

# KELFI NEWS

ILUSTRAÇÕES ORLANDO DO O J



OUT | NOV '13



## Estás preparado?

O Olimpismo é a filosofia de vida que nos inspira a sermos pessoas melhores, que nos ensina a acreditarmos sempre em nós próprios e nos nossos sonhos e nos traz a oportunidade de uma vida mais completa e saudável.

Comigo, vais descobrir que quando queremos aprender e estamos desejosos de dar o nosso melhor, ninguém nos consegue parar!

Espero que te divirtas com o teu novo jornal! Estás preparado?

## Are you ready?

*Olympism is a philosophy that inspires us to be better persons, that teaches us to always believe ourselves and our dreams and brings us the opportunity of a full and healthy life.*

*With me, you'll discover that when we want to learn and we're willing to give our best, no one can stop us!*

*I hope you have fun with your new newspaper. Are you ready?*

*Kelfi*

## Já conheces o Kelfi? Would you like to meet Kelfi?

O **Kelfi** é o elemento mais novo de uma antiga linhagem de lobos, encarregue de defender os ideais Olímpicos e de os transmitir às crianças do mundo!

Aventureiro destemido, não há nada que o faça desistir dos seus sonhos! Afinal, ele acredita que, um dia, as crianças voltarão a reunir-se para festejar o Olimpismo nos Jogos de Quelfes!

Será possível?

**Kelfi** is the youngest member of an ancient wolf tribe, charged with the mission of defending the Olympic values and to pass them on to all children worldwide!

*Fearless adventurer, he will go anywhere to accomplish his dreams! After all, he believes that, one day, the children will gather to celebrate Olympism at the Quelfes Games!*

Can this come true?





## Códigos QR, Passaporte para a Aventura!

## QR Codes, Passport to Adventure!

Reparaste no **símbolo estranho**? É um **código QR**, uma espécie de código de barras bidimensional de resposta rápida, inventado pela empresa japonesa Denso Wave em 1994. Por trás podes encontrar imagens, vídeos ou mesmo **mensagens secretas**!

*Did you notice the **strange symbol**? It's a **QR code**, some kind of quick response bidimensional bar code, invented by the japanese company Denso Wave in 1994. Behind you can find images, videos or even **secret messages**!*

### Manual de Instruções Instruction Manual



**1** Descarrega para o teu telemóvel ou tablet um leitor de códigos QR

Download a QR code reader to your mobile phone or tablet

Activa o programa e aproxima a câmara do código **2**

Activate the program and approach the code with the camera

**3** Agora, deixa a magia acontecer!

Now, let magic happen!



Experimenta-me!

Try me!



O Kelfi está à tua espera!

Kelfi is waiting for you!

MAIL

[Kelfimail@gmail.com](mailto:Kelfimail@gmail.com)



# Olympic History

## História Olímpica

## Os Jogos Olímpicos da Antiguidade

Na Antiguidade, Olímpia era um santuário, situado numa planície fértil e verdejante do nordeste da península do Peloponeso.

Esse era o local dos antigos Jogos Olímpicos, festival atlético dedicado a Zeus e celebrado de quatro em quatro anos (período de tempo denominado Olimpíada), geralmente no final do mês de Agosto.

Segundo as fontes históricas, os primeiros Jogos Olímpicos realizaram-se em 776 A.C. (apesar de ser muito provável que já acontecessem antes dessa data) e duraram mais de 1000 anos, até terem sido finalmente abolidos por ordem do imperador romano Teodósio.

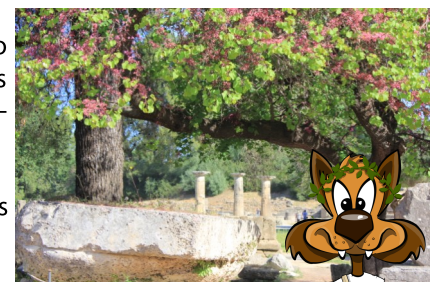
No início, os Jogos eram compostos por apenas uma prova, a corrida do estádio ou dromos (192,27 metros), tendo evoluído para um festival com cinco dias de duração e provas que, além de diversas corridas a pé incluíam o pentatlo, as provas equestres e os desportos de combate.

Nos Jogos, os juizes puniam severamente os batoteiros. Com o dinheiro das pesadas multas eram construídas Zanes (estátuas de Zeus em Bronze) com o nome dos infratores na base, colocadas à entrada do estádio como advertência aos demais.

Apenas os homens podiam participar nos Jogos Olímpicos. As mulheres tinham os seus próprios jogos, os Heraia.



*Os feitos atléticos eram motivo de inspiração para os artistas!  
Artists were inspired by the athletic feats!*



*O prémio dos vencedores era um Kotinos (coroa de ramos de oliveira)*

*The winners' prize was a Kotinos (wild olive crown)*



### A Trégua Sagrada The Sacred Truce

A Trégua Sagrada, gravada num disco de bronze e depositada no Templo de Hera, representava um dos elementos mais sagrados dos antigos Jogos. Este acordo, Ekecheiria proibía os Estados participantes de utilizar a violência para resolver conflitos. O objetivo era assegurar a todos os peregrinos uma viagem segura até Olímpia.

*The Sacred Truce, engraved on a bronze disc kept at the Temple of Hera, was one of the ancient games' most sacred symbol. This pact, Ekecheiria, forbade the use of violence to settle disputes, to all participating City-states. The objective was to assure a safe trip to everyone going to Olympia.*





## The Ancient Olympic Games

*During Antiquity, Olympia was a sanctuary lying on a lush green fertile plain located in the northeast of the Peloponnese peninsula.*

*That was the place of the ancient Olympic Games, athletic festival dedicated to Zeus and celebrated every four years (period of time called Olympiad), usually at the end of August.*

*According to historical sources, the first Olympic Games were held in 776 BC (even though it is likely they were happening before) and lasted for over 1000 years until they were abolished by the decree of roman emperor Teodosius.*

*In the beginning, the Games consisted of only one contest, the stadium race or dromos (192,27 meters). Eventually they grew until they become a five days long festival that, besides the foot runs, included the pentathlon, equestrian events and combat sports.*

*At the games, the judges were merciless. The heavy fines, cheaters were compelled to pay, were used to build Zanes (Zeus' bronze statues) with the cheater's name on the base, placed at the stadium entrance as a warning to all the others.*

*Only men could take part in the ancient Olympics. Women had their own games, the Heraia.*

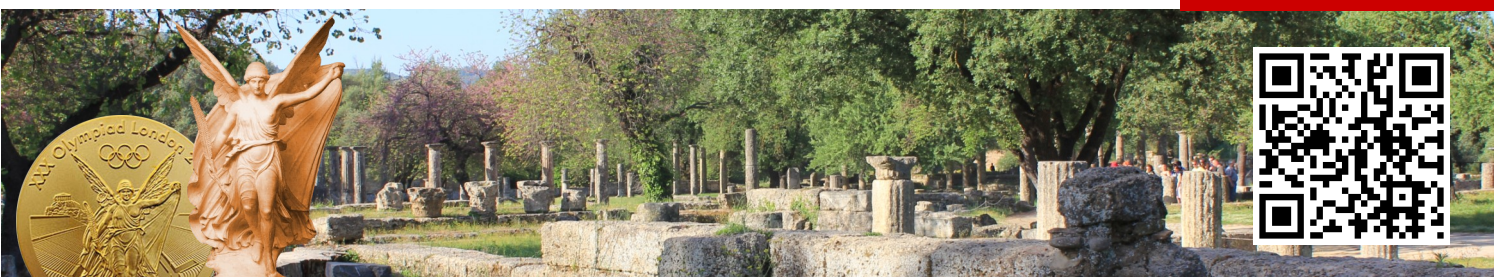
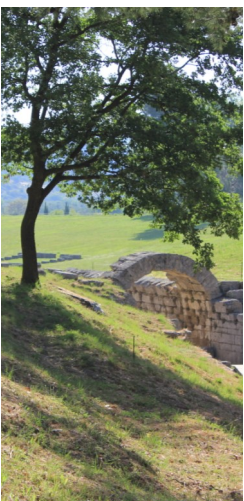


### Os Jogos Panhelênicos

#### The Panhellenic Games

Os Jogos Olímpicos eram um dos quatro Jogos Panhelênicos (para todos os gregos). Os outros eram os Jogos Píticos (Delfos), os Jogos Ístmicos (Corinto) e os Jogos Nemeus (Nemeia). Todos os anos realizava-se pelo menos um deles. Ao atleta que conseguisse vencer em todos os quatro festivais era atribuído o título de Perodónikes (campeão do circuito).

The Olympic Games were one of the four Panhellenic Games (to all Greeks). The others were the Pythian Games (Delphi), the Isthmian Games (Corinth) and the Nemean Games (Nemea). If an athlete won at every festivals he was given the title of Perodónikes (circuit champion).



Paionios Nike





## REPORT *Reportagem*

### Os Jogos de Quelfes

#### Ensinando Olimpismo às crianças

No dia 08/08/2008, motivado por um antigo sonho, Gustavo Marcos reuniu alguns amigos (Vânia Rato e os irmãos Renato Ramos e Bruno Yves Ramos) para debater algumas questões relacionadas com o Olimpismo.

Desse encontro nasceu a decisão de desenvolver um programa educativo que, além de promover o interesse das crianças pelo desporto, utilizasse a filosofia Olímpica enquanto instrumento de aprendizagem interdisciplinar, honrando aquilo que fora a vivência da Pólis grega e os deveres fundamentais do educador, elencados por Pierre de Coubertin. Assim começaram os Jogos de Quelfes.

A missão primordial dos Jogos de Quelfes é a promoção do Olimpismo enquanto filosofia de vida e fórmula de aprendizagem interdisciplinar, valorizando o esforço, o mérito, a superação e o bom exemplo segundo a máxima «Nenhuma criança pode ficar para trás!».

Paralelamente, os fundadores propuseram-se honrar as antigas tradições desportivas para crianças, com a celebração dos Jogos de Quelfes locais. Apesar de tudo, o seu grande sonho sempre foi levar a cabo um festival internacional onde os educadores possam partilhar as suas experiências e projetos de educação Olímpica e as crianças disfrutem de uma convivência pacífica, através da participação em provas desportivas e em oficinas de desenvolvimento intelectual, cultural e artístico, à luz do Olimpismo.

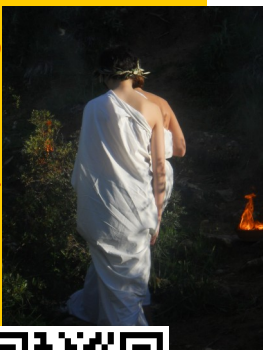
De entre os diversos instrumentos pedagógicos desenvolvidos no âmbito dos Jogos de Quelfes, merece destaque o livro «Kelfi e os Jogos Olímpicos», considerado a melhor obra sobre Olimpismo alguma vez publicada em língua portuguesa.

Em 2013, a Comissão Executiva do Comité Olímpico de Portugal deliberou, por unanimidade, atribuir um voto de louvor aos Jogos de Quelfes pelo seu papel na promoção do Olimpismo.

**Os Jogos de Quelfes colocam todas as suas forças na promoção do Olimpismo!**

Call to the Games

Chamada para os Jogos



O sonho dos Jogos de Quelfes internacionais está sempre presente!





# The Quelfes Games

Teaching children *in the ways of Olympism*

The international Quelfes Games are an always present dream!

On August 8, 2008, driven by an ancient dream, Gustavo Marcos met with some friends (Vânia Rato, Renato Ramos and Bruno Yves Ramos) to debate some questions about Olympism.

From that meeting was born the decision to put forth an educational program that, besides promoting child interest in sport, could turn Olympic philosophy into an interdisciplinary learning tool, honoring the legacy of the ancient greek Polis and the educator's duties, as listed by Pierre de Coubertin. And so, the Quelfes Games were born.

The Quelfes Games' main goal is the promotion of Olympism as a philosophy of life and interdisciplinary teaching and learning formula, valuing effort, merit, resilience and good example on the maxim that «No child can be left behind!».

At the same time, the founders wished to honour the ancient children sports traditions, with the celebration of the local Quelfes Games. Their most fond dream, nevertheless, is the establishment an international festival where educators can share their experiences and projects on Olympic education and children can take part in true fellowship, striving to beat their personal best, on sporting events, and learning new things through cultural workshops, inspired by the values of Olympism.

Among the different learning tools developed under the Quelfes Games, it must be highlighted the «Kelfi and the Olympic Games» book, regarded as the best work on Olympism ever to be published in portuguese language.

In 2013, the Portugal Olympic Committee's Executive Board ruled unanimously to assign a vote of praise to the Quelfes Games for its role in the promotion of Olympism.

*The Quelfes Games put all their strenght in the promotion of Olympism!*



**Quelfes**, a princesa dos Jogos!  
**Quelfes**, princess of the Games!

José Vicente Moura - Quelfes Games Legend at the 2011 Opening Ceremony



# TRAVELS IN GREECE

## VIAGENS NA GRÉCIA

República Helénica  
Hellenic Republic

Capital: **Atenas** | Athens

Língua - Language: **Grego** | Greek

Área - Area: **131.977 km<sup>2</sup>**

População - Population: **10.815.197**

Moeda - Currency: **Euro €**

Hino - Hymn:



## Subida à Acrópole

Atenas é uma das cidades mais antigas do mundo, com uma história que remonta há mais de 3400 anos. Na antiguidade clássica, a cidade-estado, mais do que pelo seu poder militar, era conhecida enquanto centro artístico, cultural e filosófico. Foi em Atenas que nasceu a democracia!

Na atualidade, com mais de 3 milhões de habitantes, Atenas domina a região da Ática, atraindo milhares de visitantes anualmente, grande parte deles à descoberta das gloriosas memórias do passado.

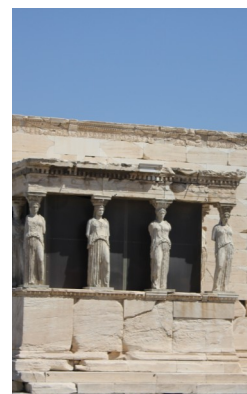
No centro da cidade, a 150 metros de altura, ergue-se a majestosa Acrópole, a «rocha sagrada», sítio da antiga cidadela, onde se encontram os monumentos mais importantes, como o Parténon (mandado reconstruir por Péricles durante a idade de ouro de Atenas - 460 a 430 A.C.).

A subida até ao topo inicia-se nas Portas de Atena, a monumental entrada para o Fórum Romano. No extremo oposto, localiza-se a Torre dos Ventos, uma estrutura octogonal, construída pelo astrónomo sírio Andronikos Kyrrethas em 50 A.C., onde estão representadas as personificações dos diferentes deuses eólicos.

Sem perder a imponente subida de vista, vale a pena passar algum tempo na Antiga Ágora. Fundada no século VI A. C., foi o centro de toda a atividade cívica durante 1200 anos. Os pontos altos de qualquer visita à Ágora são o museu (Stoa de Átalo), onde se encontram importantes achados arqueológicos, e o Templo de Hefesto, o mais bem preservado templo clássico da Grécia. O seu magnífico friso retrata os feitos de Teseu e os trabalhos de Héakles.

Para chegar à Acrópole escolhemos o antigo Caminho Panatenaico, rota utilizada durante a antiga procissão das Panateneias (festividades realizadas em honra da deusa Atena e que incluíam, também, provas desportivas).

No cimo do rochedo, os turistas são saudados pelo Propileu, a grande entrada de acesso ao Templo de Atena Nike, ao Erectéion, ao Novo Museu da Acrópole e claro, ao majestoso Parténon!





## Reaching Acropolis

Athens is one of the oldest cities in the world, with an history that stretches back 3400 years. During classical antiquity, the city-state, more than for its military power, was specially known as an artistic, cultural and philosophical center. It was in Athens that democracy was born!

Today, with more than 3 million inhabitants, Athens rules over the Attic region, attracting thousands of visitors every year, most of whom driven by the glorious memories from the past.

Raising 150 meters above the city, the majestic Acropolis or the «sacred rock», place of the old citadel, is home to some of Europe’s most famous monuments, like the Parténon (rebuilt by Péricles’ command during the Athens’ golden age - 460 to 430 B.C.).

The way to the top starts at the Gates of Athen, the monumental entrance to the Roman Forum. On the opposite side lies the Winds Tower, an octagonal structure, built by the Syrian astronomer Andronikos Kyrrehester in 50. B. C. . It’s famous for portraying the different eolic gods.

Without losing sight of the imposing climb, it is worthwhile to spend some time at the Ancient Agora. Founded during the VI century B. C. , it was the center of all civic activity for 1200 years. The main landmarks are the museum (Atalo’s Stoa), where important archeological discoveries can be seen, and the Temple of Hefestus, Greece’s most well preserved classical temple. Its wonderful stone work depicts the feats of Teseus and the labours of Herakles.

To reach the Acropolis we chose the ancient Panathenaic Way, route used during the ancient Panathenaia (festivities held in honour of goddess Athen, which also included sports).

At the top of the rock, the tourists are welcomed by the Propileus, the great entrance towards the Athen Nike Temple, Rectéion, the New Acropolis Museum and, off course, the majestic Parténon!





# Olyimpismo



## DR. JOSÉ MANUEL CONSTANTINO

PRESIDENTE COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL  
PORTUGAL OLYMPIC COMMITTEE PRESIDENT



### Qual é, atualmente, o maior desafio do Olimpismo em Portugal?

O maior desafio do Olimpismo em Portugal na minha opinião é, atualmente e nos tempos mais próximos, a valorização do desporto e do olimpismo na sociedade portuguesa como fator decisivo para assimilar o potencial económico, cultural, educativo e social e assim elevar o nível desportivo do país.

### What is currently Olympism's greatest challenge in Portugal?

In my opinion, Olympism's greatest challenge in Portugal is currently and in a near future the valuation of sport and Olympism in portuguese society as a decisive factor to assimilate the economic, cultural, educational and social potencial and thus raise the country's sport level.

### A nossa sociedade teria a ganhar se o Olimpismo fosse efetivamente promovido nas escolas, enquanto filosofia de vida?

O Olimpismo encerra em si um património de valores único à escala global, essencial para o desenvolvimento harmonioso do indivíduo. Num contexto de enorme carência de referências, a promoção e educação através deste tipo de valores representa uma importante mensagem para redefinir o contexto e reverter tal tendência em prol de uma sociedade mais justa, responsável e solidária.

### Would our society benefit if Olympism was, effectively, promoted in schools as a philosophy of life?

Olympism encloses a heritage of unique values on a global scale, essential for the individual's harmonious development. In a context of enormous lack of references, promotion and education through such values represent an important message to redefine the context and reverse the trend towards a more just, responsible and caring society.

### Os Jogos de Quelfes são um parceiro importante na promoção do Olimpismo junto das crianças?

Os projetos, ações e eventos que procuram fomentar o Olimpismo junto das crianças e jovens, principalmente aqueles que se desenvolvem a uma escala local e regional, constituem oportunidades únicas para, no terreno, concretizar o desígnio da valorização social do desporto. Os Jogos de Quelfes, tendo em atenção a experiência das várias edições realizadas, o empenho daqueles que os organizam e os participantes que mobiliza, são um dos melhores exemplos desta realidade.

### The Quelfes Games are an important partner on promoting Olympism amongst children?

Projects, actions and events seeking to promote Olympism amongst children and young people, mainly those developed at local and regional scale, represent unique opportunities, on the ground, to achieve the objective of sport's social enhancement. The Quelfes Games, taking into account the experience of the different editions, the commitment of those who organize them and the children taking part, are one of the best examples around.

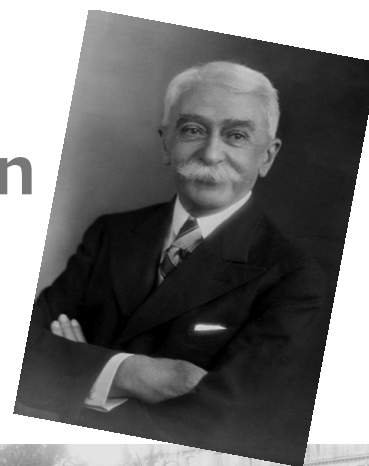


# Herói Olímpico Olympic Hero

## Pierre de Coubertin

Pierre de Coubertin nasceu em Paris no dia 1 de Janeiro de 1863 e cedo se interessou pelo fenómeno da educação. Com apenas 20 anos, rumou a Inglaterra onde tomou contacto com as experiências educativas de Thomas Arnold no colégio de Rugby. Mais do que recuperar os Jogos Olímpicos, o seu principal legado é o Olimpismo. Esta filosofia de vida, criada pelo próprio, tem por base uma ideia pacificadora de amizade universal, respeito entre todos os seres humanos e empenho no desenvolvimento pessoal. Pela dedicação de uma vida inteira à causa do Olimpismo, Pierre de Coubertin é, sem dúvida, o maior de todos os heróis Olímpicos!

*Pierre de Coubertin was born in Paris on January 1, 1863 and soon the education matters began to occupy his mind. Aged only 20, he travelled England, where he got in touch with Thomas Arnold's educational experiments during his time in Rugby. More than reviving the Olympic Games, his main legacy is called Olympism. This philosophy of life is based on the appeasing idea of universal friendship, respect among the human beings and strive for personal development. For the lifetime dedication to the cause of Olympism, Pierre de Coubertin is, undoubtedly, the greatest of all Olympic heroes!*



O **OLIMPISMO** é uma filosofia de vida que exalta e combina de forma equilibrada as qualidades do corpo, da vontade e da mente. Aliando o desporto à cultura e educação, o Olimpismo procura ser criador de um estilo de vida fundado no prazer do esforço, no valor educativo do bom exemplo, na responsabilidade social e no respeito pelos princípios éticos fundamentais universais.

**OLYMPISM** is a philosophy of life, exalting and combining in a balanced whole the qualities of body will and mind. Blending sport with culture and education, Olympism seeks to create a way of life based on the joy of effort, the educational value of good example, social responsibility and respect for universal fundamental ethical principles.

**CARTA OLÍMPICA**  
  
**OLYMPIC CHARTER**



## Andebol Handball



O Andebol é muitas vezes comparado a um jogo de futebol onde os jogadores usam as mãos em vez dos pés. Cada equipa é composta por 7 jogadores e o objetivo é marcar golos na baliza adversária.

*Handball is many times compared to a football game where players use hands instead of feet. Each team is composed by 7 players who do their best to score goals on the opposing goalkeeper's net*

## Hora do Recreio

### Play Time

Lança ao cesto!  
Hit the basket!

Podes jogar sozinho ou com amigos. Assinala várias bases no campo (como vês na imagem) e atribui-lhes uma ordem. O objetivo é encestar a partir de cada uma delas. Quando o tiveres feito na primeira, podes passar para a segunda e assim sucessivamente. Regista o tempo que demoraste a completar o circuito e tanta bater o teu recorde!

You can play by yourself or with friends! Point several bases on the court (as you see in the picture) and assign them an order. The goal is to bounce. Once you have made it from the first one you can proceed to the second and so on until you have cleared the circuit. Record the time you took and try to beat your own record!



## Mario e Sonic nos Jogos Olímpicos de Londres 2012

### Mario & Sonic at the 2012 London Olympic Games

Lançado para a consola Nintendo Wii, o jogo conta com a presença dos personagens da Sega e da Nintendo numa série de provas baseadas nos Jogos Olímpicos. Atletismo, natação, futebol, ginástica, canoagem ou ténis de mesa são algumas das modalidades presentes. A diversão é garantida!

Launched on the Nintendo Wii console, the game highlights the Sega and Nintendo franchises' well known characters, in a collection of numerous events based on the Olympic Games. Athletics, aquatics, football, gymnastics, canoeing or table tennis are among the included sports. The fun is guaranteed!



Aproveitando o primeiro filme da trilogia «Hobbit», a Lego lançou o set «um encontro inesperado», inspirado na famosa casinha do personagem principal, Bilbo Baggins. Um total de seis personagens, uma construção desafiante e um produto final lindíssimo fazem deste conjunto o brinquedo ideal para muitas horas de diversão!

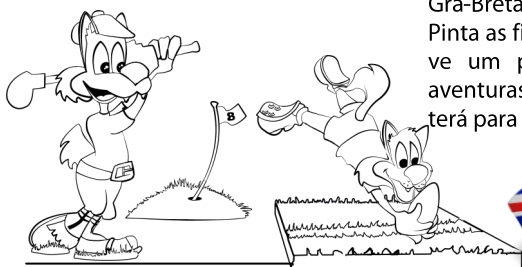
Celebrating the first «Hobbit» trilogy film, Lego launched the «an unexpected gathering» set, inspired on the famous Bilbo Baggins' little house. A total of 6 mini figures, a challenging building process and a wonderful piece of display make this a set that will entertain you with many hours of amazing play!

## Loja de Brinquedos Toy Shop



## Pinta e Imagina!

### Paint & Imagine!



Durante as férias, o Kelfi viajou até ao Reino Unido, onde aproveitou para praticar algumas modalidades olímpicas com grande tradição na Grã-Bretanha.

Pinta as figuras a teu gosto e escreve um pequeno texto sobre as aventuras do Kelfi. Que histórias terá para contar aos amigos?

During a holiday, Kelfi travelled to U.K., where he had the opportunity to practice some traditional British Olympic sports.

Colour the figures to your taste and write a short text about Kelfi and his british adventures. What stories does he have to tell friends?



United Kingdom



O Kelfi News acabou de chegar às bancas e o Kelfi está empenhado em torna-lo um sucesso! Sabendo que o seu quiosque funciona 8 horas por dia e são vendidos 12 jornais em cada meia hora, quantos jornais conseguirá o Kelfi vender numa semana?

Kelfi News is finally on the market and Kelfi wants to turn it into a commercial hit! Knowing that his store works 8 hours a day and that every half an hour, 12 newspapers are sold, how many will Kelfi sell in one week?



## Desafio Matemático Maths Challenge

## KELFI NEWS

Editorial Director: Gustavo Marcos  
Editorial Team: Renato Ramos, Vânia Marcos  
Images: Carlos Sousa, COP, Gustavo Marcos, IOC, LEGO  
Illustrations: Orlando do Ó | Cover: Orlando do Ó  
Videos: IQGC, IOC, RICKSTEVES.COM, NINTENDO

## CONTACT DETAILS

Website: [www.kelfigames.com](http://www.kelfigames.com)  
Email: [internationalqg@gmail.com](mailto:internationalqg@gmail.com) | [kelfimail@gmail.com](mailto:kelfimail@gmail.com)  
Office: Avenida Dr. Bernardino da Silva 13 E 8700-301  
ALGARVE - PORTUGAL  
Tel: (+351) 289 722 332 | (+351) 91 631 10 93