

# Rotary

## Club de Vila Nova de Gaia



foto: clint bustillo

nº 490 | boletim mensal ano XL janeiro de 2024



# SAIMÓVEIS

## SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados  
na Compra e Venda de:

LOJAS • ESTABECIMENTOS • ARMAZÉNS  
ESCRITÓRIOS • ANDARES • APARTAMENTOS  
QUINTAS • TERRENOS

Praceta 25 de Abril, 109 - 1º E  
4430-257 Vila Nova de Gaia  
Portugal  
Telefone: 223 771 660  
Fax: 223 703 212  
E-mail: samil@salmoveis.pt  
Web: www.salmoveis.pt

Farmácia   
Portela

ABERTO 24 HORAS

Homeopatia  
Fitoterapia  
Ortopedia  
Podologia  
Equipamentos para geriatria e  
deficientes



Rua Marquês Sá da Bandeira, 238  
4400-217 Vila Nova de Gaia  
Telefone: 223 750 719 • Fax 223 744 106

disponibilizamos-lhe um  
serviço personalizado



Inovação em  
ambientes  
cerâmicos

**Saniax**

Almeida & Xavier, Lda.



Decoração de  
Salas de Banho



Stand de Vendas: Rua Soares dos Reis, 82  
Armazém: Rua da Rasa, 89 - 4400-271 Vila Nova de Gaia

Telf.: 223 745 922 | Fax: 223 745 929  
[geral@saniax.pt](mailto:geral@saniax.pt)

Membro nº. 12 028 do *Rotary International*

Admitido em 13 de Janeiro de 1973, então no Distrito 176 – actualmente Distrito 1970

Pessoa colectiva nº. 501 765 751

Reúne às Quintas-feiras no HOTEL HOLIDAY INN PORTO-GAIA

Rua Diogo de Macedo, 220, 4400-107 Vila Nova de Gaia

Tel.: 22 374 7500; Fax 22 374 7576

\*

**Associação Pro-Boletim do Rotary Club de Vila Nova de Gaia**

Pessoa colectiva nº. 503 231 053

\*

**SECRETÁRIO EXECUTIVO DIRECTOR** – Américo Camarinha**CONSELHO DIRECTOR****PRESIDENTE** – Artur Lopes Cardoso**PRESIDENTE ELEITA** – Filomena Aguiar**VICE PRESIDENTE** – Inês Ferraz**1º SECRETÁRIO** – Fátima Passos**2º SECRETÁRIO** – Alexandra Fontes Pinto**1º TESOUREIRO** – Maria do Céu Gonçalves**2º TESOUREIRO** – Justa Castro**1º PROTOCOLO** – Jorge Silveira**2º PROTOCOLO** – Marília Raro**COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE****PRESIDENTE** – Bartolomeu Pereira**PROGRAMAÇÃO SEMANAL** – Artur Lopes Cardoso, Filomena Aguiar**"WEBSITE" e Estratégias "WEB"** – Henrique Lopes Cardoso, Alexandra Fontes Pinto**EVENTOS SOCIAIS** – Ana Maria Cunha, Rogério Cardoso**MANHÃS CULTURAIS** – Artur Lopes Cardoso, Fátima Passos**COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL****PRESIDENTE** – Rogério Cardoso**ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS** – Ângelo Sá, Ana Maria Cunha, Inês Ferraz**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Manuel Júlio Santos, Ângelo Sá**FORMAÇÃO/INFORMAÇÃO** – Artur Lopes Cardoso, Inês Ferraz**COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM****PRESIDENTE** – Raquel Lima**RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL** – Henrique Lopes Cardoso**BOLETIM DO CLUBE** – Artur Lopes Cardoso, Fátima Passos**PUBLICIDADE & MARKETING** – Jaime Poças, António Meira**COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS****PRESIDENTE** – Maria de Fátima Meira**SERVIÇOS À COMUNIDADE** – António Meira, Filomena Aguiar**SERVIÇOS PROFISSIONAIS** – Francisca Neves, Mónica Gonçalves, João Camarinha**SERVIÇOS À JUVENTUDE** – Marília Raro, "Mizi" Reis, Marco Gomes**SERVIÇOS INTERNACIONAIS** – Rogério Cardoso, Manuel Júlio Santos**ALDEIA SOS** – Américo Camarinha, Ana Maria Cunha**COMISSÃO DE THE ROTARY FOUNDATION****PRESIDENTE** – Mercês Ferreira**DOAÇÕES ANUAIS** – Francisca Neves, Jaime Poças, Artur Lopes Cardoso**SUBSÍDIOS** – Manuel Júlio Santos**DELEGADOS****REVISTA "PORTUGAL ROTÁRIO"** – Alexandra Fontes Pinto**CENSURA!?**

Do elenco dos Direitos Humanos Fundamentais, dois existem, entre si conexos, que se poderão considerar seus exclusivos: o da liberdade de pensamento e o da liberdade de expressão. Praticamente todos os demais podem ser assinalados com relação aos seres vivos, no seu geral. Daí que sejam aquelas liberdades tão poderosas em si que surjam perseguições, às vezes letais, ao seu exercício por alegadas colisões com idênticos direitos outrem em relação a nós, e o conceito de difamação surja aqui e além em jeito de constrangimento ao seu exercício.

A história aí está a fornecer exemplos do que venho de advertir. O eterno Sócrates (não, não é esse...), o que viveu de 470 a 399 aC, por causa da liberdade de pensamento e da sua expressão, acabou por se suicidar em Atenas ingerindo chá de cicuta, um poderoso apiáceo.

Os ataques à liberdade de expressão e de pensamento "justificaram" coisas como a Real Mesa Censória da "Santa Inquisição", o aparecimento do "Index Librorum Prohibitorum", vulgarmente designado simplesmente por "Index", já anteriormente a destruição pelo fogo da famosíssima Biblioteca de Alexandria, em tempos do Califa Omar (586-644). Mais perto de nós, e para encurtar, tempos do denominado "Estado Novo", sofremos a peneira da "Comissão de Censura"...

Quando digo "sofremos" quero efectivamente reportar-me ao Rotary em Portugal pois o Movimento, maugrado constituirem nessa altura os Rotary Clubs meios nos quais a liberdade de expressão era realmente assegurada no nosso País, mesmo assim dificuldades de desvairada ordem se colocavam quanto a ele. Seriam disso testemunhas Rotários insignes que já nos deixaram, entretanto, como Augusto de Castro (1883-1971) ou Octávio Lixa Filgueiras (1922-1996) de muito saudosa memória.

A esse tempo, os Rotary Clubs portugueses aceitavam admitir nos seus quadros quantos o desejavam, estes por reconhecerem que no Rotary Clube e suas reuniões podiam livremente expressar os seus pontos de vista sem crivo algum. O que, convenhamos, era, e é, inteiramente salutar.

Por isso, de admirar não foi verificar que, com a "revolução dos cravos" e a recuperação das liberdades que ela trouxe, diversos "Rotários" (só de nome, entendamos) se apressassem a sair. E o nosso próprio clube teve disso, mesmo sendo, à época, de fresca formação.

Poucos se terão dado conta de que, bem recentemente, andou por aí uma proposta de lei – a nº. 89/XV – miseravelmente caótica que, numa embrulhada de temas dispares e evidenciando uma lamentável técnica confusa, acabava por constituir uma severa redução ao exercício do direito de pensamento e da sua expressão, introduzindo esquisitas novas criminalizações e, pasme-se, até dizendo basear-se na Comissão dos Direitos Humanos da ONU!?

Felizmente, esta lamentável proposta foi, à última hora, retirada por quem a parira. Ainda bem, mas ... há que estar atento.

ALC

**Capa:** O probo exercício da profissão está na base do Rotary.

# ■ PROGRAMA PARA O MÊS ■ DE FEVEREIRO

# ■ COMPANHEIRISMO ■

DIA 1

REUNIÃO N°. 2516

21,30 horas - Café com Cônjuges.  
COMPANHEIRISMO.  
Palestra pelo Compº. Vítor Dias (Rotary Club de Aveiro) sobre "BOLSAS ROTARY PELA PAZ".

DIA 8

REUNIÃO N°. 2517

21,30 horas - Café.  
COMPANHEIRISMO.

DIA 15

REUNIÃO N°. 2518

20,30 horas - Reunião de Jantar c/ Cônjuges e Convocados.  
Palestra pelo Compº. RTC Rodrigo Moura sobre o tema AS NOVAS GERAÇÕES NO D. 1970.

DIA 22

REUNIÃO N°. 2519

21,30 horas - Café.  
COMPANHEIRISMO.

DIA 29

REUNIÃO N°. 2520

21,30 horas - Café com Cônjuges.  
COMPANHEIRISMO.  
Palestra pela Exmº. Srº. Drº. Inês Villadelprat sobre TERAPIA DA FALA.

## ÍNDICE

Censura!?	1
Programa para o mês de Fevereiro	2
Companheirismo	2
Página do Presidente	3
Símbolos	4
Secretaria	5
O Primeiro Semestre	6
Um pouco de Etimologia	7
Rotários assim disseram	8
Noticiário Rotário	9
A Cruz Vermelha e o Crescente Vermelho	10
Natal	12
Momentos Históricos do Rotary	15
Factos e Feitos da nossa História	16
Boas Notícias em Português	17
Frases que marcaram	18
Conheça os seus Maiores	19
Culinária Internacional	20

## EM FESTA ■ NO NOSSO DISTRITO ■

Rotary Club de Matosinhos, no dia 7; o Rotary Club de Vila Real, no dia 8; o Rotary Club da Guarda, no dia 10; o Rotary Club de Leça do Balio, no dia 11; o Rotary Club de Viana do Castelo, no dia 19; o Rotary Club de Vila Nova de Famalicão, no dia 21; e o Rotary Club de Ovar, no dia 28.

Vai um apertado abraço de felicitações para os nossos Companheiros!

## ■ PÁGINA DO PRESIDENTE ■



Artur Lopes Cardoso

Presidente 2023-24

Caríssimos Companheiros(as).

Virámos meio ano e, verdadeiramente, atingimos o princípio ... do Rotary, ou seja o pilar no qual, por assim dizer, assenta o nosso Movimento, ou seja a atenção específica quanto aos Serviços Profissionais. É Janeiro!

Não é por acaso que o especial debruçar sobre Serviços Profissionais se situa logo antes do mês no qual se comemorará o aniversário do Rotary, ou seja Fevereiro, altura em que a nossa especial atenção se deve direcionar para as questões da Paz e da Prevenção/Resolução de Conflitos, uma frase talvez excessiva por isso que, com dizer "Paz" já se pressupõe o resto. Em si, Paz é já um conceito global, pois que tudo abrange.

É por isso que sou do parecer de que cada tema do denominado "calendário rotário", com exceção das propostas referentes a Janeiro e a Fevereiro, não passa de assunto instrumental que simplesmente dará sectorialmente algum contributo para o fim último e fundeiro do Rotary, qual é o da construção da Paz Global.

Neste caminhar persistente para tal fim, o ponto de partida é a nossa profissão e o modo por que a ela nos entregamos no nosso peregrinar terreno. Dúvidas não restam de que é por demais importante prevenir e combater doenças, ensinar a ler e a calcular, acelerar o desenvolvimento económico das populações, defender a saúde materna, gerir adequadamente os recursos hídricos, assegurar a

salubridade do ambiente, e por aí fora. Contudo, vendo bem as coisas, nada disso se poderá levar a efeito, e com o nível superior a que é mister, sem Paz. E a Paz tem como base, na sua essência, num Clube-de-Serviço de profissionais, cada um dos elementos de que tal clube se compõe e como ele se afirma no seu meio como pessoa credível e confiável, assim se dando a conhecer pelo modo por que assume o exercício da sua profissão.

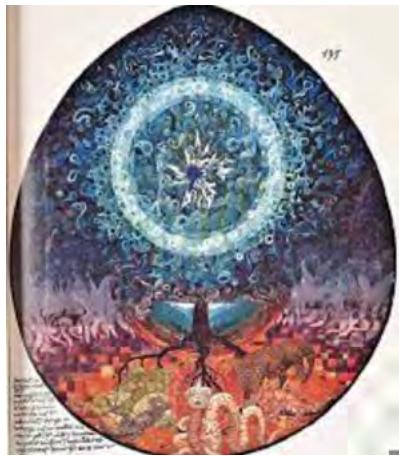
Olhemos o mundo a que pertencemos. Como, infelizmente, de todos é conhecido, situações de guerras aí estão e com índices de destruição e de assassinatos que muitos de nós até supúnhamos impossíveis no tempo que é o nosso. Rússia, Ucrânea, Israel, Palestina, terroristas do mais desvairado jaez, guerras para "todos os gostos" e dimensões as mais dispares. Qual Convenção de Genebra, qual ONU, quais direitos humanos, qual história!... Ninguém parece respeitar ninguém, às tantas porque deverão estar em declínio o saber e a ética profissionais. No fundo, se calhar tudo parece ser ... descartável.

Façamos, todos e cada um, um sério exame de consciência. A Paz Mundial é alcançável, mas o seu alcance passa por si e por mim, pelo profissional que é, que somos.

E tenha, Companheiro(a), um excelente Novo Ano em Paz.

ALC

# SÍMBOLOS



Saiba que o ovo é um símbolo de vida e de renascimento. Povos da Antiguidade, designadamente os Romanos, difundiam a ideia de que o próprio universo teria forma oval. Na Idade Média até havia quem acreditasse

que o mundo teria surgido de dentro da casca de um ovo. Daí o ter-se adoptado o costume de se darem presentes de ovos de galinha, um costume que também existe quem sustente que terá surgido na antiga Pérsia ou na China.

\*

Já em tempos do antigo Egipto, o coelho era sinônimo de fertilidade, pois, em média, os coelhos podem gerar crias entre quatro e oito vezes por ano e com ninhadas que podem contar, cada uma, entre oito e dez. Por outro lado, o coelho veio a tornar-se um símbolo de renascimento, porque é o primeiro animal a sair da toca após o inverno.



Na iconografia cristã, a lebre esteve associada a Jesus Cristo, por ter orelhas grandes, hábeis, pois, para melhor escutar a palavra de Deus.

\*



Há quem sustente que a tradição dos ovos de chocolate vem do tempo dos Czares, na Rússia, mas outros apontam-na aos pasteleiros de França, que recheavam ovos vazios e limpos com chocolate e depois os decoravam.

Na Alemanha, são pendurados em árvores ovos coloridos e na Rússia eles são postos nos túmulos, mas, em Itália, eles surgen na mesa da ceia pascal.

O costume de oferecer de presente ovos foi elevado pelos Czares russos. Entre 1885 e 1916, foram encomendados cinquenta ovos a Peter Carl Fabergé pelos Czares Alexandre III e Nicolau II. Aquele ofereceu um à esposa, Marie Feodorovna, contendo um relógio cravejado de safiras e diamantes.





Comp<sup>a</sup>. Fátima Passos

# SECRETARIA Dezembro

## RECUPERAÇÕES

Em reunião “online” com o Rotary Club de La Rochele-Atlantic – os Comp<sup>o</sup>s. Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso, Bartolomeu Pereira, Jorge Silveira, Marco Freitas Gomes, “Mizi” Reis e Rogério Cardoso. Em reunião “online” do E-Club Distrito 1970 – a Comp<sup>a</sup>. Mercês Ferreira. Em reunião do Interact Club ESAS/Vila Nova de Gaia – os Comp<sup>o</sup>s. Marco Gomes e “Mizi” Reis. Na festa de Natal Distrital, na Feira – os Comp<sup>o</sup>s. Américo Camarinha, Ângelo Sá, Inês Ferraz e Rogério Cardoso.

## DERAM-NOS A HONRA E O PRAZER DAS SUAS VISITAS

A Comp<sup>a</sup>. Lilian Ponce Bonabelli, do Rotary Club de Catedral-al-Sur, de Buenos Aires (Argentina). Os Comp<sup>o</sup>s. Germano e Manuela Rocha, do Rotary Club de Gaia-Sul. O Comp<sup>o</sup>. Pedro Fernandes, com sua Mulher, D. Ana, do Rotary Club de Senhora da Hora. O Comp<sup>o</sup>. António José Ferraz, do Rotary Club de Sever do Vouga. Os Comp<sup>o</sup>s. Carolina Almeida, Carolina Reis, Jéssica Pinto, Patrícia Pinto e Rodrigo Moura, do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia. As Sr<sup>as</sup>. Dr<sup>as</sup>. Felicidade Pereira, Maria do Carmo Castro, Marília Freitas e Ruth Lopes Cardoso. O Sr. Eng<sup>o</sup>. António Mesquita com sua esposa, Dr<sup>a</sup>. Lívia de Sousa.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

O nosso Boletim e o programa mensal, para todos os Companheiros e todos os Rotary Clubes do Distrito, ao Interact Club ESAS/Vila Nova de Gaia e ao Rotaract Club de Vila Nova de Gaia. “E-mail” para o Director do Solar dos Condes de Resende, a agradecer a visita feita. “E-mail” para o Presidente do Rotary Club de Coimbra, a felicitar o Clube pela passagem do seu 70º aniversário.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de **Novembro** do Rotary Club de Lisboa-Norte. Programas para o mês de **Dezembro** dos Rotary Clubes de Águas Santas/Pedrouços, Almada, Amarante, Barreiro, Caldas das Taipas, Cascais-Estoril, Entroncamento, Ermesinde, Esposende, Estarreja, Feira, Gaia-Sul, Lisboa, Lisboa-Benfica, Lisboa-Estrela, Lisboa-Lumiari, Lisboa-Norte, Lisboa-Parque das Nações, Loulé, Moita, Monção, Ovar, Paredes, Portimão, Porto, Póvoa de Varzim, Praia da Rocha, Quinta do Conde,

Sintra, Valongo, Viana do Castelo e Viseu.

**Comunicações** – Da Secretaria do Distrito, comunicação sobre alargamento do programa da próxima Convenção de R.I. e sobre a realização de Seminário Distrital da Fundação Rotária do R.I., em Guimarães. Do Governador Duarte Besteiro a comunicar a escolha feita pela Comissão Distrital de Indicação para Governador do nosso Distrito em 2026-2027 e também a comunicar a eleição do proposto Comp<sup>o</sup>. Luís Paulo Resende Bastos, membro do Rotary Club de Oliveira de Azeméis, como Governador Indicado 2026-2027, face a não ter surgido candidatura de oposição. Do Rotary Club de Albergaria-a-Velha, a comunicar falecimento da mãe de seu membro. Cumprimentos de Boas-Festas do nosso Governador e do Rotary Club de Caldas das Taipas. Programação de Dezembro dos Auditórios Municipais.

**Convites** – Do Governador do Distrito, para Almoço de Natal, em Santa Maria da Feira. Do Rotary Club da Feira, para o seu Almoço de Natal. Dos Rotary Clubes de Alcobaça, de Coimbra, de Douro Saúde D1970, de Leça da Palmeira, de Lisboa-Lumiari, de Lisboa-Parque das Nações, de Odivelas, de Póvoa de Varzim, de Praia da Rocha, de Valongo e de Vila Franca de Xira, para as respectivas VOG. Do Rotary Club de S. Mamede de Infesta, para o seu 3º Encontro de Jogos de Tabuleiro. Dos Rotary Clubes de Albergaria-a-Velha, de Almeirim, de Barcelos, de Barreiro, de Caldas das Taipas, de Cascais-Estoril, de Lisboa-Benfica, da Maia, de Oliveira de Azeméis, de Sandim e de Vizela, para suas reuniões com palestra. Dos Rotary Clubes de Águas Santas/Pedrouços e de Oeiras, e Lagos/Portimão/Praia da Rocha, para Concertos de Natal Solidários. Do Rotary Club de Torres Vedras, para sua reunião festiva de entrega de Prémios Escolares. Do Rotary Club do Douro e Vouga Internacional, para Jantar de Natal com apresentação de livro. Do Rotary Club de S. João da Madeira, para uma Venda de Roupa. Do Rotary Club de Lisboa-Benfica, para Caminhada pela Saúde Mental. Da APPACDM de Vila Nova de Gaia, para a Gala do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência. Do Auditório Municipal Casa da Cultura de Seia, para palestra. Do Auditório Municipal de Vila Nova de Gaia, para espectáculo de teatro. Do Cine-Teatro “Eduardo Brazão”, para Concerto.

## PUBLICAÇÃO ROTÁRIA RECEBIDA

“Portugal Rotário”. Cartas Mensais dos Governadores. Boletins dos Rotary Clubes de Fafe.

# ■ O PRIMEIRO SEMESTRE ■



**Carolina Almeida,**

Presidente do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia 2023/2024

Criar esperança no Mundo é trabalhoso. É, no entanto, inteiramente gratificante.

Na actividade "Sê um Pai Natal", um projecto distrital do Rotaract em parceria com a ART, instituição que ajuda jovens em situação social delicada, apadrinhámos 3 jovens. Estes 3 jovens indicaram-nos o que gostariam/precisavam de receber e nós acedemos. A actividade "Sê um Pai Natal" é anual e é muito grata, pois fazemos sempre alguma diferença na vida destes jovens. Diz-nos muito, e cada vez mais, já que em cada uma das suas edições o nosso Clube tem vindo a provar o seu compromisso com a comunidade e com os valores rotários.

Noutras notícias, no fim-de-semana de 1, 2 e 3 de Dezembro de 2023, sete rotaractistas deslocaram-se ao armazém do Banco Alimentar Contra a Fome, onde estiveram a fazer separação dos alimentos que serão doados a famílias necessitadas. A destacar: alguns deste sete chegaram a lá estar um total de 18 horas em voluntariado, revelando uma grande empatia. Para além disto, participámos no Peditório para a Liga Portuguesa Contra o Cancro, no início de Novembro de 2023.

É também importante destacar a nossa actividade "Alimento ou Travessura". Um êxito e, resultado dela, foi que os nossos membros continuam a fazer voluntariado pela Associação "Coração na

Rua", dando início àquilo que esperamos ser uma colaboração duradoura, em que os membros do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia vão continuar a dar do seu tempo, da sua boa energia, para amparar aqueles que vivem com mais dificuldades.

As nossas reuniões são ocupadas com este tipo de actividades, mas também com momentos ambientais e culturais, assim como com peripécias do mundo rotário, como mesmo de fora desse mundo. Esperamos manter, ou até aumentar, a energia que despendemos em actividades em prol da comunidade.

No segundo semestre pretendemos manter a máxima de "dar de si antes de pensar em si", procurando sempre pessoas sem ajuda e encontrando soluções para as ajudarmos. Não tenho palavras para descrever o quanto feliz estou com este primeiro semestre e com o empenho do nosso clube. Ser Presidente de pessoas como os membros do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia tem sido uma aventura, com os seus altos e baixos, mas uma daquelas aventuras cujos frutos são doces e eternos. Espero que as festividades de Dezembro tenham sido felizes para todos os que lerão este texto e que essas vos tenham renovado as energias para continuar a criar esperança no Mundo. Não só neste ano rotário, como nos que se avizinham.

# ■ UM POUCO DE ETIMOLOGIA ■

*Por certo que todos sabem que muitos dos nomes com os quais somos identificados têm uma origem e, com ela, um significado próprio do ponto de vista etimológico. O que, às tantas, nem todos sabem é a origem e o significado etimológico do seu próprio nome. Iremos, pois, dar a conhecer a cada um (na medida do possível) o que se sabe do seu nome e do seu cônjuge, seguindo a ordem pela qual estão no livrinho dos Serviços Internos de que dispomos. Veja, pois.*

**FILOMENA** – tem origem grega e significa “Amiga do Canto”.

**AMÉRICO** – tem origem visigótica e resultou da conjugação do nome “Amalric” que, mais tarde, derivou para o germânico.

**MARGARIDA** – nome de flor com esta designação: “bela como a ...”.

**JOÃO** – tem origem hebraica e significa “Agraciado por Deus”. Pessoa com forte espírito de liderança, por vezes bastante impulsiva.

**ROGÉRIO** – tem origem germânica e significa “O da lança gloriosa”.

**ANTONIETA** – diminutivo de Antónia. Tanto tem origem no latim (Antonius), caso em que significa “inestimável”, como ter origem grega (antheos), e então, significa “flor”. Um António será, em princípio, pessoa frágil, de grande dependê-

cia afectiva, que visa sobretudo constituir uma família. Procura o equilíbrio e rege-se por sentimentos. Necessita de agradar e de criar laços de paz. Gosta do belo e do prazer.

**JUSTA** – tem origem no latim e significa “aquela que trabalha com equidade” ou “aquela que vive segundo a lei de Deus”.

**FÁTIMA** – tem origem árabe e significa “A mulher perfeita”. Pessoa comunicativa e com facilidade para estabelecer novos contactos. Adora mudanças, designadamente quando lhe permitem estabelecer novos relacionamentos.

**PAULA** – tem origem no latim e significa “pequena”. Diz-se de pessoa que só presta atenção àquilo que lhe suscita interesse.

**DANIEL** – de origem hebraica, também, vem de “Danyel” e significa “Deus é o meu juiz”. Trata-se de alguém que não se preocupa muito com a opinião dos outros.

*E a coisa segue ...*

# ■ ROTÁRIOS ASSIM DISSERAM ■

1. "Acredito que chegámos ao momento em que precisamos mais que nunca de investir o nosso tempo e os nossos conhecimentos para resolvermos, a nível mundial, os problemas mais prementes da época em que vivemos. Um novo programa será lançado no ano que vem, o qual trará uma nova dimensão aos nossos serviços nas áreas humanitária, da saúde e do combate à fome. Será implementado em todo o mundo e incluirá tarefas grandes demais para um só clube ou só um distrito, e proporcionará mesmo até aos clubes menores a oportunidade, não a obrigação, de participarem".

**Clem Renouf**, Presidente do R.I. 1978-1979.

2. A principal causa do retardamento mental é a subnutrição. E a razão disso é simples: entre o nascimento e o sexto ano de vida, o cérebro humano atinge o seu tamanho máximo. Se algo interfere com o crescimento do cérebro neste período crítico, a vida da pessoa fica comprometida. A segunda causa é a destruição causada por doenças infantis nos primeiros anos de vida. Alguns dados: cinco milhões de crianças morrem antes do seu primeiro aniversário, e mais cinco milhões antes dos cinco anos."

**Dr. Robert Hingson**, na Convenção do R.I., em Roma (Itália).

3. "Aqui estávamos nós num momento de crise, o Conselho Director com um projecto mas sem acesso às verbas que tinham sido doadas para esse fim, e os Curadores com o dinheiro mas sem um projecto ao qual poderiam encaminhar as verbas. Na sua maioria, eles estavam relutantes em envolverem-se com o Programa "3-H".s coisas a partir do ponto de vista doutras pessoas".

**Clem Renouf**, na sua autobiografia.

4. "É improvável que qualquer Rotary Clube, ou até mesmo um grupo de Rotary Clubs, consiga implementar um projecto gigantesco que imunize crianças de um país em vias de desenvolvimento e, além disso, estabelecer um mecanismo permanente para que o programa continue para as futuras gerações. No entanto, com o Programa "3-H" talvez seja possível obter recursos das Agências

Internacionais de saúde, governos locais, programas de missionários da saúde e doutros grupos e combiná-los ao talento, aos conhecimentos e aos recursos pessoais dos Rotários para resolver problemas críticos de saúde. O potencial do Programa é imenso".

**Cliff Dochterman**, Presidente do R.I. 1992-1993.

5. "No final da Convenção em Roma, o Presidente do R.I. 1975-1976, Ernesto Imbassahy de Mello colocou a mão no meu ombro e disse: "Você será sempre abençoado nas preces das mães filipinas".

**Clem Renouf**, numa entrevista.

6. "Foram 30 dias altamente gratificantes. Ver uma criança a andar com o apoio de muletas depois de ter andado a rastejar durante anos é indescritível. E aqui isso acontece todos os dias. O trabalho proporcionado pelo Programa "3-H" deve ser motivo de orgulho para todos nós".

**Compº. Dr. Joe Serra**, PGD no Malawi.

7. "A Fundação Rotária é a obra-prima do *Rotary International*. Ela transforma os nossos mais ousados sonhos nas mais esplêndidas realidades. O mundo rotário e até mesmo o mundo político estão cientes de que a Fundação é a mais clara expressão da generosidade dos Rotários – uma generosidade que não só traz benefícios, mas que também provê para a resolução dos problemas que afectam a Humanidade. A Fundação Rotária possibilita o melhor que a Humanidade pode alcançar".

**Paulo Viriato Corrêa da Costa**, Presidente do R.I. 1990-1991

**ARTUR LOPES CARDOSO**  
ADVOGADO

ESC.: Rua Júlio Dinis, 247 – 4º, E9 4051-401 PORTO  
Tel.: 22 6099448 – Fax.: 22 6099265 – PORTUGAL

# ■ NOTICIÁRIO DO ROTARY ■

As estatísticas mostram que à entrada do quarto trimestre de 2023 havia em todo o mundo 1.181.334 Rotários, sócios de 37.010 Rotary Clubes de 218 diferentes países e regiões geográficas. Os Distritos Rotários eram 530. A nível do Interact, eram 328.486 os Interactistas arregimentados em 14.282 Interact Clubes distribuídos por 175 países. E do Rotaract, os Rotaractistas eram 166.236, em 11.205 Rotaract Clubes que estavam em 178 países diferentes. Os Núcleos Rotary de Desenvolvimento Comunitário eram 13.117.

\*



O Compº Luís Paulo Resende Bastos, Rotário no Rotary Club de Oliveira de Azeméis, será o Governador do nosso Distrito em 2026-2027.

\*

Na última reunião do Conselho de Resolução do RI, foi aprovada com 251 dos votos expressos (com 175 votos contrários), uma proposta, identificada com o nº. 5, segundo a qual é pedido ao "Board" que passe a ser necessário contar 30 anos de idade para se entrar para o quadro social de Rotaract Clube. Esta proposta tinha sido feita

pelo conjunto dos Rotary Clubes de Arouca, Figueira da Foz, Gaia-Sul, Porto, Seia e Senhora da Hora.

\*

Também no referido COR, foram ainda aprovadas as seguintes propostas:

a) – a nº. 6, nos termos da qual o "Board" faça revisão dos deveres e responsabilidades dos Representantes Distritais do RTC constantes do Código Normativo do Rotary (a favor – 314; contra – 105).

b) – a nº. 9, solicitando que o "Board" explique detalhadamente a finalidade e os métodos de implementação dos projectos-piloto da regionalização (a favor – 348; contra – 74).

c) – a nº. 10, pedindo que o "Board" desenvolva uma ferramenta para ajudar os Rotários a compartilharem as suas classificações profissionais (a favor – 237; contra – 183).

d) – a nº. 15, solicitando ao "Board" que estableça parcerias corporativas para apoio a actividades humanitárias do Rotary no mundo (a favor – 228; contra – 195).

e) – a nº. 25, pedindo ao "Board" que forneça actualizações regulares sobre melhorias em processos e medidas para economizar custos, que tenham sido tomadas pelo R.I. (a favor – 373; contra – 56).

f) – a nº. 26, para que o "Board" envie a próxima reunião do Conselho de Legislação (COL) proposta para que sejam esclarecidas as qualificações do Secretário-Geral em documentos estatutários do R.I.. (a favor – 334; contra – 94).

# ■ A CRUZ VERMELHA E O CRESCENTE VERMELHO ■

Maria de Fátima Passos



Em Solferino, no norte da Itália, desenrolou-se a 24 de Junho de 1859 uma batalha sangrenta entre franceses e italianos, de um lado, e os austríacos do outro. Henry Dunant, um jovem suíço, impressionado com os milhares de vítimas a quem ninguém acudia, improvisou socorros aos feridos, no que obteve o auxílio dos habitantes da região. Dunant trata, então, com as suas próprias mãos, mais de mil soldados italianos, franceses e austriacos. Depois de três dias passados no campo de batalha, decidiu dar uma nova orientação à sua vida e publicou um livro com o título "Uma Recordação de Solferino", nele apelando a que fosse criada uma sociedade de socorros no mundo. Foi então que quatro bons cidadãos de Genebra, o Gen. Dufour, o Dr. Appia, o jurista Moynier e o Dr. Maunoir, ofereceram o seu apoio à proposta de Dunant. Estas cinco personalidades reuniram em Fevereiro de 1863 e criaram o Comité Internacional da Cruz Vermelha tendo como divisa "Inter Arma Caritas" (A Caridade entre as Armas) e surgiu também o Crescente Vermelho.

Em 1864, foi organizada a 1ª Convenção de Genebra, na qual Portugal participou. Teve como objectivo melhorar a sorte dos militares feridos de exércitos em campanha. Nela foi adoptado como

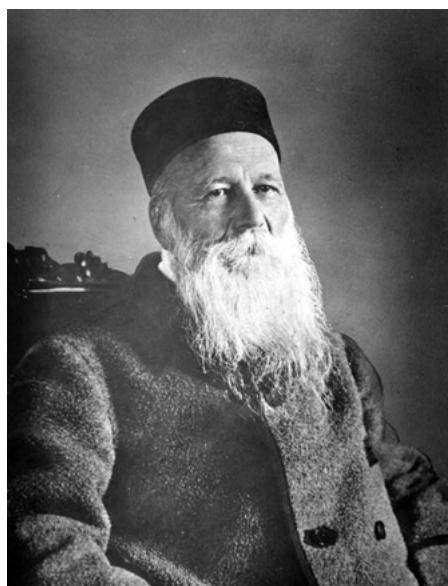
emblema uma CRUZ VERMELHA sobre fundo branco.

Contudo, travando-se entre 1876 e 1878 uma guerra que opôs a Rússia à Turquia, nela o Império Otomano resolveu adoptar o Crescente Vermelho, pois se considerou, então, que o símbolo da cruz seria ofensivo para os soldados muçulmanos. Neste conflito, pois, foi aceite o Crescente.

A Cruz Vermelha Portuguesa foi fundada pelo médico Dr. José António Marques. Em 8 de Abril de 1897 seria criada a sua Delegação do Porto.

Nos anos de 1870 e 1871, a França e a Prússia entraram em guerra e a Cruz Vermelha já esteve, então, presente no campo de batalha com mais de 150 voluntários que procuraram tratar todos os feridos em combate, sem qualquer discriminação.

Em 1899, foi criada a Liga das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, Liga que ficou responsável por:



Henry Dunant

Rotary Club de Vila Nova de Gaia

- \* favorecer a criação de novas sociedades nacionais e contribuir para o desenvolvimento das suas actividades humanitárias;
- \* coordenar as operações de socorro a favor de vítimas de catástrofes naturais;
- \* auxiliar os refugiados fora das zonas de conflito;
- \* promover os princípios e os ideais da Cruz Vermelha.

Já no decurso da 1<sup>a</sup> Grande Guerra, a ajuda humanitária da Cruz Vermelha foi muito valiosa. Mas foi, sobretudo, na 2<sup>a</sup> Grande Guerra, quando foram enormes as necessidades, que o papel da Cruz Vermelha se evidenciou como fundamental, quer na protecção dos feridos, quer na informação às famílias de prisioneiros de guerra, quer na ajuda alimentar e medicamentosa.



Em 1929 realizou-se uma Conferência Diplomática destinada à revisão das Convenções de Genebra até então realizadas. Nela, as delegações turca, persa e egípcia solicitaram o reconhecimento do Crescente Vermelho (anote que chegaram a existir, ainda, o Leão e o Sol Vermelhos), o que foi aceite.

Nos tempos actuais, existem em todo o mundo 151 Sociedades Nacionais da Cruz Vermelha e 32 do Crescente Vermelho.

Toda a acção humanitária desenvolvida quer pela Cruz Vermelha, quer pelo Crescente Vermelho só foi possível graças às quatro Convenções de Genebra de 1949 e aos Protocolos Adicionais

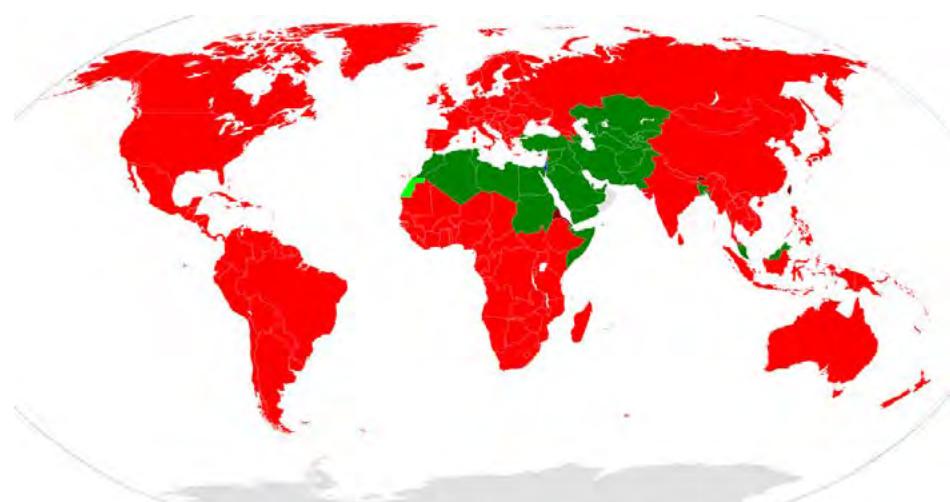


*O símbolo da Cruz Vermelha no "traço" de Mr Dheo*

de 1977 que visaram cuidar de todas as vítimas de qualquer guerra. Dia e noite, em todo o mundo, um exército pacífico de 250 milhões de homens e de mulheres está atento e pronto para servir em qualquer país.

Foi em 1965 que foram adoptados os SETE princípios da Cruz Vermelha: Humanidade, Imparcialidade, Neutralidade, Independência, Carácter Benévolos, Unidade e Universalidade.

Movida por um sentimento de fraternidade de um extremo ao outro do mundo, a Cruz Vermelha e o Crescente Vermelho mobilizam homens e mulheres de boa vontade, sem distinção de raça, de classe ou de religião. Dão, assim, a sua contribuição desinteressada, mas efectiva, para a paz no mundo.



# NATAL

*Com tantas solicitações, na sua maioria de sentido consumista, o nosso Clube resolveu que, pelo menos desta vez, iríamos assinalar o Natal com outro espírito, adoptando uma postura mais solidária e de ... extra-muros. Voltámo-nos para o ... exterior. E foi assim que o Clube desenvolveu três vertentes, como segue.*

## A "CEIA DOS SÓS"

Antiga equipa levara há anos a efecto uma "Ceia dos Sós" na paróquia de Mafamude e dispôs-se a levar por diante nova edição dela. Assim, o nosso Clube decidiu apoiá-la em tal iniciativa e com ela fez uma parceria que agregou ainda o Agrupamento 390 do CNE (Mafamude). A ideia era proporcionar a quantos vivem sós, seja a nível individual, sejam casais, um convívio de Natal alegre e comunicativo.

A "coisa" aconteceu na tarde/noite do dia 17 de Dezembro nas estupendas instalações da Escola António Sérgio. Mais de oitenta pessoas se juntaram ali, no seu amplo refeitório, entre os elementos daquela equipa, gente anónima, Companheiros do nosso Clube (em massa!), seus amigos ligados ao nosso Grupo Coral e muitos elementos do referido Agrupamento.



*A equipa base da iniciativa.*



*Divertido foi na cozinha...*



*Uma parte da nossa equipa.*



*Parte da equipa dos Escuteiros.*



*A vasta mesa já quase pronta.*



*Com todos à mesa...*



*O nosso Grupo Coral na sua "performance".*

A mesa, em "u", estava linda e, ao lado, uma outra sequência de mesas com uma tentadora profusão de sobremesas natalícias.

Um grosso grupo de Escuteiros dava, entretanto, ameno ambiente, entoando belas melodias acompanhadas à viola. Outras actuações se seguiram, desde a da Dr<sup>a</sup>. Ana Lúcia, até à actuação ritmada e dançante de um grupo de alunos da Escola, largamente contagiente e, por isso, aplaudida, e, claro, as melodias interpretadas pelo nosso Grupo Coral. A Directora da Escola, Comp<sup>a</sup>. Marília Raro, proferiu algumas breves palavras de boas-vindas.

Depois, foi o servir da Ceia, com a "nossa gente" devidamente equipada e referenciada ("made by" Comp<sup>a</sup>. Fátima ... quanto aos mais caprichados): o belo bacalhau cozido com todos!

Todos se desdobraram em atenções e estiveram solícitos para que nada faltasse a ninguém, e até puderam jantar com os convivas, num entrelaçar de comunicabilidade e de bom acolhimento.

Tivemos, inclusivamente, as gratas visitas da Sr<sup>a</sup>. Presidente da União das Freguesias de Mafamude e Vilar do Paraíso assim como do Pároco,



*Olhem só que jeitinho!!!*

Cón. Jorge Duarte, que quase ficava ... sem bacalhau à hora a que pode chegar.

No final, tudo voltou a ser recolocado nos seus respectivos lugares, pois que, no dia seguinte, aquele espaço iria ser, como habitualmente, fruído pelos alunos da Escola ...

Um êxito no seu geral, a dar expressiva nota do bom momento do nosso Clube. Foi mesmo, e em verdade, uma CEIA DE NATAL!!!

ALC

## PARA A "ALDEIA SOS" DE GULPILHARES

Na tarde do dia 21 de Dezembro foi a vez de uma pequena delegação do nosso Clube ir dar um abraço com votos de Feliz Natal à Aldeia SOS, especialmente aos meninos que estão a ocupar a "Casa dos Rotários".

Lá nos encontrámos com o Director, Dr. Álvaro, e com alguns deles.

Um excelente aspirador novo (o que lá estava ... sucumbira) para serviço na Casa, um lauto cabaz com vasta cópia de bens de consumo, guloseimas, livros, agasalhos e brinquedos, tudo isso lá foi deixado e foi ajuda que deliciou. Uma alegria!



Com o Director, Dr. Álvaro, junto da entrada da "Casa dos Rotários" com uma parte de quanto se foi lá deixar.



Juntamente com alguns da "Casa"...

## E PARA AS FAMÍLIAS DO BLOCO HABITACIONAL DE PEDROSO DO "BOM SAMARITANO"

Após longa e bem sinuosa viagem, quase de-lés-a-lés do Concelho, na mesma tarde deixámos a cada uma das seis famílias aqui residentes excelentes sacos cheios de bens alimentares de várias ordem.



Com alguns dos elementos das famílias (6) do bloco habitacional do "Bom Samaritano" (os "cabazes" estão por detrás).



# ■ APONTAMENTOS HISTÓRICOS DO ROTARY ■

Continuando, eis mais uma pequena série de factos históricos referentes ao Rotary:

**1** – Foi ainda na presidência de W. Jack Davis, das Bermudas (1977-1978) que este enviou o seu assessor executivo Herbert A. Pigman à Suíça, à sede da Organização Mundial da Saúde (OMS) a fim de tentar obter dela apoio para o lançamento duma campanha maciça de vacinação contra a poliomielite, como propusera o Dr. Robert Hingson e, mais tarde, o Dr. Albert Sabin.

**2** – Mas, nessa altura, a OMS só opôs dificuldades: escassez de recursos humanos e financeiros.

**3** – Também então, a OMS não concordou com um projecto-piloto do Rotary para imunização na Guatemala: que a intenção era boa mas que, ao cabo e ao resto, só iria atrapalhar o objectivo dela, OMS.

**4** – A ideia daquela campanha transitou para o mandato seguinte, o de Clem Renouf, da Austrália.

**5** – Clem Renouf criou, então, o Programa "Saúde, Fome e Humanidade" (3-H) com a finalidade de pôr em contacto Rotary Clubes na execução de projectos de Serviços à Comunidade Mundial, sendo que o "Board" foi do parecer de que um programa de imunização global da polio deveria ser desenvolvido como englobado no 3-H.

**6** – Na Convenção de 1978 (Tóquio – Japão), ainda na presidência de W. Jack Davis, o então ainda Presidente-Eleito Clem Renouf anunciou aos seus muitos participantes o Programa "3-H".

**7** – Nessa altura, o Rotary assinalava 75 anos de existência e foi criado o "Fundo do 75º Aniversário" que ele propusera já ao Conselho Director do R.I..

**8** – Clem Renouf propôs na referida Convenção que os projectos de vacinação contra a polio

fossem articulados entre si e financiados através das doações feitas para o "Fundo do 75º Aniversário", proposta que logo foi aceite e logo choveram doações em massa para este Fundo feitas inclusivamente antes de terminar a Convenção!

**9** – A OMS começou por sugerir ao Rotary que a campanha de vacinação contra a polio começasse pela Indonésia, a Papuásia-Nova Guiné ou pelas Filipinas.

**10** – Nos princípios de 1979 veio das Filipinas (proposta Dr. Sabino Santos, Rotary Club de Malolos) um pedido dirigido ao "3-H" para que fosse desencadeado um programa de vacinação contra a polio, pois que o país registava 45% de todos os casos da doença verificados em todo o mundo.

**11** – Clem Renouf visitou as Filipinas em Março de 1979, onde teve encontros com Rotários do país, membros do Governo e representantes da OMS, e deles veio a resultar a aprovação de uma verba de 760.000 dólares para compra de vacina oral contra a poliomielite a ministrar num milhão de crianças filipinas.

**12** – Esta campanha de vacinação em massa viria a ser lançada em Setembro desse ano, já com a presença de James L. Bomar, Jr. (Presidente 1979-1980 – EUA), que foi a Manila para o efeito.

**13** – Bomar foi na ocasião recebido em Manila por Imelda Marcos, que era a esposa do Presidente Ferdinand Marcos, que chegou atrasada ao encontro agendado e se manifestou furiosa por causa de um artigo que saíra na Revista "Time" desfavorável a Marcos.

**14** – Chocado com a atitude de Imelda, Bomar e a sua comitiva trataram de lhe explicar que, nos EUA, o Governo não tem nenhum controle sobre a imprensa e que o Rotary não era, nem é, uma organização americana.

# ■ FACTOS & FEITOS DA NOSSA HISTÓRIA ■

É indubitavelmente rica a história do nosso País. Contudo, aqui e além poderemos topar com mitos e verdades forjadas que é preciso desmontar em abono da verdade... verdadeira...

## UM GOVERNO DE . 5 MINUTOS!



Foi chefiado por Francisco José Fernandes Costa (I República) – 1857-1923 – e ele demitiu-se no mesmo dia em que foi nomeado ... antes mesmo de tomar posse!

A I República ficou na História como tendo sido o regime em que foi extrema a instabilidade política. Na verdade, e em menos de 16 anos, ou seja entre 5 de Outubro de 1910 e 28 de Maio de 1926, houve nada menos que 8 Chefes de Estado e 42 Governos, o que é obra. Só de Janeiro de 1920 até Janeiro de 1922 houve 15 Governos!

Contudo, nenhum com o record do efémero chefiado por Fernandes Costa, que tinha sido para tanto nomeado em 15 de Agosto de 1920. Costa, depois de ter sido ameaçado e enxovalhado, com seus Ministros, por uma multidão impulsionada por dois desconhecidos agitadores da "Formiga Branca", braço do Partido Democrático. Os ditos usavam os pseudónimos "Ó Ai Ó Linda" e "Pintor".

A Guarda Nacional Republicana foi chamada mas nada fez e, perante a sua passividade, Fer-



nandes Costa, com os seus demais membros do Governo, todos na Junta do Crédito Público (Terreiro do Paço) a aguardar que os levassem para tomada de posse em Belém, viram invadido o edifício daquela Junta. Neste panorama, Fernandes Costa foi avistar-se com o Presidente da República, ao tempo António José de Almeida, mas já não para tomar posse: foi apresentar-lhe a sua demissão.

Francisco José Fernandes Costa era um velho prócele da direita republicana e até amigo pessoal de António José de Almeida. Tinha sido membro do Partido Evolucionista e estava filiado no Partido Liberal. Fora Ministro da Marinha e do Fomento e presidia à Junta do Crédito Público. Ainda assim, e mesmo com o seu fracassado "Governo", veio depois a exercer as funções de Ministro das Finanças.

O seu "Governo" ficou, pois, conhecido como "O Governo dos Cinco Minutos".



# ■ BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS ■

## CULINÁRIA



Nelson Freitas, da organização "Fifty Seconds", foi o vencedor do Concurso "San Pellegrino Young Global Winner", edição de 2023. A prova realizou-se em Milão (Itália) e ele foi o melhor jovem do mundo, categoria "Sub-30".

## MEIA-MARATONA



Joaquim Figueiredo, de Vila Nova de Famalicão, ganhou na Categoria "M55", em prova disputada em Valência (Espanha) e para atletas dos 55 aos 59 anos de idade. A prova foi de 21,097 kms. e ele bateu, ainda por cima, o record mundial por 17 segundos!

## CORTA-MATO



Cristiano Pereira, de Mangualde, sagrou-se Campeão do Mundo em curto e longo nos Mundiais "Virtus" que decorreram em Ciechanów (Polónia).

## SURF ADAPTADO



Marta Paço, com 18 anos, cega de nascença e atleta do Surf Clube de Viana do Castelo, é Tricampeã do Mundo em "parasurfing". A terceira vez em que venceu foi em prova realizada no ano passado em Hunting Beach, Califórnia (EUA), e na Classe VII.

## LITERATURA



A consagrada escritora Lídia Jorge, de Boliqueime e com 77 anos, ganhou o "Prémio Médicis Étranger" de 2023, com a sua obra "Misericórdia". Este Prémio de elevado prestígio foi instituído em França em 1970.

## ESPAÇO



Zita Carla Torrão Pinto Martins, astrobióloga, professora no Instituto Superior Técnico e Directora do Sistema Solar Campo de Trabalho de Exploração da ESA (SSEWG), foi designada para dirigir a Agência Europeia do Espaço.

## ADEGA



A Adega da Cartuxa, da Quinta de Valfombom, em Évora, foi considerada como sendo a Melhor da Europa em 2023, em reunião do Conselho Europeu das Confrarias Enogastronómicas (CEUC) que teve lugar em Espanha. É propriedade da Fundação "Eugénio de Almeida".

## BIO-REGIÃO



Idanha-a-Nova foi classificada pela União Europeia como sendo a melhor bio-região da Europa em 2023 (Bio District), em reunião realizada em Bruxelas (Bélgica) do "Best Organic Bio-District".

## ARTES



Cláudia Belchior, co-Directora do Centro Cultural de Belém, foi designada para Presidente da "European Theatre Convention", ou seja a organização internacional que lidera a maior rede de teatros europeus com financiamento público. A sua nomeação para tal cargo de topo ocorreu em Timisoara (Roménia).

# ■ FRASES QUE MARCARAM ■

*"O desprezo pelas leis é o mais seguro presságio da decadência de um governo, pois que a ordem apenas existe quando as leis se executam."*

■ **Pe. Manuel Bernardes** (1644-1710) ■

*"O pessimismo leva à fraqueza, o optimismo ao poder."*

■ **William James** (1842-1910) ■

*"O optimismo é a fé em acção. Nada se pode realizar sem optimismo."*

■ **Helen Keller** (1880-1968) ■

*"Não são as nossas ideias que nos fazem optimistas ou pessimistas, mas o optimismo e o pessimismo de origem fisiológica que fazem as nossas ideias."*

■ **Miguel de Unamuno** (1864-1936) ■

*"O pessimismo, depois que a ele nos acostumamos, é tão agradável quanto o optimismo."*

■ **Arnold Bennett** (1867-1931) ■

*"Somente quando encontramos o amor é que descobrimos o que nos faltava na vida."*

■ **John Ruskin** (1819-1900) ■

*"Para os crentes, Deus está no princípio das coisas. Para os cientistas, no final de toda a reflexão."*

■ **Max Planck** (1858-1947) ■

*"O contrário do pessimismo raramente é o optimismo. O contrário do pessimismo, se não é a*

*boa intenção de injectar força nos fracos, o que é bonito e até faz bem, é quase sempre idiota."*

■ **Vergílio Ferreira** (1910-1996) ■

*"Evite desencorajar-se. Mantenha-se ocupado e faça do optimismo a maneira de viver. Isso restaura a confiança em si."*

■ **Lucille Ball** (1911-1989) ■

*"Optimismo é esperar pelo melhor. Confiança é saber lidar com o pior."*

■ **Roberto Simonsen** (1889-1948) ■

*"Temos de descobrir segurança dentro de nós. Durante o curto espaço de tempo da nossa vida, precisamos de encontrar o nosso próprio critério de relações com a existência em que participamos tão transitoriamente."*

■ **Boris Pasternak** (1890-1960) ■

*"O amor é uma fonte inesgotável de reflexão profunda como a eternidade, alta como o céu, vasta como o universo."*

■ **Alfred de Viggny** (1797-1863) ■

*"A sabedoria começa na reflexão."*

■ **Sócrates** (470-399 aC) ■

*"Raros são aqueles que decidem após madura reflexão; os outros andam ao sabor das ondas e, longe de se conduzirem, deixam-se levar pelos primeiros."*

■ **Séneca** (4 aC-65) ■

# ■ CONHEÇA OS SEUS MAIORES ■

## FREI ANTÓNIO DAS CHAGAS



Frade arrábido nascido em Almeirim em 1692 que veio a finar-se em data incerta mas seguramente após 1750. Foi autor de obras como "Teatro Judicial", obra de carácter didáctico acerca das accções jurídicas ao dispor de prelados e religiosos.

## JOÃO CHAGAS



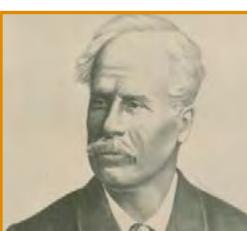
Um grande jornalista e apreciado escritor que viveu de 1863 e veio a falecer em 1925. Nasceu em Rio de Janeiro (Brasil) e chegou a ser Ministro de Portugal em Paris. Escreveu várias obras como "Na Brecha", "De Bonde", "As Minhas Razões", "Diário Dum Condenado Político" e "Crise da Sociedade".

## MANUEL A. DE CARVALHO CHANCELEIROS



Foi Barão de Chancelerios e viveu de 1785 a 1858. Notável estadista que serviu como Ministro na regência da Infanta D. Isabel Maria.

## SEBASTIÃO JOSÉ DE CARVALHO



Filho do anterior, foi Visconde de Chancelerios. Era um combativo político e um brilhante orador. Viveu de 1835 a 1905.

## JOSÉ MANUEL DE CHAVES



Um admirável médico e escritor que viveu de 1748 até 1822. Foram de sua autoria obras como "Febriologia", "Europa Roubada" e "Nova Ester em Portugal", além dum a outra obra em verso, fantástica, e ainda outro poema.

## MANUEL SILVEIRA P. DA FONSECA TEIXEIRA CHAVES



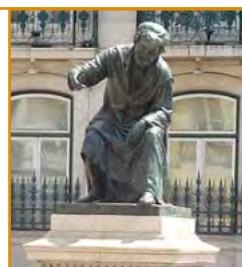
Era Marquês de Chaves e foi General do Exército. Participou na Guerra Peninsular e teve participação activa, também, nas lutas civis de 1823, 1826 e 1827. Viveu de 1784 até 1830.

## FREI FILIPE DAS CHAGAS



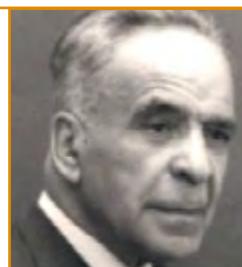
Também religioso mas dominicano que viveu no Séc. XVII. Nasceu em Vila Real e, antes de professar, tinha o nome de Filipe Nunes. Dedicou-se bastante à poesia e à pintura. É da sua pena a obra "Arte Poética" assim como "Pintura e Simetria com Princípios de Perspectiva", além doutras obras de carácter místico.

## ANTÓNIO RIBEIRO CHIADO



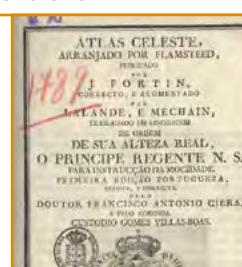
Um apreciado poeta jocoso que viveu no Séc. XVI. Era um grande improvisador, actor e ventríloco, uma das personalidades do seu tempo mais admirada em Lisboa. Chegou a professar como franciscano, mas o certo foi que nunca obedeceu à Ordem de S. Francisco. Escreveu obras como "Autos de Gonçalo Chambão e da Natural Invenção", "Leteiros Sentenciosos" e "Cartas Jocosas". Faleceu em 1591.

## HERNÂNI ANTÓNIO CIDADE



Nasceu em 1887 em Redondo e foi um admirável professor universitário, escritor e jornalista. Chegou a servir como oficial miliciano do Exército e combateu na França na I Grande Guerra, tendo sido aprisionado pelo exército alemão em 9 de Abril de 1918. Escreveu larga quantidade de trabalhos, sobretudo de história da literatura, como "A Marquesa de Alorna", "Cultura e Literatura", "Bocage" e "Luís de Camões". Finou-se em Évora em 1975.

## FRANCISCO ANTÓNIO CIERA



Astrónomo que se notabilizou na área da observação astronómica. Nasceu em Lisboa em 1763 e aqui faleceu em 1814 mas deixou-nos obras como "Memórias da Academia Real das Ciências de Lisboa". Mas foi, além do já referido, um grande matemático, cartógrafo e professor no Colégio dos Nobres. Em 1778, foi incumbido de fazer a triangulação geral do Reino, a primeira alguma vez realizada e da qual ainda na actualidade se podem encontrar pirâmides geodésicas.

# CULINÁRIA INTERNACIONAL

Já que estava em Itália, Mestre Saborini subiu um pouco e visitou a Croácia.

## CHUCRUTE RECHEADO

**Ingredientes:** 2 kgs. de cabeça de couve/chucrute  
100 grs. de presunto  
100 grs. de carne fumada  
1 colher de sopa com farinha  
40 grs. de arroz  
350 grs. de carne de vitela picada  
150 grs. de carne de porco picada  
100 grs. de gordura de porco  
1 litro de caldo de vegetais  
2 colheres de sopa com polpa de tomate

**Preparação:** separar as folhas da cabeça da chucrute, lavá-las e retirar os talos centrais. Corte as folhas maiores em dois. Leve-as a ferver até que fiquem tenras, por cerca de 6 minutos. Corte em cubos o presunto e pique as folhas da chucrute mais pequenas. Corte a carne fumada às fatias e misture a farinha num pouco de água. Lave o arroz. Tendo todos os ingredientes preparados, frite o presunto num pouco de gordura e depois junte-o com o arroz aos dois tipos de carne picada. Mexa bem. Coloque porções do recheio nas folhas de chucrute e enrole em pequenas trouxas. Num tacho fundo, ponha a gordura para cozinhar e a cou-

ve já picada finamente. Ponha as trouxas por cima, apertadas umas contra as outras, com a carne fumada no meio. No restante caldo de vegetais, dissolva a polpa de tomate e, depois, derrame por cima das trouxas. Coza lentamente em lume moderado por uma hora, juntando, se for preciso, água. Antes de se completar a cozedura, junte a farinha já misturada em água. É conveniente abanar o tacho energeticamente de vez em quando.

## BOLO IMOTSKI

**Ingredientes:** 250 grs. de farinha  
100 grs. de açúcar  
1 gema de ovo  
140 grs. de manteiga  
0,5 dls. de água

**RECHEIO**  
250 grs. de miolo de amêndoas  
250 grs. de açúcar  
6 ovos  
1 copo pequeno de licor "Maraschino"  
raspa de 1 limão  
1 embalagem de açúcar baunilhado

**Preparação:** misture a farinha, o açúcar, a gema, a manteiga e a água e forme uma massa. Estenda-a finamente e em forma de bolo. Corte-a, no restante, em tiras de 1 cm. De largo. Nos pontos de

cruzamento das tiras, insira uma amêndoa inteira, descascada. Cozinhe por uns 50 minutos em forno a 200°. Depois, desligue o forno e deixe o bolo no interior a arrefecer. Para o recheio, ferva as amêndoas por instantes, aguarde um pouco e escorra-as, pele-as, seque-as e pique-as, deixando, porém, algumas inteiras. Bata à parte o açúcar com os ovos e junte as amêndoas, o licor, a raspa de limão e o açúcar baunilhado. Mexa até que fique homogéneo. Deite o preparado na massa e forme um entrancado com as tiras da massa.

## FLANS DE ANIS

**Ingredientes:** ½ lt. de leite  
3 estrelas de anis  
1 casca de limão  
4 ovos  
125 grs. de açúcar  
caramelo líquido q.b.

**Preparação:** unte quatro formas com caramelo líquido. Ferva o leite com as estrelas de anis e a casca do limão. À parte, misture os ovos com o açúcar e o leite, sem as estrelas de anis e sem a casca do limão. Misture bem. Deite este preparado nas formas e leve a cozer ao forno a 180°, em banho-Maria, por uns 50 minutos. Quando os pudins já estiverem cozidos, retire-os do forno e desenforme-os quando já estiverem inteiramente frios.



## Cursos

Inglês  
Francês  
Alemão  
Espanhol  
Italiano  
Português  
Russo  
Japonês  
Chinês

Informática

## Traduções

Técnicas e Científicas  
(com reconhecimento oficial)

## Escolas

Arcozelo - Vila Nova de Gaia  
Caldas de Vizela  
Estarreja  
Fafe  
Penafiel  
Proença-a-Nova  
Santa Maria da Feira  
Vila Nova de Famalicão  
Vila Nova de Gaia

Informações  
208 203 319

geral@lancasterschool.pt



[www.lancasterschool.pt](http://www.lancasterschool.pt)

[www.facebook.com/lancasterschol](http://www.facebook.com/lancasterschol)

## S & JC – Serviços, Lda.

Contabilidade – Fiscalidade – Auditoria



Rua Júlio Dinis, 748 –6º Esq. Sala 614  
4050 –012 Porto

Tel.: 917 521 833  
email: jscastro@sapo.pt



**CRIE ESPERANÇA  
NO MUNDO**