percepção - Tradução.....	<b>Samuel Orłowsky</b>
198. Ser Professora.....	<b>Monica Murphy</b>
199. Expressões Idiomáticas.....	<b>Susana L. M. Antunes e Ryan J. Ammerman</b>

# As nossas palavras portuguesas preferidas!



Frango: Eu gosto dessa palavra porque eu como muito frango

Refrigerante: Eu gosto dessa palavra porque a pronúncia é difícil

Basquete: Eu gosto dessa palavra porque soa interessante e eu jogo basquete

Bruce Randall Argall, Port 104

Futebol é uma das minhas palavras favoritas  
porque gosto de jogar com meus amigos.

Escolhi carne porque gosto de comer carne.

Também escolhi banana porque é o tipo de fruta que mais como.

Pradiptya Fasha Adani, Port 104

As minhas palavras preferidas em português são pipoca, liberdade e morango. Eu  
gosto de pipoca porque soa engraçado.

Morango é minha fruta favorita e eu gosto porque se pode comer de maneiras  
diferentes. Você pode comer morangos em uma vitamina,  
ou em um bolo, ou em sobremesas.

Eu penso que a liberdade é muito  
importante para todo mundo em todo o mundo.

Antonia Elze, Port 104

1. Minha família

2. Sinto sua falta

3. Eu amo comida

Cristina Marquez, Port 104

Partilhar: Eu gosto muito de esta palavra porque me faz pensar em uma coisa que é dividida (partida) e quando você partilha essa coisa é completa ....

Saudade: eu gosto de esta palavra porque eu recordo muitas canções com esta palavra, e quando eu ouço estas músicas eu tenho saudade...

Apaixonar: eu amo esta palavra porque eu gosto de me apaixonar por coisas, pessoas, lugares; é uma palavra muito intensa

Maria Crueger-Monterroso, Port 104

As minhas palavras preferidas são "pipoca". Eu gosto porque parece o som do milho brincando.

"Beijão" eu gosto porque ele não é beijinho ou beijo, ele é grandão.

"Pãozinho" eu gosto porque ele é uma delícia.

Monica Olague, Port 104

Minhas palavras favoritas são abacaxi, beringela e sonhar. Abacaxi é uma palavra muitodivertida. É uma palavra muito interessante. Eu gosto da palavra beringela por que é uma palavra divertida também. Eu tenho muitas beringelas no meu jardim. Finalmente, eu gosto da palavra sonhar porque eu gosto do som -nh.

Também gosto do som -r.

Marko Pavlovic, Port 104



Minhas palavras favoritas são música, futebol e maçã. Gosto dessas palavras porque são interessantes. Gosto de música, gosto de maçãs, mas não gosto de futebol. Essas palavras soam interessantes em português e não soam interessantes em inglês.

Muitas palavras em português soam interessantes.

Blake Daul, Port 104

1. A lua - a lua é minha palavra favorita em qualquer idioma. Eu me sinto conectada com a lua espiritualmente. “A lua” soa ainda mais bonito que “the moon.”

2. Cachorro - eu gosto dessa palavra por causa da forma como ela soa e porque eu amo cachorros.

3. Muito - esta é uma das minhas palavras favoritas porque eu a uso muito para expressar como estou me sentindo

Sloan Butler, Port 104

Eu escolhi a palavra peixe porque eu amo comer peixe.

Escolhi futebol porque jogo muito futebol.

E eu escolhi a palavra irmão porque acho fascinante usar a palavra irmão.

Joseph Albert Kuwai III, Port 104

As minhas palavras preferidas em português são pão, leite e andar porque são as primeiras palavras que aprendi em português.

Minha família e eu aprendemos essas palavras no verão passado.

Yanelis Santiago, Port 104

1) Prefiro as palavras que terminam em -ão como o nome de homem João.

2) Feijão é uma palavra que também adoro também porque feijão e João têm sons como um gato! "Meowwww".

:)

Tammy Robinson, Port 202

Felicidade: Eu gosto desta palavra porque o ritmo da pronúncia me lembra italiano.

Dezembro: Eu gosto desta palavra porque eu gosto do som que o "o" faz no final da palavra.

Sophia Kvalheim, Port 202

Abacaxi

Eu gosto da mistura de sons e da aparência da palavra.

Golfinho

Não sei porquê mais eu penso que esta palavra é engraçada! Parece engraçado!

Athena Dedow, Port 202

Duas palavras portuguesas que eu gosto são beijos e cerveja.

Eu gosto de beijos porque acho que soa muito fofo.

Cerveja, é muito parecido com o espanhol, mas é mais divertido de dizer.

Annabelle Ahlers, Port 202

1. Biscoito: Eu gosto da palavra "biscoito" porque gosto de como a palavra soa. Também gosto muito de assar e gosto de fazer biscoitos.

2. Cabeleireiro: Eu gosto da palavra "cabeleireiro" porque parece engraçado escrita. Também eu gosto de arrumar o cabelo porque é muito relaxante.

Jacqueline Dreyer, Port 202

Minhas duas palavras favoritas em português são fala e cão.

Fala porque foi a primeira palavra que aprendi em português e cão porque adoro cães.

Gabriela Otei, Port 202

Saudade: Eu gosto da palavra porque expressa o sentido da nostalgia e é uma palavra sem tradução exata em inglês.

Né?: Eu gosto das perguntas de confirmação como "né" e "tá" para confirmar ou validar um pensamento ou ideia.

Emily Jansen, Port 202

A Xícara

O Abacaxi

Eu gosto do som 'x/ch'.

Luke Koelsch, Port 202



Liquidificador - Eu gosto dessa palavra porque acho que é uma palavra muito divertida de pronunciar

Lagartixa - Eu gosto dessa palavra porque me lembra estar em algum lugar tropical

Colin O'brien, Port 202

Minhas palavras favoritas em português são 'borboleta' e 'novamente'.

Eu gosto de 'borboleta' porque é muito engraçada.

Eu gosto da palavra 'novamente' porque é divertido dizer!

Margeaux Templeton, Port 203

Minhas palavras favoritas são “obrigado” porque as pessoas deveriam dizer mais isso, e também a palavra comida porque adoro comida e gosto de como soa!

Austin Schumacher, Port 203

### Sorrir

Todos necessitamos de um bom sorriso para nos dar boa disposição. Também é uma palavra interessante porque me lembra a palavra "sorry" que é oposta a sorriso. Claro que podemos ter um sorriso de culpa quando lamentamos alguma coisa...

Tyler Blaedow, Port 203

Saudade pois não há essa palavra no inglês e acho tão lindo o significado.

Cafuné pois não há essa palavra no inglês e acho tão fofo o significado e o ato.

Arara, pois, essa palavra é tão simples e interessante de se pronunciar e bonita.

Laura Nojima, Port 204

Peixe-balão - Gosto desta palavra porque é bem literal.

Tuiuiú - Gosto desta palavra por causa do jeito que soa e é um pássaro legal.

Samambaia - Também gosto desta palavra por causa do jeito que soa.

Ethan Frank, Port 204

Algumas das minhas palavras preferidas na língua portuguesa são:

Ronronar, Amaldiçoar, Garbosos, Embaixada

Eu gosto dessas palavras principalmente pelos sons que elas têm quando saem da nossa boca. O movimento da língua. O uso do suspiro. Eu gosto a palavra “embaixada” porque foi uma das primeiras palavras que eu aprendi. Eu também acho que essas palavras são quase onomatopoeias. Quase posso ter uma visão clara para cada uma das palavras. O som da língua Portuguesa, em qualquer sotaque, parece uma canção orientadora.

Samuel Orłowski, Port 699

### Saudade

As palavras que não têm tradução “clara” ou direta são as mais bonitas e assim é a palavra saudade. Ter saudade não só é sentir falta de alguém ou algo, mas ter esse sentimento cheio de melancolia ou nostalgia. Por exemplo, eu tenho muita saudade da minha vida morando fora dos Estados Unidos e viajando. Quando eu penso naquela época de minha vida e nas experiências que eu vivi, saudade é a única palavra que realmente descreve como eu me sinto.

E você, de quem ou do que tem saudade?

Jeydelyn Martinez, Port 699





Celebro o Dia de Ação de Graças com minha família e com a família de meu noivo Jamie. Dirigimos até Shiocton, WI, para almoçar com a família de Jamie. Na casa da tia de Jamie comemoramos com seu avô, sua mãe, seus primos e seus cônjuges, e seus tios e tias. Tem muita gente naquela casa! Passamos um tempo lá conversando sobre nossa recente viagem ao México, onde ficamos noivos. Dois dos primos de Jamie também ficaram noivos recentemente, então eles conversaram sobre isso. Assistimos futebol americano e almoçamos. Sempre tem muita comida porque todo mundo traz alguma coisa. Sempre há peru, presunto, purê de batata, batata com queijo, legumes, ensopados, pão e muitas sobremesas, incluindo torta de abóbora.

Depois de sairmos de lá, vamos para a casa dos meus pais em Neenah, WI. Nós os ajudamos a preparar o jantar. Jogamos enquanto esperamos pelo jantar. Meu irmão e sua esposa vêm mais tarde, antes do jantar, e trazem nossa tia com eles. Ela não dirige e mora perto deles, então eles lhe dão uma carona. Meus pais também sempre fazem uma grande festa de ação de graças. Sempre tem peru, purê de batata, molho, legumes, cranberries, pão, torta de abóbora e a famosa torta de maçã da minha mãe. Depois do jantar, passamos o resto da noite conversando, jogando e assistindo mais futebol americano. Em seguida, tiramos uma soneca para ir às compras na Black Friday. Íamos às lojas às 5 da manhã e terminávamos as compras às 11. Conhecemos a amiga de minha mãe, Elke, e sua irmã, e vamos a muitas lojas. Eles compram presentes de natal para os filhos e nós compramos coisas para nós mesmos. Sempre terminamos tomando o café da manhã e dando ao garçom uma grande gorjeta como presente de feriado. Em seguida, juntamos nossas coisas e sobras e voltamos para nossa casa em Milwaukee.

No ano de 2050, acho que o Dia de Ação de Graças será o mesmo de agora, mas com pessoas diferentes. O Dia de Ação de Graças é uma tradição muito importante em nossa família e em muitas outras famílias nos Estados Unidos, e não acho que mudará muito em 30 anos. A única diferença será, pessoas diferentes a cada festa, novas crianças que crescerão e talvez tenham seus próprios filhos. Outra diferença pode ser que, em vez de irem à casa de nossos pais, eles viriam à nossa casa.



Na semana que vem nós estaremos preparando para celebrar o Dia de Ação de Graças. Nós iremos para casa dos meus pais. Nós incluiremos meus filhos, minha vó e talvez meus tios e primos cheguem, mas não tenho certeza. Primeiro nós comeremos e depois jogaremos jogos de cartas ou um board game tipo o Monopoly. A comida será deliciosa e pesará muito na barriga. Temos de lembrar de vestir roupas confortáveis. Sempre comeremos um grande jantar de peru, recheio, purê de batata, feijão verde e molho de cranberry, tudo típico para este dia. Este ano eu vou fazer uma caçarola de batata com queijo e minha filha, Catarina, vai fazer “deviled eggs”. Ela gosta muito e nunca há o suficiente. No ano passado, jogamos um boardgame de Game of Thrones por que minha mãe adorava assistir ao programa. A coisa mais divertida é a maneira competitiva da minha filha mais jovem, Monica. Sem vergonha ela destruiu seus oponentes. Normalmente, ela está mais quieta do que os seus irmãos, mas quando joga boardgames ela fica bem forte e com muito confiança.





O Dia de Ação de Graças é um dos meus feriados favoritos. Gosto de passar tempo com a minha família durante as férias de Ação de Graças. Costumo ir a casa dos meus avós para celebrar com a minha família, tios, tias e primos. Adoro comer comida de Ação de Graças. Gosto muito de peru, pão, frutas e torta de abóbora. As férias de Ação de Graças são uma boa altura para relaxar e estar com a família. As pessoas sempre vão adorar passar tempo com as suas famílias no futuro. Costumo celebrar o Dia de Ação de Graças em Green Bay. A minha comida preferida de Ação de Graças são os perus e os pãezinhos amanteigados. Também adoro ver futebol no Dia de Ação de Graças.



O Dia de Ação de Graças é um feriado que comecei a comemorar quando me mudei para os Estados Unidos pela primeira vez em 2006. É comemorado na quarta quinta-feira de novembro. Durante este feriado eu celebro com minha família, minha mãe, irmã e irmão, bem como todos os outros membros da minha família, como meus tios, tias e primos. Alguns anos terei uma festa de amigos e comemoro apenas com meus amigos. Este próximo ano estarei comemorando com uma nova família, meu namorado e sua família agora se tornaram uma parte importante da minha família e fazem parte das comemorações.

Neste dia acordamos muito cedo e fazemos uma faxina na casa para ter uma casa apresentável para receber toda a nossa família e amigos. Nós nos certificamos de usar nossas melhores roupas e colocar uma mesa apresentável que acomodará toda a nossa família e amigos. Durante alguns anos fomos à igreja e assistimos à cerimônia que depois leva a família e amigos a recuperar o tempo perdido.





Minha família durante este dia come posole, tamales, tacos, mole com arroz branco e de sobremesa temos pudim, ou salada de frutas. Para beber minha mãe faz seu famoso champorreado, é o meu favorito. De todas as refeições o meu favorito é mole com arroz branco e posole. Eu amo mole porque é delicioso e é o nível perfeito de tempero. É feito com frango e chocolate. O chocolate dá a consistência perfeita cor marrom e sabor incrível com frango e arroz branco. Em um dia típico de ação de graças, a temperatura está fria lá fora, o que exige uma boa sopa quente e é por isso que eu amo posol em ação de graças. É uma sopa quente feita com carne bovina e grãos e você pode adicionar batidas e alface com uma pitada de molho picante.

O Dia de Ação de Graças mudou ao longo dos anos em quantas pessoas o celebram e, infelizmente, muitas pessoas esqueceram por que comemoramos o Dia de Ação de Graças. Agora, muitas pessoas olham para isso como uma maneira de ter folga do trabalho e da festa. Também a sexta-feira negra se tornou uma grande coisa para muitas pessoas e muitos acordam cedo para fazer compras e pegar todas as ofertas. Nos próximos anos, acho que as pessoas começarão a esquecer o verdadeiro significado do motivo pelo qual celebramos o Dia de Ação de Graças e deixará de ser um feriado importante em que a família e os amigos podem passar um tempo de qualidade uns com os outros.



Elvira Felipe-Fercano, Port 203



Eu gosto dos muitos feriados e tradições que os Estados Unidos e o Mundo celebram todos os anos. Natal, 4 de julho, e Páscoa são alguns dos meus favoritos. No entanto, o que pode superar tudo pode ser apenas Ação de Graças. Eu amo todas as coisas que fazemos nos feriados que mencionei anteriormente, mas a combinação de três das minhas coisas favoritas de todos os tempos: família, comida e futebol.

Minha família de duas famílias, que sendo do lado da minha mãe e do meu pai, celebram o dia da mesma forma. O lado da minha mãe normalmente fica reunido no dia do Dia de Ação de Graças. Minha mãe e minha tia dividem a comida todo ano e depois os trazem para casa onde estamos celebrando. A dedicação que os dois fazem para montar a grande refeição é insana. Eu acredito que a primeira pessoa que você deve agradecer no Dia de Ação de Graças são as pessoas que montaram a refeição. Eles te fizeram feliz e você deve voltar o favor. Como mencionei anteriormente, geralmente celebramos na casa da minha ou da minha tia. No entanto, houve duas ocorrências que eu estive fora do estado. Nas duas vezes, o lado da minha mãe celebrou o Dia de Ação de Graças no Walt Disney World. Há um restaurante no Magic Kingdom chamado Liberty Tree Tavern e durante todo o ano, eles servem um tradicional Jantar de Ação de Graças com todos os favoritos. Era um Dia de Ação de Graças que nunca esqueceríamos.



Minha atividade favorita de todos os tempos no Dia de Ação de Graças é futebol. Muitos membros de ambos os lados da minha família são grandes fãs de esportes e quando não estamos juntos na mesa, estamos na frente da TV com algum tipo de bebida em nossas mãos assistindo qualquer jogo que esteja ligado. As duas equipes que sempre jogam no Dia de Ação de Graças são o Detroit Lions e o Dallas Cowboys. Os Packers já jogaram no feriado muitas vezes, principalmente em Detroit, já que os Lions são um dos nossos rivais de divisão.

Todo ano, minha família tem os pratos clássicos de Ação de Graças. Estes incluem peru, recheio, purê de batata com molho, batata doce, creme de milho e pecan ou torta de maçã para sobremesa. Enquanto eu gosto de toda a comida, meu favorito pode ser o milho creme. A receita que usamos é tão fantástica. Eu provavelmente posso tê-lo em todas as grandes refeições em família com ter e não apenas Ação de Graças.

Até o ano de 2050, não acredito que veremos muita mudança no Dia de Ação de Graças. Estamos celebrando o Feriado há séculos, e os significados e tradições não mudaram. Algumas pequenas coisas podem mudar, mas acredito que o núcleo nunca desaparecerá.





O Dia de Ação de Graças é um dia muito especial para minha família. Para a festa, nos convidamos meu tio Brad e minha tia Amy, minha tia-avó Margie, minhas primas Marlee e Mia, e minha mãe convida amigas dela. Os seus nomes são Barb e Shannon. Eu tenho quatro irmãos e amamos nos visitar. Os seus nomes são Ian, Abel, Lillian e Lauren. É um grupo grande! A casa dos meus pais é pequena, mas tudo mundo cabe. Meu avô Jon morreu ano passado e este é o nosso primeiro Dia de Ação de Graças sem ele. É muito triste para minha mãe porque ele era o pai dela.

Para o Dia de Ação de Graças, a gente assistimos futebol americano. Minha família torce Pelo Dallas Cowboys porque meu pai nasceu no Texas. Eu não gosto de futebol. Em vez de assistir futebol, eu gosto de ler. Nós jogamos jogos também! Nossos jogos favoritos são Farkle, Mao, e Taco Cat Goat Cheese Pizza. Este ano, meu marido e eu visitaremos o Kentucky. Nós escalaremos com nossos amigos. Com nossos amigos, nós vamos jogar o Blackjack. Com minha família, nós comemos comidas muito gostosas. Nós adoramos doces especialmente! Eu asso torta de abóbora, torta de nozes, e torta de chocolate e noz-pecã. É muito trabalho, mas eu adoro isto. Minha mãe vai cozinhar o peru, meu tio vai cozinhar as batatas, minha tia-avó vai cozinhar os biscoitos, e minha irmã vai cozinhar as couves de bruxelas. Ela cozinha as couves de Bruxelas com bacon e xarope de bordo. Eu poderia comer todos eles! São muitas, muitas comidas! Eu desejo meu estômago era maior. Depois da festa, nós assistimos filmes como Elf, Knives Out, e White Christmas. Meu favorito é White Christmas. É muito relaxante. Eu usualmente durmo ou bebo muito café.

No ano dois mil e cinquenta, nós jogaremos futebol virtual para O Dia de Ação de Graças. Vamos comeremos peru à base de plantas. Robôs assarão as tortas para a gente! Nós viajaremos instantaneamente e nós teremos muito tempos com nossas famílias por causa disso. No ano dois mil e cinquenta, eu terei cinquenta e sete anos. Meu filho terá trinta e cinco anos! Talvez eu seja avó. Talvez eu terei muitas crianças. Quem sabe? Talvez nós moraremos em Wisconsin ou em outro lugar, como Virginia ou Grécia. Ainda teremos muito a agradecer!





# Os Animais

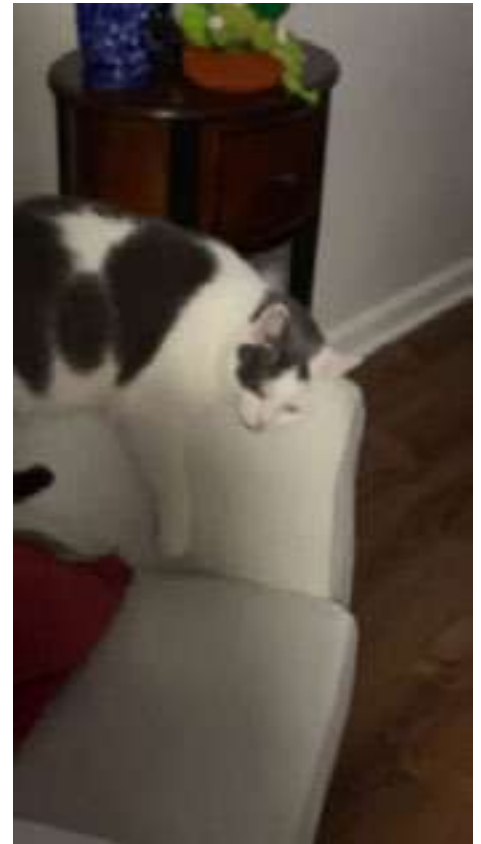


Os animais que são meus favoritos são os gatos, os cachorros, os elefantes e a narval.

Eu tenho três animais de estimação. Seus nomes são Leia. Ela é minha cachorra grande. Os outros são gatos. Big Kitty é branca e cinza. E Boo é preto. Meus gatos brigam porque Big Kitty não quer brincar com ele, mas minha cachorra gosta de brincar. Eu acho que é engraçado ver uma cachorra grande brincando com um gato pequeno.

Eu acho que é importante proteger os animais porque são o mundo também é deles. Eles são importantes para a boa saúde dos ecossistemas do mundo. Em Milwaukee tem a sociedade humana para os animais de estimação. Eles cuidam dos animais até encontrarem novas famílias.

Aqui estão as fotos dos meus animais:





Meu animal favorito é um leão, como o Simba do Rei Leão. São animais fortes e furiosos que dominam a selva. Tenho um cachorro de estimação de cinco anos e o nome dele é Peluche. Minha mãe tem dois periquitos e muitos peixinhos dourados, isso deixa a casa bem cheia de vida. Os animais são criaturas incríveis e alguns podem ajudar os humanos como cachorros, vacas e outros animais.

Eles são parte importante deste mundo e todos os animais devem ser protegidos, é triste quando os animais estão extintos. Alguns animais nunca mais veremos. Em Milwaukee existem sociedades humanitárias que acolhem animais perdidos, animais feridos, e os ajudam a chegar a um lar seguro e amoroso.



Meus animais favoritos são gatos. Eles são muito bonitos. Eu tenho um gato. O nome dela é Rosemary. Ela é da sociedade humana Waukesha. Ela tem dois anos. Eu quero um segundo gato, mas meu marido diz que não! Sou muito grata pelo trabalho que as sociedades humanas fazem em Wisconsin. Rosemary estava no frio em fevereiro antes de resgatá-la!

Além de gatos, também adoro pássaros, abelhas, coelhos e vacas. Quando criança, eu morava perto de uma fazenda. Adorei as vacas, principalmente os bezerros. É muito importante proteger os animais porque eles são inocentes e bonitos. Eles nos trazem muita alegria.

Em novembro, meu marido e eu viajamos para a Carolina do Norte. Na praia, encontramos uma tartaruga marinha que era muito grande e muito velha. Ela morreu pouco depois. Foi muito triste, mas muito especial.



Meu animal favorito é um cachorro. Minha família tinha um pequeno cão bichon frise chamado Freddie. Nós o tivemos por quase 17 anos, mas tivemos que enviá-lo para a "Ponte do Arco-Íris" no final de setembro. Ele era um cão tão bom e sentimos muita falta dele.

Quando visito o Zoológico do Condado de Milwaukee, meus animais favoritos para ver são os grandes, como os elefantes, girafas e grandes felinos. No entanto, eu realmente gosto dos quatro ursos marrons (mãe e três filhotes) que estão lá quase desde que eu estou vivo. Quando eu era criança, eu amava o Macaco-Aranha, provavelmente porque eles são alguns dos mais ativos em todo o zoológico.

Estou confuso sobre este próximo assunto. Penso que devemos proteger os animais que são mortos apenas para fins de presas ou chifres. Isso é cruel. No entanto, minha família é de grandes caçadores de veados, perus e patos e eu apoio isso.



Tyler Blaedow, Port 203

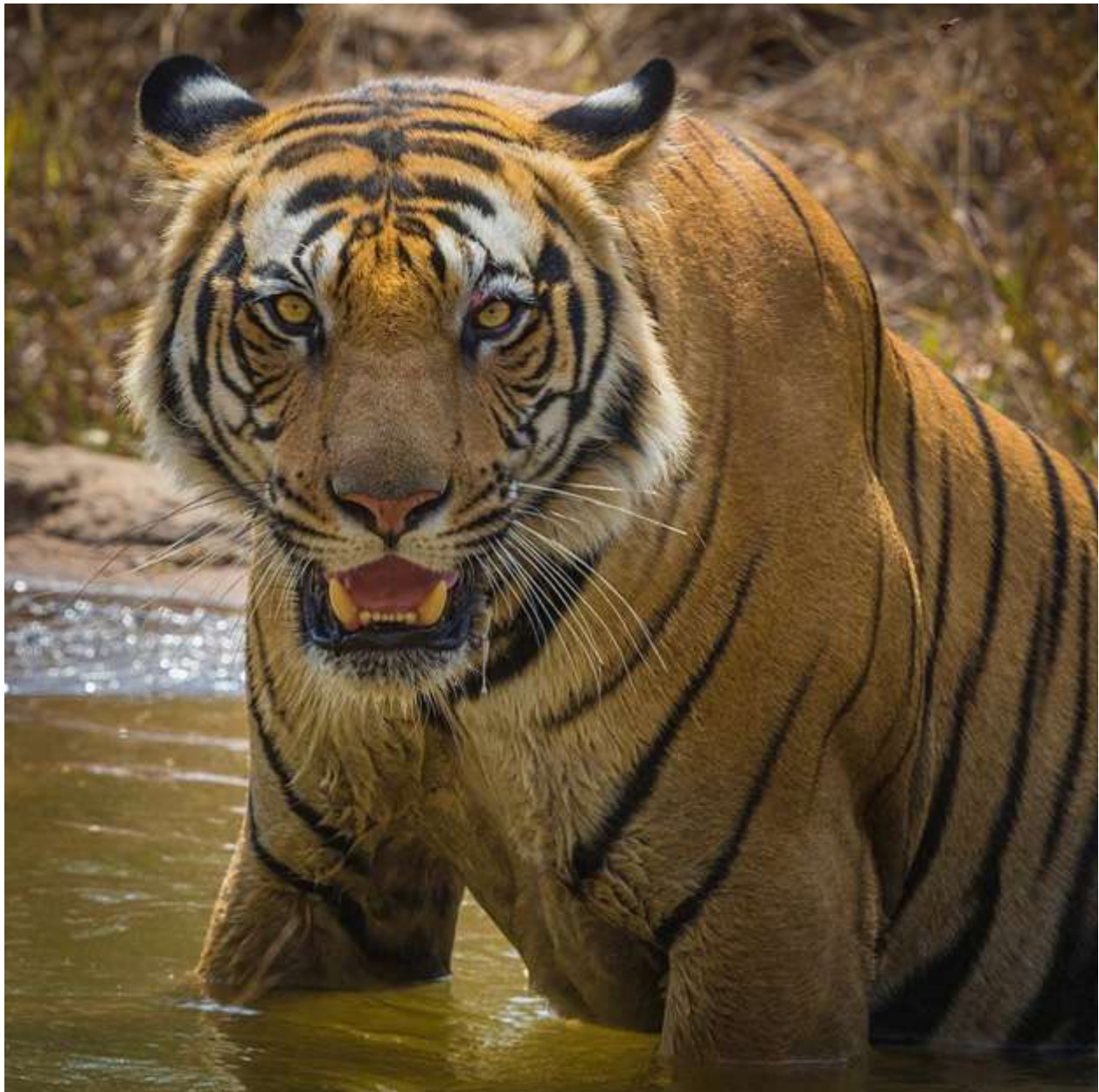


Meu animal favorito é o elefante. Eu tenho um cachorro, o nome dele é Bear. Ele é um pastor alemão e tem dois anos e meio. Nós o resgatamos em junho. É importante proteger os animais porque eles são essenciais para o mundo. Existem muitas associações de animais em Milwaukee, incluindo a Wisconsin Humane Society, Milwaukee, Area Domestic Animal Control Commission, Zoological Society of Milwaukee e muito mais.



Os meus animais favoritos são leões, peixes e tigres. Não tenho animais de estimação. Se eu tivesse um animal de estimação, teria um gato. Penso que é importante proteger os animais porque ajudam os humanos. Alguns são importantes para a vida humana. Toda a gente gosta de ver animais na natureza.

Há um zoológico em Milwaukee chamado Zoológico de Milwaukee.





# A Obesidade Infantil



A obesidade ao longo do tempo tornou-se mais comum ao longo dos anos e de certa forma é aceita como normal. Tem sido mais comum ser visto em adultos, mas agora vemos isso se desenvolvendo em indivíduos mais jovens. No passado, acreditava-se que estar acima do peso era errado e era mais aceito pela sociedade ver alguém ser magro e em forma, mas naquela época fast food e dietas pouco saudáveis não eram tão fáceis de acessar quanto agora. Acredito que a principal razão pela qual as crianças sofrem de obesidade na sociedade de hoje é porque elas têm acesso fácil ao fast food.

Existem muitos restaurantes de fast food e fast food vendidos em mantimentos fáceis para as famílias colocarem as mãos. Com os horários ocupados que muitas famílias têm, é mais fácil para eles pegar algo rápido para preenchê-los, em vez de fazer algo benéfico e nutritivo para suas famílias. Com o passar do tempo, muitas famílias carregam cada vez mais responsabilidades e, no final do dia, a última coisa em que querem pensar é em fazer uma refeição saudável. Embora o fast food seja de fácil acesso, não deve ser a única coisa na dieta de alguém e evitaria que muitas crianças e adultos sofressem de obesidade.

Uma coisa que pode ser feita para ajudar a reduzir a obesidade é preparar as refeições. É mais comum entre os indivíduos que se exercitam, mas se as famílias fizessem isso, isso os ajudaria a tornar a preparação da refeição muito mais rápida e fácil ao receber uma refeição nutricional. Outra coisa que poderia ser feita e minha família cresceu foi ter lanches saudáveis para meus irmãos e eu disponível. Tendo frutas e vegetais como cenoura, aipo, batidas, tomates, laranjas, bananas e outras frutas e vegetais. Eles trazem aquele sabor doce e farto que as crianças procuram em junk food, mas no processo também obtém algum valor nutricional. Outro fator que contribui para a obesidade além da alimentação é o exercício. A tecnologia tornou-se uma grande parte da vida de crianças e adultos que você não vê muitos fora de casa se entregando a atividades ao ar livre que os ajudam a manter um estilo de vida saudável. Ter tempo para participar de atividades físicas por meio do estilo de vida ajuda no estresse, na saúde mental, na saúde do coração e na manutenção de uma dieta saudável a longo prazo.

A obesidade não precisa assumir o controle da vida de alguém ou determinar como será o resto de sua vida, mas a parte deve ser feita. Ter uma boa relação com a atividade física e uma alimentação saudável com a alimentação será benéfico para a saúde geral.

A obesidade infantil é um problema muito grande, especialmente na América. É uma doença muito triste que pode levar a muitos outros problemas de saúde. Pode levar a diabetes, pressão alta e colesterol alto, o que pode afetar permanentemente a saúde da criança para o resto da vida. No entanto, é uma doença facilmente evitável. As principais causas da obesidade infantil são a má alimentação e a falta de exercício, ambas muito fáceis de prevenir.

Uma dieta infantil é muito importante, pois afeta sua saúde por toda a vida. Não ter nutrientes específicos suficientes pode causar muitos problemas de saúde que afetarão seu desenvolvimento. Além disso, comer alimentos ricos em carboidratos, gorduras ou colesterol pode ter um impacto muito negativo em sua saúde e pode levar à obesidade infantil. Uma alimentação balanceada é fundamental para o seu desenvolvimento. As crianças precisam de alimentos ricos em proteínas, gorduras saudáveis, fibras, vitaminas e outros nutrientes essenciais. Alimentos como frutos do mar, carne magra, ovos, frutas, vegetais, grãos integrais e laticínios são os melhores para manter uma dieta balanceada. A maior coisa a evitar são alimentos processados e alimentos com muito açúcar adicionado. Alimentos como cereais açucarados, refrigerantes, frituras, pizza e sobremesas devem ser evitados. As crianças ainda podem comer esses alimentos como uma guloseima, mas devem ser limitadas. Comer alimentos saudáveis deve ser divertido para as crianças, fazer qualquer coisa divertida aumentará suas chances de gostar. Incluí-los na preparação de refeições em família ou na escolha de alimentos no supermercado pode ser uma maneira de tornar a alimentação saudável divertida. Além disso, doces, frituras e sobremesas não devem ser tratados como sua comida favorita. Ao torná-lo seu favorito, eles vão querer o tempo todo.

A outra maneira importante de prevenir a obesidade infantil é praticar bastante exercício. As crianças precisam correr e brincar não apenas para ajudar no desenvolvimento de seus corpos, mas também para se manterem saudáveis. Envolver as crianças em esportes é uma maneira fácil de elas se comprometerem a se manterem ativas. Em vez de ficar dentro de casa e jogar videogame, as crianças devem brincar e se exercitar ao ar livre.



A obesidade infantil é uma tendência muito preocupante na América, e é muito triste. Outra tendência são aqueles que dizem que não há problema em ser obeso. As pessoas que fazem essas afirmações estão enganando as pessoas, fazendo-as pensar que não precisam fazer nada para prevenir a obesidade infantil ou a obesidade adulta. Certamente não é bom ser obeso, é um problema de saúde muito sério. Essas pessoas também usam suas plataformas para mentir que não há problema em ser obeso, em vez de resolver seu próprio problema e ficar saudável. Precisamos nos concentrar mais na prevenção da obesidade em crianças e adultos para um futuro saudável.





Existem muitas maneiras e passos que os pais podem tomar para manter um estilo de vida saudável e prevenir possíveis obesidades e outras doenças para seus filhos.

O primeiro e mais óbvio passo é comer muitos tipos diferentes de frutas e legumes. Esses pais não precisam restringir totalmente os alimentos não saudáveis. Todos nós precisamos de um bom hambúrguer ou sanduíche de vez em quando. O objetivo que eles devem ter é que a próxima refeição após a insalubre deve ser saudável com frutas e legumes. Por exemplo, você sai para jantar no local que tem os melhores hambúrgueres da cidade. Você tem os hambúrgueres, além de um ótimo shake de sorvete para a sobremesa. Na manhã seguinte, você deve estar comendo waffles. Não, você deve ter alguma fruta fresca que você tem em sua mercearia, ou melhor se você mesmo cultivou. Quando eu era criança, eu tinha um monte de panquecas congeladas e waffles com muito xarope em cima deles para o café da manhã. Isso é o mais saudável? não, não é. À medida que envelheci, tenho sido mais cuidadoso com a minha dieta. Eu ainda tenho meu Cereal de Canela de Maçã e ocasionais Chocolate Chip Muffin, mas sempre me certifico de que estou comendo uma boa quantidade de frutas como bananas, morangos, abacaxi, maçãs e laranjas. Não só essas frutas são saudáveis, elas têm um sabor muito bom.

