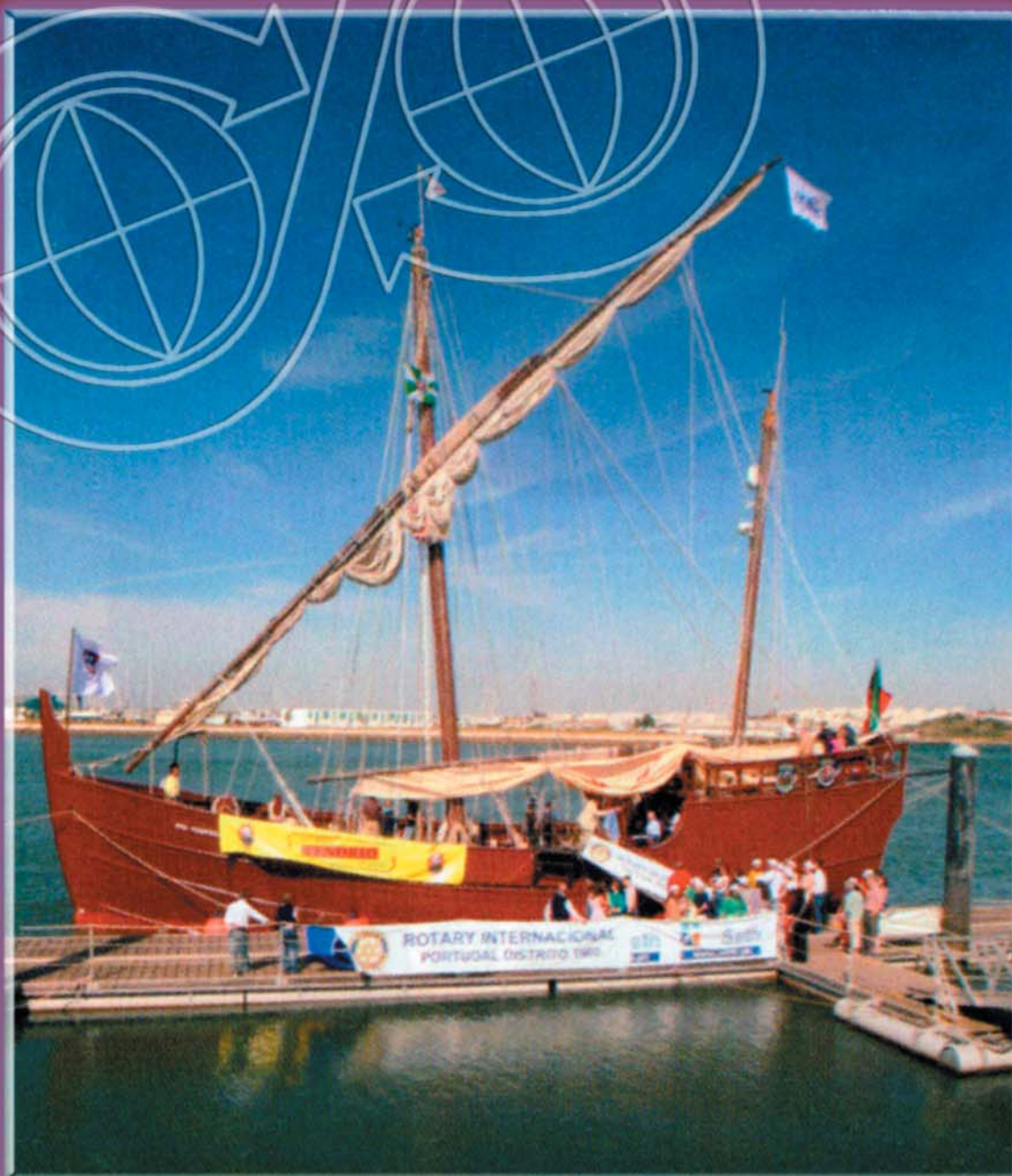


Rotary

Club de Vila Nova de Gaia



boletim mensal | ano XXXI | nº 375 | junho de 2014



DOMUS AQUA

T5 T4 T3 T3 DUPLEX



ABRACE O MAR E CONSTRUA AQUI O SEU FUTURO

961 745 552 223 747 150 www.domusaqua.com www.jaimepocas.pt



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



OS GRUPOS ROTÁRIOS DE ACÇÃO

Como é sabido, o companheirismo é, no Rotary, a mola real para o desenvolvimento de projectos de serviço e está, assim, na base da razão de ser dos Rotary Clubes, estes mesmos entrelaçados num Clube de Serviços à escala planetária como é o Rotary International, a mais antiga e o mais importante organização de prestação benévola de serviços da nossa história.

Todavia, o companheirismo em Rotary, se bem que muito presente e actuante a nível de todo o rotary clube, não se esgota nesse âmbito, certo que todo o Rotário digno desse nome é um “cidadão do mundo”. O Rotary é uma “organização de causas” e, por isso, tem a virtualidade de congregar dentro de si os Rotários em torno de objectivos e de interesses que lhes sejam comuns. Objectivos e interesses que podem ser umas vezes de acção humanitária mobilizadora das energias de muitos, e, noutras, o desfrute de actividades que, como “hobbies”, interessam a um vasto número de Rotários das mais diversas partes do mundo. E, também a este nível, o companheirismo rotário está presente, não conhece fronteiras (designadamente as que pudessem ter que ver com o restrito quadro social deste ou daquele clube), leva ao serviço humanitário e constitui instrumento poderoso no fomento da compreensão mundial e da Paz, o fim último justificativo da existência do Rotary no nosso mundo.

Temos, assim, uma enorme rede mundial de Grupos de Acção, uma importante ferramenta para a qual o Rotary International chama a nossa especial atenção no mês de Junho, adentro do seu calendário, ou seja este mês. São Grupos multinacionais de Rotários que se juntam cultivando o companheirismo e em função de causas e de interesses comuns. E há-os dos mais diversificados matizes: os aviadores ou os praticantes do golfe, os advogados ou os médicos, os apostados na luta contra a SIDA ou na Erradicação da Polio, os coleccionadores de bonecas ou de automóveis antigos, os investigadores de civilizações antigas ou os cultivadores do “esperanto”, os maratonistas ou os velejadores, os que adoram permutar casas ou os caravanistas, e por aí fora, que muitos mais os há.

Já vê daí o leitor quanto é múltipla a panóplia de possibilidades de entrar em relação com companheiros doutros países e regiões, assim descobrindo uma vasta área de cultivo do companheirismo e de produção de serviços à comunidade, muito para além dos estreitos limites da sua comunidade local. Consulte a lista destes Grupos e escolha aquele que melhor quadre aos seus interesses e à sua vocação rotária. Saia da casca!...

ROTARY CLUB DE VILA NOVA DE GAIA

Membro nº. 12 028 do Rotary International

Admitido em 13 de Janeiro de 1973 • Distrito 1970

Reúne às quintas-feiras no **HOTEL HOLIDAY INN**

Rua Diogo de Macedo, 220, 4400-107 V.N. de Gaia – Tel.: 22 374 7500; Fax: 22 374 7576

CONSELHO DIRECTOR

PRESIDENTE – Eurico Basto

PRESIDENTE ELEITO – Eurico Basto

1º VICE-PRESIDENTE – Vitor Canelas

2º VICE-PRESIDENTE – Artur Lopes Cardoso

1º SECRETÁRIO – Manuel Júlio Santos

2º SECRETÁRIO – Vitor Canelas

TESOUREIRO – Jaime Poças

1º PROTOCOLO – António Meira

2º PROTOCOLO – Tiago Mendes

DIRECTOR DE PROGRAMAS – Artur Lopes Cardoso

COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

PRESIDENTE – Ângelo Sá

PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Artur Lopes Cardoso & Joaquim Gomes Pinto

FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO – António Cândido Leite & Mónica Gonçalves

COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

PRESIDENTE – Joaquim Gomes Pinto

ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS – Jorge Silveira

RETENÇÃO DE SÓCIOS – Vitor Canelas

INFORMAÇÃO ROTÁRIA – Joaquim Gomes Pinto

COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS

PRESIDENTE – Eurico Basto

RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL – António Meira & Artur Lopes Cardoso

EVENTOS – Jaime Poças, Mizi Reis & Mónica Gonçalves

COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

PRESIDENTE – Américo Camarinha

SERVIÇOS À COMUNIDADE – Vitor Canelas, Tiago Mendes & Mizi Reis

SERVIÇOS PROFISSIONAIS – Jorge Silveira

SERVIÇOS INTERNACIONAIS – Luiz Carlos Oliveira

CAPTAÇÃO DE RECURSOS & NOVAS GERAÇÕES – Vitor Canelas

ALDEIA SOS – Américo Camarinha & Ângelo Sá

COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

PRESIDENTE – Rui Amandi de Sousa

DOAÇÕES ANUAIS – Jaime Poças

SUBSÍDIOS – Joaquim Gomes Pinto

FUNDO PERMANENTE – Joaquim Gomes Pinto

“POLIOPLUS” – Jorge Silveira

BOLSAS DA PAZ MUNDIAL – Luiz Carlos Oliveira

BOLSAS EDUCACIONAIS – Mizi Reis

DELEGADOS

FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA – Eurico Basto

REVISTA “PORTUGAL ROTÁRIO” – Artur Lopes Cardoso

SEDE – Rua Cons. Veloso da Cruz, 749-2º Esq., 4400-095 Vila Nova de Gaia.

www.rotaryvng.com | geral@rotaryvng.com

Distribuição gratuita, incluindo todos os Rotary Clubes do Continente e das Regiões Autónomas.

Depósito Legal nº. 2073/83

Pessoa Colectiva nº. 503 231 053

|| programa para o mês de JULHO ||

Dia 3 REUNIÃO N.º. 2059	21,30 horas – Café. COMPANHEIRISMO.	Palestra pelo Exmº. Sr. Dr. João Vilarés, de “Engenho & Arte”, sobre “UMA ESCOLA DE JOALHARIA”.	
Dia 10 REUNIÃO N.º. 2060	21,30 horas – Café. ASSEMBLEIA DO CLUBE. Votação do Plano de Actividades e do Orçamento para 2014-15.	Dia 24 REUNIÃO N.º. 2062	21,30 horas – Café. COMPANHEIRISMO.
Dia 17 REUNIÃO N.º. 2061	20,30 horas – Jantar festivo com Cônjuges e Convidados.	Dia 31 REUNIÃO N.º. 2063	21,30 horas - Café ASSEMBLEIA DO CLUBE. Votação das Contas do ano rotário de 2013-14.

|| Companheirismo ||

Em Julho vão cumprir aniversários os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais família:

NATALÍCIOS

Dia 5 – Victor Manuel Ferreira Pinto Canelas
Dia 6 – Luiz Carlos Almeida Oliveira
Dia 14 – Rui Manuel Amandi de Sousa
Dia 21 – D. Maria dos Prazeres Castel-Branco de Avelar Lopes
 Cardoso
Dia 22 – Dr.ª. Anna Fernanda Pereira de Sousa Canelas
Dia 23 – D. Maria Emília Lima Gomes

DE CASAMENTO

Dia 31 – António de Freitas Meira
 D. Rosa Celeste Barros da Silva Meira
 Rui Manuel Amandi de Sousa
 D. Maria Lisette Castro Pinto Amandi de Sousa

Em Festa no Nosso Distrito

Em Julho festeja o seu aniversário de admissão em Rotary International apenas o Rotary Club de Gondomar, no **dia 19**.

A todos as nossas felicitações.

ÍNDICE

Os Grupos Rotários de Acção	1	Dicas Históricas do Rotary	12
Programa para o Mês de Julho.....	2	Fundamentos e Expressão da Ética Rotária (conclusão) ...	13
Companheirismo	2	Caminhada contra a Polio	14
Página do Presidente	3	Boas Notícias em Português.....	15
Poesia	4	Nós e a Fundação Rotária Portuguesa.....	16
Secretaria	5	Frases Influentes	17
As Obrigações Pecuniárias no Rotary	7	Porquê sou Rotário?	18
Hipertensão Arterial	8	Conheça os seus Maiores	19
Contra a Pobreza	9	Culinária Internacional	20
Curiosidades	10		



PÁGINA DO PRESIDENTE



Eurico de Lima Basto
Presidente 2013-14

MÊS DO COMPANHEIRISMO E DA TRANSMISSÃO DE MANDATOS

1. Um dos pilares do Rotary reside no Companheirismo entre os seus membros, extensível às respectivas famílias. Os clubes, formados por profissionais que se salientam na Comunidade a que pertencem, têm como uma das missões principais promover o Companheirismo, que consiste numa leal, franca e activa cooperação entre eles, constituindo a condição necessária para o desenvolvimento da prestação de serviços à envolvente.

2. No próximo dia 19, ocorrerá a transmissão de mandatos no nosso Clube. Devido ao inesperado e infausto acontecimento que retirou do nosso convívio o sempre lembrado Compº. Fernando Ferreira Pinto, a transmissão do cargo de Presidente será perfeitamente atípica, sendo feita entre a mesma pessoa.

Tivemos o prazer e o benefício de conviver com o nosso saudoso Companheiro, praticamente até final de Agosto passado. A partir daí, substituímo-lo e tivemos de assumir a presidência a partir da data do seu falecimento, 3 de Outubro de 2013.

É altura de fazer um sintético balanço deste ano rotário em que o Clube e o seu Conselho Director procuraram pôr em prática os objectivos que o Compº. Ferreira Pinto havia traçado.

Assim, sem pretendermos ser exaustivos, homenageámos o profissional Arquitecto Alcino Soutinho, premiámos os melhores alunos do ensino secundário das diversas Escolas do Concelho, distribuímos, com o imprescindível apoio da Casa da Amizade, quase duas centenas de cabazes a famílias carenciadas em duas fases, uma no Natal e outra na Páscoa, e continuámos a dar o nosso apoio à casa da Aldeia SOS a que nos ligamos.

Nas nossas reuniões aconteceram muitas palestras com o maior interesse e realizámos, em termos de companheirismo, um magusto e o jantar de Natal.

Apenas um dos objectivos do Compº. Ferreira Pinto não foi atingido, qual foi o do alargamento do quadro social; mas pelo menos tudo foi feito pela sua retenção.

Estamos convictos de que o próximo Conselho Director, com a ajuda de todos os Companheiros, procurará, com denodo, manter e, se possível, aumentar o serviço aos outros que tem caracterizado este clube, agora no ano rotário em que vai perfazer 42 anos de vida.

Efusivas Saudações Rotárias e pessoais do

Eurico de Lima Basto

PS: não pratico o denominado “novo acordo ortográfico”.

Poesia

Ruy Belo

E tudo era possível

Na minha juventude antes de ter saído
de casa de meus pais disposto a viajar
eu conhecia já o rebentar do mar
das páginas dos livros que já tinha lido.

Chegava o mês de Maio, era tudo florido
o rolo das manhãs punha-se a circular
e era só ouvir o sonhador falar
da vida como se ela houvesse acontecido.

E tudo se passa numa outra vida
e havia para as coisas sempre uma saída.
Quando foi isso? Eu próprio não sei dizer.

Só sei que tinha o poder de uma criança,
entre as coisas e mim havia vizinhança
e tudo era possível era só querer...



David Mourão-Ferreira

Teia

Se da baba o insecto faz a teia,
se com choro, porém, não sei prender-te,
do céu, que era de cinza, direi verde,
e da terra e das lágrimas areia.

E da forma direi que foi ideia,
para que à noite o corpo não desperte.
Do perdido direi que não se perde
se ao menos nestes versos se encadeia.

Do cabelo, se louro, direi preto;
do amor que sofri direi soneto,
ante a luz tão corpórea que o invade...

Nas redes da ficção ficarás presa
e acordarás, mais tarde, na surpresa
de ser outra por toda a eternidade.

Ary dos Santos

Ao meu falecido irmão Manuel Maria Barbosa du Bocage

Meu sacana de versos! Meu vadio,
Fazes falta ao Rossio. Falta ao Nicola.
Lisboa é uma sarjeta. É um vazio.
E é raro o poeta que entre nós faz escola.

Mastigam ruminando o desafio.
São uns merdosos que nos pedem esmola.
Aos vinte anos cheiram a bafio,
têm joanetes culturais na tola.

Que diria Camões, nosso padrinho,
ou o Primo Fernando que acarinho
como Pessoa viva à cabeceira?

O que me vale é que não estou sozinho,
ainda se encontram alguns pés de linho
crescendo não sei como na estrumeira.





Comp. Manuel Júlio Santos

RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de **Águas Santas/Pedrouços** – os Comp.ºs. Artur Lopes Cardoso e Eurico Basto; no Rotary Club de **Gaia-Sul** – os Comp.ºs. Américo Camarinha, António Meira e Eurico Basto; no Rotary Club de **Leça da Palmeira** – o Comp.º. Eurico Basto; no Rotary Club de **Viseu** – o Comp.º. Eurico Basto; no Seminário para Delegados dos Rotary Clubes à Revista, na Curia – o Comp.º. Artur Lopes Cardoso; na XXXI Conferência do Distrito 1970, em Braga – os Comp.ºs. Artur Lopes Cardoso e Rui Amandi de Sousa.

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

“e-mail” para a Subcomissão Distrital de Apoio aos Clubes, a responder ao Inquérito “Rotary Legal”.

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas: Para o mês de Maio dos Rotary Clubes de Algés, Almeirim, Amadora, Braga-Norte, Carnaxide, Cascais-Estoril, Ermesinde, Espinho, Esposende, Estoi Internacional, Feira, Felgueiras, Gaia-Sul, Lisboa, Lisboa-Belém, Lisboa-Centro, Loures, Machico-Santa

Cruz, Moita, Oeiras, Ovar, Palmela, Paredes, Penafiel, Porto Portucale-NG, Santo Tirso, Viana do Castelo, Vila Nova de Famalicão, Vila Verde e Vizela. Programas para o mês de Junho dos Rotary Clubes de Braga-Norte, Ovar e Tavira. **“E-mails”:** do Gov. Fernando Martins (D. 1960), com o programa da Conferência do seu Distrito; da Gov. Goreti Machado (D. 1970) com o programa da Conferência do nosso Distrito; da Aldeia de Crianças SOS, de Gulpilhares, a agradecer a oferta de cabaz da Páscoa. **Convites:** do Rotary Club de Espinho para o espectáculo “Baladas e Música Tradicional Portuguesa”, no Casino; do Rotary Club de Santo Tirso para a sua reunião festiva de Transmissão de Mandatos.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins dos Rotary Clubes de Amadora, Milano Aquileia (Itália), Parede-Carcavelos e Senhora da Hora. Boletim nº. 17 da Fundação Rotária Portuguesa.

PUBLICAÇÕES NÃO ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Audiência” e “O Gaiense”.

VISITE O “SITE” DO NOSSO CLUBE EM:
www.rotaryvng.com ou rotaryvng.pt



Farmácia Portela

ABERTO 24 HORAS

Homeopatia
Fitoterapia
Ortopedia
Podologia
Equipamentos para
geriatria e deficientes

Rua Marquês Sá da Bandeira, 238 • Telefone: 223750719
4400-217 Vila Nova de Gaia • Fax: 223744106



DISPONIBILIZAMOS-LHE
UM SERVIÇO PERSONALIZADO



**Inivação em
ambientes
cerâmicos**

Almeida & Xavier, Lda.







**Decoração de
Salas de Banho**

Stand Vendas . Rua Soares dos Reis, 82 - Armazém . Rua da Rasa, 89
Telf: 223 745 922 . Fax: 223 745 929 - 4400 - 271 Vila Nova de Gaia
Email saniax@netc.pt

ARTUR LOPES CARDOSO
ADVOGADO

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

FRANCISCO MANUEL ESPINHAÇO
ADVOGADO

RUA ANTÓNIO PATRÍCIO. 253 - 4150 - 100 PORTO
Telfs. 22 600 58 65 / 16 - Fax 22 600 55 04

**TRATAMENTO
com implantes**

JORGE SILVEIRA
MÉDICO DENTISTA

**BRANQUEAMENTOS
dentários**

R. Teixeira Lopes 204-1º S/L 1
4400-320 Vila Nova de Gaia
Telef.: 223 704 004 • Tlm.: 912 243 744
clinica.santos1@sapo.pt

R. Principal, 1280 • Edifício C. Com. Jardim, loja 5
4525-189 Canedo-Feira
Telfs.: 227 634 438 • Tlm.: 929 101 119
clincidentaria.jardim@gmail.com

AS OBRIGAÇÕES PECUNIÁRIAS NO ROTARY

A comparação dos gastos do Rotary com o que se passa noutras organizações de serviço internacional não é fácil. Não obstante, o desempenho da *The Rotary Foundation* está considerado no topo por várias agências de “rating”, no campo da filantropia. Nos EUA, por exemplo, a Fundação está cotada com alta pontuação por diversos grupos de “rating”.

A “Charity Navigator” conferiu-lhe quatro estrelas, a mais alta nota. E a nossa Fundação está posicionada entre as 20 maiores e melhores instituições de contabilidade organizada tal como é definida pela “Better Business Bureau’s Wise Giving Alliance”. Tem o nível “prata” no “GuideStar Exchange Participant”, que sublinha os cuidados relativamente a transparência. Também a parceria estabelecida entre o Rotary e a Fundação “Bill & Melinda Gates” são um claro sinal do seu prestígio e da sua reputação.



A análise dos custos de filiação no Rotary em diversas partes do mundo mostra o seguinte panorama:

América do Norte: despesas com os Clubes – 19%; despesas com os Distritos – 5%; despesas do R.I. - 6%; assinatura de Revista – 2%; refeições – 68%.

América Central e do Sul: despesas com os Clubes – 32%; despesas com os Distritos – 9%; despesas do R.I. - 10%; assinatura de Revista – 5%; refeições – 44%.

África a Sul do Sahara: despesas com os Clubes – 34%; despesas com os Distritos – 9%; despesas do R.I. - 14%; assinatura de Revista – 5%; refeições – 38%.

Ásia: despesas com os Clubes – 36%; despesas com os Distritos – 7%; despesas do R.I. - 6%; assinatura de Revista - 3%; refeições – 48%.

Europa Ocidental: despesas com os Clubes – 28%; despesas com os Distritos – 2%; despesas do R.I. - 4%; assinatura de Revista – 6%; refeições – 60%.



HIPERTENSÃO ARTERIAL

A saúde está muito dependente de uma correcta tensão arterial. Os valores ideais da tensão arterial são os seguintes:

sistólica - 135 mmHG

diastólica - 85 mmHG



A tensão arterial resulta das contracções do coração e é graças a ela que o sangue avança através do sistema circulatório. A tensão máxima obtém-se a cada contracção do coração; a tensão mínima obtém-se em cada relaxamento do coração.

A tensão arterial vai variando ao longo do dia e depende da hora, das emoções, da dor, da temperatura, da postura, da alimentação, do tabaco, do álcool, da cafeína e dos medicamentos.

Só pode diagnosticar-se a hipertensão quando se encontram valores altos em diferentes horas do dia em, pelo menos, três ocasiões diferentes, com uma semana de intervalo entre as medições, e em condições de estabilidade emocional e de repouso.

Há hipertensão arterial sistólica quando o valor da tensão sistólica (a máxima) é superior a 140 mmHG; há hipertensão arterial diastólica (a mínima) quando o valor é superior a 90 mmHG.

Não se conhece, ainda, a origem da hipertensão arterial em 95% dos casos. No entanto, sabe-se que há uma associação clara com o consumo de álcool e de tabaco e com a obesidade.

Se alguém é diagnosticado como hipertenso e após ter procurado corrigir o seu regime alimentar, deverá cumprir diariamente a prescrição médica e medicamentosa. É que, a normalização que se obtenha com a medicação desaparece logo que se interrompa o tratamento.

A hipertensão é um factor de risco cardiovascular muito importante. Órgãos especialmente afectados por ela são o coração, o cérebro, os rins e os olhos. O dano causado por ela traduz-se na deterioração dos vasos sanguíneos que alimentam esses órgãos.

Que fazer?



- cumprir o plano de tratamento da hipertensão;
- manter o peso dentro dos limites recomendados;
- na alimentação:
 - reduzir os condimentos,
 - não usar sal,
 - reduzir ou até evitar enchidos, alimentos preparados ou enlatados, aperitivos (azeitonas, batatas fritas), sopas e concentrados de carne, águas minerais com gás,
 - moderar o consumo de álcool.
- controlar regularmente os valores da tensão arterial.

CONTRA A POBREZA

Uma nova distribuição de mais de uma centena de volumes cheios de géneros alimentares de primeira necessidade foi feita pelo nosso Clube por famílias atingidas por situação de poucos recursos e por uma ou outra Instituição de solidariedade social, a exemplo do que já tínhamos feito na altura da época do Natal. O nosso Clube foi, para o efeito, contemplado com um Subsídio Distrital aprovado pela Comissão Distrital da Fundação Rotária de R.L.. Demos, assim, uma pequena ajuda à importante luta contra a pobreza.



um aspecto parcial dos volumes que foram distribuídos.



O Comp.º. Ângelo Sá com dois dos meninos da “Casa dos Rotários” da Aldeia SOS, de Gulpilhares, que também se viu contemplada.



Giovanni Gino Marella



Curiosidades

Plutão, em tempos considerado como o nono planeta do nosso sistema solar, foi descoberto em 1930 pelo astrónomo americano Clyde Tombaugh. Quando observado a partir da Terra pelo telescópio, apresenta-se como um pequeno ponto luminoso. A sua distância do Sol é tão grande que apenas recebe dele uma quantidade de luz equivalente à milésima parte da luz que a Terra recebe da mesma proveniência.

Em 1992, as autoridades dos Estados Unidos emitiram um mandado de captura contra Bobby Fisher, o campeão mundial de xadrez, e, por isso, ele nunca mais pode voltar a entrar no seu País. Fisher tinha recusado obedecer a uma intimação que recebera do Departamento do Tesouro norte-americano para que não participasse num jogo contra o campeão russo Boris Spasskij, que se disputou na Jugoslávia, um País contra o qual a ONU tinha decretado um embargo.

O “Undara Volcanic National Park”, situado em Queensland, na Austrália, é famoso por hospedar cerca de 70 galerias de lava com um comprimento total de dezenas de quilómetros. Estas galerias formaram-se há cerca de 190.000 anos, após uma erupção de um vulcão. Calcula-se que a explosão tenha produzido quase 23 kms³ de lava, e esta correu para o mar ao longo de um rio seco, criando assim o maior complexo de galerias basálticas do mundo. Este sistema de túneis de lava, apenas descoberto e explorado após 1960, é hoje visitado por inúmeros turistas, mas a parte final de algumas das galerias ainda não é acessível dada a presença de gases tóxicos.

Segundo a opinião de alguns historiadores, a designação “linchamento” veio do nome de um patriota norte-americano dos tempos da luta das colónias inglesas pela independência em relação à Inglaterra, de seu nome Charles Lynch. Lynch vivia numa região selvagem da Virgínia, que estava a mais de 300 kms. do tribunal mais próximo. Com o incremento dos ataques aos patriotas e às suas propriedades desencadeados pelos conservadores e por bandidos de delito comum, Lynch e os seus amigos decidiram “tomar a

lei em suas próprias mãos”. Então, os suspeitos eram trazidos a sua casa, eram aí processados e, se considerados culpados, eram chicoteados ou pendurados pelos polegares até que aclamassem a liberdade americana. Os processos de Lynch eram, nessa altura, considerados “ilegais mas justificados”, enquanto, mais tarde, o termo “linchamento” passou a ser utilizado para as execuções sumárias, ou seja as não antecedidas de qualquer processo.

O “calvados” é uma aguardente que se obtém a partir da maçã, que é espremida e o seu sumo, depois de fermentar, é conhecido por “cidra”. Depois de destilado e envelhecido durante cerca de dois anos em pipas de carvalho, está pronto para a comercialização.

A primeira mensagem publicitária surgida num jornal foi publicada na Inglaterra no diário “The Daily Courant”, em 17 de Março de 1703. Publicitava certo tipo de chocolate..

Quando se rasga uma folha de papel ouve-se um barulho especial. Isso deve-se ao facto de o papel ser formado por fibras intercaladas. Quando as folhas são rasgadas, os vínculos entre as fibras rompem-se e a energia que as unia produz uma vibração sonora.

O gelo seco, mesmo não contendo água, banha os objectos com que entre em contacto logo que exposto ao ar. Isso deve-se ao facto de o anidrido carbónico sólido, que constitui o gelo, para se transformar em gás, absorver o calor do ambiente envolvente. O rápido resfriamento daí resultante condensa em gotas o vapor de água presente no ar, deixando rastros de humidade.

O Alasca é o estado dos EUA com a maior área, pois tem 1,5 milhões de kms.². Segue-se o Texas, com 700.000 kms.², e a Califórnia, com mais de 400.000 kms.².



gesdaq

Gesdaq - Auditoria e Gestão de Empresas Lda.
Rua do Jardim, 23 • 4405-827 Vila Nova de Gaia
Telef.: 227 118 612 • Fax: 227 118 609
www.gesdaq.pt & www.facebook.com/gesdaq



Rua do Jardim, 23 • 4405-827 Vila Nova de Gaia
Telef.: 227 118 612 • Fax: 227 118 609



iLook Store - Apple Premium Reseller
Loja Oficial Apple em Braga
Braga Parque - Loja 219B T • 4710-427 Braga
Telef.: 253 612 451 • Fax: 253 612 453
www.ilookstore.pt
www.facebook.com/ilookstore



Promais.com líder de vendas online Apple em Portugal.
Paio Mendes, 67 • 4700-424 Braga
Telef.: 253 208 243
www.promais.com
www.facebook.com/PromaisCOM



DICAS HISTÓRICAS DO ROTARY

Os Cânticos nas reuniões



Os Rotários de mais recente filiação muito provavelmente nunca terão ouvido falar de Harry Ruggles. Pois, Harry Ruggles foi o quinto Rotário, logo a seguir, pois, ao quarteto inicial que tinha sido constituído por Paul P. Harris, Silvester Schiele, Gustavus Loher e Hiram Shorey.

Ruggles compartilhou com Paul Harris tomadas de posição que acabaram por levar à formação do primeiro Rotary Clube, o de Chicago, em 1905, e gostava muito de cantar. Ademais, cantar era um hábito bastante popular nos EUA nos princípios do Séc. XX. Ora, numa das primeiras reuniões do Rotary Club de Chicago, Harry Ruggles empoleirou-se numa cadeira e convidou todos os participantes no encontro a cantarem com ele. E foi o que todos fizeram.

O canto em coro tornou-se a partir daí um hábito tradicional em reuniões do Rotary, especialmente nos Estados Unidos. E acabou por alastrar a outras zonas do mundo, como são os casos da Austrália, do Japão, da Nigéria, da Nova Zelândia e

do Canadá. Há clubes em que são entoadas, pois, canções nacionais tradicionais na abertura formal das reuniões.

O hábito dos cânticos não é, no entanto, comum na Europa, na América do Sul e na maior parte da Ásia.

Sócios

No Rotary existem duas categorias de sócios: os representativos e os honorários.

Sócio Representativo é o que foi eleito em certo clube para ocupar uma classificação da área dos negócios ou de profissão liberal. Ele está sujeito a todas as obrigações e goza de todas as prerrogativas inerentes à qualidade de sócio, de acordo com o estabelecido nos Estatutos e no Regimento Interno do R.I.. Pode ocupar qualquer cargo de dirigente no clube e servir o R.I. a nível distrital e internacional.

Sócio Honorário é título concedido pelo Clube a pessoas que tenham prestado serviços de mérito em prol da difusão do ideal do Rotary. A outorga do título é válida apenas por um ano, pelo que deve ser anualmente renovada, se for caso disso. O Sócio Honorário não tem o direito de propor candidatos a sócios do Clube nem o de ocupar cargos, não está sujeito à exigência da frequência nem tem de pagar quota.

São conhecidas as concessões da dignidade de Sócio Honorário de Rotary Clube a diversas personalidades de alto conceito mundial: os Reis Gustavo (Suécia), Jorge VI (Inglaterra), Balduino (Bélgica) ou Hassan II (Marrocos); Sir Winston Churchill, Albert Schweitzer, Charles Lindbergh, Jean Sibelius, Edmund Hillary, Thor Heyerdahl, Thomas A. Edison, Walt Disney, Bob Hope, Albert Sabin, Margaret Thatcher, etc.

FUNDAMENTOS E EXPRESSÃO DA ÉTICA ROTÁRIA



Pierre Moulié
Gov. 2005-06 do D. 1770
Rotary Club de Paris-Norte

(conclusão)

O que faz a dimensão rotária da nossa ligação ao Clube não é a escolha de que fomos alvo pelos que já ao clube pertenciam. Não é a amizade o que nos une, a despeito de ela ser muito necessária; também não é a especificidade da profissão que exercemos e a nossa responsabilidade profissional. É a circunstância de pertencermos a um grande movimento mundial criado em 1905 por um americano visionário que soube descortinar o bem e o mal tal com os conheceu no princípio do Séc. XX.

Gostaria de, neste plano, associar o serviço a uma noção de proximidade, “fazer o bem à sua volta”.

Esta proximidade é geralmente a física: trata-se de fazer o bem na sua comunidade e, por isso, se compreende que os clubes desenvolvam preferencialmente acções humanitárias na sua própria área geográfica de implantação.

Mas, a proximidade pode ser também cultural; em função das suas raízes, dos seus encontros, dos seus centros de interesse, o Rotário pode suscitar a atenção do seu clube para situações de sofrimento em partes do mundo que bem conhece por razões de carácter profissional ou turístico!

Não há nisso motivo de estranheza nem isso lhe está vedado: a compaixão humana baseia-se no conhecimento de situações concretas e todo o “testemunho” de miséria pode levar em si razões suficientes para despertar a vontade de intervir.

A proximidade pode, até, ser profissional e pode ser a este título que o Rotário pode utilizar em determinado meio a sua profissão para servir: o médico que sirva no âmbito da PolioPlus, o professor que se interessa pela concessão de Bolsas ou pelo Intercâmbio de Jovens; o empresário que se interessa pela acção na criação de emprego...

Mas o essencial num clube é saber equilibrar estas proximidades territoriais, culturais e profissionais. Da sua convergência deverá resultar um serviço melhor prestado aos outros e mais alargado.

A ética, um reflexo condicionado

Temos a possibilidade de agir no quadro do concurso nacional da ética que os Distritos franceses organizam todos os anos em parceria com as grandes Escolas e no qual premeiam os estudantes que melhor se exprimiram através de uma dissertação sobre o tema da ética.

Ao longo dos anos pude notar que existe o risco de “desvios” e pergunto-me se, actualmente, sobre estas produções, que traduzem às vezes mais uma melhoria de conhecimento dos “sites” da Internet e sobre documentos que neles se encontram, está presente uma reflexão pessoal sincera e profunda em torno da ética.

Mas o certo é que o concurso existe e garantidamente é preciso que perdure e assegure o desenvolvimento ético!

É preciso que façamos da ética um reflexo condicionado; integrar a dimensão ética no pensamento e na acção.

CAMINHADA CONTRA A POLIO



Em 1985, mais de 125 países eram ainda endémicos da polio, uma doença que matava ou incapacitava mais de 1.000 pessoas em cada dia, na sua maioria crianças. A poliomielite era uma assinalável causa de angústia para milhões de famílias.

Durante aquele ano, o Rotary lançou a Campanha PolioPlus, uma iniciativa que exigiu um investimento de vários milhões de dólares destinada a vacinar todas as crianças do mundo contra a polio. Em 1988, quando a Organização Mundial da Saúde (OMS) decidiu também combater esta doença que afectava as populações desde havia cerca de 5.000 anos, o Rotary imediatamente se propôs participar na iniciativa da erradicação. Desde então que os Rotários têm estado decididamente empenhados em livrar o mundo da doença.

Depois disso, o Rotary e os seus parceiros – a OMS, o UNICEF, o CDC de Atlanta, Geórgia (EUA) e, mais recentemente, a Fundação “Bill & Melinda Gates” – passaram a juntar esforços

no quadro de uma iniciativa mundial para a erradicação. Assim, o Rotary ajudou a vacinar mais de 2,5 biliões de crianças e a mobilizar apoios da sociedade civil, aplicou mais de um bilião de dólares nas acções de vacinação e obteve mais de 9 biliões de dólares de fundos públicos de numerosos países doadores.

Cerca de 7 milhões de crianças foram protegidas da polio graças à Campanha de Erradicação Global da Polio. O número de casos de polio caiu cerca de 99%: de 350.000 anuais registados até 1988, para menos de 700 na actualidade. A doença continua endémica somente no Afeganistão, na Nigéria e no Paquistão.

Apesar dos progressos espectaculares registados, o combate ainda não terminou, pois que existe sempre o perigo de o vírus da polio se propagar a partir dos países ainda endémicos. Nenhuma criança estará em segurança se ainda existir um só caso de polio que seja, e em qualquer parte do mundo. A parte mais difícil é sempre a última, uma vez que o vírus permanece em regiões de muito difícil acesso. É, por isso, essencial, um apoio sério de todos, governos e doadores sobretudo dos países afectados.

O Rotary e os seus parceiros estão quase a conseguir fazer da poliomielite a segunda doença a ser erradicada da face da Terra (a primeira foi a varíola). Temos uma oportunidade única de garantir que mais nenhuma criança morrerá devido à poliomielite ou sofrerá as consequências desta doença para toda a vida.

É preciso agir AGORA!



BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS

BACALHAU



O bacalhau de Cura Tradicional Portuguesa foi incluído pela Comissão Europeia na lista das Especialidades Tradicionais Garantidas (ETG). Trata-se do bacalhau da espécie “gadus morhua”, que é pescado no Atlântico Norte, depois seco e salgado após selecção criteriosa e sujeito a um processo de salga livre que passa por uma fase de maturação que inclui a lavagem, a salga, a secagem e a maturação/envelhecimento, uma técnica tradicional genuinamente portuguesa que praticamos desde o Séc. XIV.

INVESTIGAÇÃO PREMIADA



Uma equipa de cientistas da Universidade Nova de Lisboa, liderada pela Dr.ª. Paula Videira, foi a vencedora do Prémio Inovação Bluepharma Universidade de Coimbra, ao qual concorreram 29 candidaturas. O Prémio, que é de € 20.000, premiou o trabalho de investigação sobre um tratamento muito precoce do cancro que tem que ver com as estruturas glicosídicas de células tumorais

e consiste no desenvolvimento de um anticorpo que reconhece o antigénico glosídico que está presente em mais de 80% dos carcinomas humanos, de modo a que seja identificado pelo sistema imunitário.

"MELHOR EMPRESÁRIO"



O Parlamento Europeu conferiu o título de “Melhor Empresário da Europa – 2011” a Sandra Correia, fundadora da empresa “Pelcor”, que se dedica ao fabrico de artefactos das mais diversas aplicações e utilizações em cortiça.

BELEZA



A jovem portuguesa de 19 anos, Catarina Sikioniotis, que será representante de Portugal no próximo Concurso de “Miss-Mundo 2014”, foi declarada vencedora no Concurso “Miss 7 Continentes”, um certame com a duração de três dias que se realizou de 11 a 13 de Maio na Turquia. Ela foi também ganhadora na subcategoria “Most Beautiful Face” (“O Rosto mais Bonito”).

NÓS E A

FUNDAÇÃO
ROTÁRIA
PORTUGUESA

EURICO CIRNE DE LIMA BASTO
ROTARY CLUB DE VILA NOVA DE GAIA
RUA DE ÁLVARO CASTELÕES, 594
4450-039 MATOSINHOS

Coimbra, 21-04-2014

Assunto: Visita Oficial do Governador

Dign^o Presidente do Rotary Club de Vila Nova de Gaia,

Antes de mais os nossos melhores cumprimentos.

Vimos confirmar e agradecer a contribuição que destinou à Fundação Rotária Portuguesa, aquando da visita oficial ao vosso Clube, da Companheira Governadora do Distrito 1970 – 2012/2013 **Maria Goreti Machado**, no valor de **300,00 €**, através do cheque n^o 4246096148, s/ o Millennium-bcp.

Felizmente que os Companheiros do seu Clube Rotário estão a reagir positivamente aos nossos apelos para contribuírem para o aumento de capital da **F.R.P** e que nos ajudam e dão esperança para um futuro cada vez mais eficiente na prossecução dos nossos objectivos estatutários.

Renovando os nossos agradecimentos, junto anexamos a nossa Guia de Receita n^o 8601, bem como um título de **Subscritor de Mérito**.

Sem outro assunto de momento, subscrevemo-nos com as melhores saudações Rotárias.

FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA
SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

(Vladimiro dos Santos)

Sede: Rua João Machado, 100 -
Telef. 239 823 145 • Fax 239 837 180 • www

Ao longo dos quarenta anos de existência e actividade do nosso Clube já são dificilmente contáveis os apoios que temos dado à FRP. Na nossa Sede, por exemplo, são abundantes os Diplomas de Reconhecimento e os “crachats” a que o Clube já fez jus da parte da nossa Fundação nacional, em apreço, justamente, por esses apoios.

Continuando com todo esse bom relacionamento, a Fundação Rotária Portuguesa concedeu-nos mais um título de Subscritor de Mérito, como aqui fica reproduzido, com data de 14 de Abril passado.

Ele é bem merecedora das nossas ajudas e do nosso apreço!

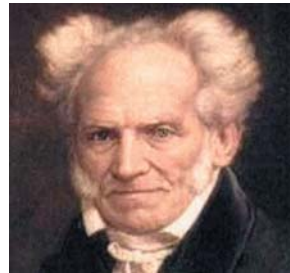


FRASES INFLUENTES



“A economia de mercado faz o que for rentável, não o que é necessário.”

Joan Robinson



“Toda a verdade passa por três estágios. Primeiro é ridicularizada. Segundo, enfrenta uma violenta oposição. Finalmente, é aceite como evidente”.

Arthur Schopenhauer



“Nada supera o poder da organização espontânea dos mecanismos de preços de mercado.”

Mises e Hayek

“Não basta saber: é preciso aplicar. Desejar não basta: é preciso fazer.”

Goethe



“No inferno, os lugares mais quentes estão reservados àqueles que escolheram a neutralidade em tempos de crise”.

Dante Alighieri
1265-1321



John F. Kennedy

“Os problemas do mundo não podem ser resolvidos por cépticos ou por cínicos, cujos horizontes estão limitados pelas realidades óbvias. Do que precisamos é de homens que possam sonhar com coisas que nunca existiram. Um homem pode morrer, as nações podem ascender e cair, mas as ideias continuam”.

“Às vezes não basta fazer o melhor que podemos; é preciso fazer o que é necessário.”

Winston Churchill
1874-1965



PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



NOTA – Foi Presidente do R.I. em 1987-88. Era membro do Rotary Club da Califórnia, Pensilvânia (EUA). O seu lema como Presidente foi “Rotários – Unidos no Serviço – Dedicados à Paz”.

As motivações vão mudando com o andar do tempo. Em 1950, foi porque dois homens de negócios que eu muito admirava me convidaram para aderir e o líder local mais respeitado me propôs para admissão no Rotary Club da Califórnia, Pensilvânia (EUA).

Durante alguns anos, foi o envolvente companheirismo no clube, os magníficos cânticos e toda uma larga série de projectos de serviço à comunidade que me atraíram. Em 1955, na altura da Convenção do 50º aniversário realizada em Chicago, descobri pela primeira vez a maravilha da internacionalidade do Rotary. Talvez que tenha sido só nessa altura que me tornei verdadeiramente “Rotário”.

Decorrendo alguns anos mais, abriram-se-me novas portas – servi como Governador de Distrito, depois como Director do R.I., como “aides” de dois Presidentes e em alguns lugares de Comissões. De cada vez ia fazendo mais novos amigos e o Rotary ia tendo cada vez maior significado para mim à medida em que via Rotários no desempenho de actos notáveis imbuídos do “Dar de Si Antes de Pensar em Si”.

Como advogado (a minha classificação era “Leis – Sociedades”) -vi-me envolvido no trabalho da Comissão de Estatutos e Regras do R.I., e, então e durante anos, servi no “parlamento do Rotary”, que é o Conselho de Legislação. A oportunidade de desempenhar um papel de liderança foi apaixonante.

O Rotary cresceu durante este tempo para 350.000 Rotários em 7.100 Clubes. Lá por 1985, já ia a ultrapassar o milhão de membros e pouco a seguir 24.000 Clubes. Este notável crescimento, apesar das guerras e de crises económicas, confirmou o meu juízo de que há um apelo constante e universal para a ligação da amizade e da aplicação no serviço que ainda mais me atraiu como Rotário.

Em 1987, fizeram-me Presidente do R.I.. A resposta dos Rotários, não apenas na magnífica Campanha PolioPlus, mas em muitas outras facetas do Rotary, foi mais que satisfatória. Enfrentaram desafios quanto à extensão e o desenvolvimento do quadro social, inculcando mais vida nos Serviços Profissionais e no Rotaract, ultrapassando os obstáculos do género no quadro e noutros vários aspectos.

Porque é que continuo a ser um leal trabalhador do Rotary após mais de 40 anos? A amizade continua viva no meu Clube e no Distrito e os muitos amigos que Mary Lou e eu granjeámos estão por toda a parte.

E o sentimento de se ser útil permanece nos projectos do meu clube e nos programas da Fundação Rotária, que apontam para um mundo em paz. Enquanto Curador da Fundação Rotária durante alguns anos, continuei a servir na cena mundial, onde são abundantes os desafios, onde os Rotários têm um papel cada vez maior a desempenhar e em que o futuro da humanidade ainda está a ser planeado.

Charles C. Keller

CONHEÇA OS SEUS MAIORES

CARLOS MALHEIRO DIAS



Foi um notável romancista nascido em 1875 e falecido em 1941. Deixou diversas obras de referência, como são os casos de “Filho das Ervas”, “Os Teles de Albergaria”, “A Paixão de Maria do Céu” e “Esperança e Morte”, além da peça de teatro “Cagliostro”.

EDUARDO MALTA



Nasceu em 1900 e foi um notabilíssimo pintor retratista e escritor. Emigrado para o Brasil, ali pintou os retratos do Presidente da República brasileiro de então, Getúlio Vargas, e os retratos de diversas outras altas individualidades do Brasil. Regressado a Lisboa, pintou os retratos de António Oliveira Salazar e do Cardeal Cerejeira, do Marechal Óscar Carmona e de Armindo Monteiro, que se podem admirar no Instituto de Estatística. Dentre outras obras literárias, escreveu “Montanhas Russas”, “Retratos e Retratos”, “Do meu Ofício de Pintor”.

JOSÉ MALHOA



Nasceu em 1885 e finou-se em 1933. Foi um notável pintor, sendo de referir trabalhos seus como o “Sonho do Infante”, “Descobrimento do Brasil”, “Os Bêbados”, “As Promessas” e muitos outros.

DIOGO INÁCIO DE PINA MANIQUE



Um célebre Intendente da Polícia em tempos do Marquês de Pombal e no reinado de D. Maria I. Foi quem criou a Casa Pia de Lisboa, tratou da iluminação e do policiamento da cidade e da colonização do Alentejo com emigrados dos Açores. Nasceu em 1733 e faleceu em 1805.

CULINÁRIA INTERNACIONAL

Mestre “Saborini”, veio-se para ocidente e atingiu a Inglaterra

INGLATERRA



Abacate à moda de Bristol

Ingredientes (para 4 pessoas):
 2 abacates
 1 lagosta média
 100 grs. de natas
 2 colheres de sopa de sumo de limão
 sal, pimenta, pimenta-de-caiena e “paprika”
 vinho branco e pimenta em grão



Preparação: cozer a lagosta em caldo aromatizado com vinho branco e pimenta em grão. Arrefecido o caldo, corte a lagosta ao meio. Retire a carne da casca e corte-a aos bocados. Abra os abacates ao meio, tire o caroço e parte da polpa. Corte em quadradinhos a polpa e

regue a polpa que ficou agarrada à casca com um pouco de sumo de limão. Numa tigela, misture a carne da lagosta e os quadradinhos de abacate e ligue com as natas. Tempere com sal, pimenta, sumo de limão e pimenta-de-caiena. Recheie as meias cascas de abacate com o preparado e enfeite com as patas da lagosta. Polvilhe com pimenta-de-caiena e “paprika”.

“Durham Lamb Squab Pie”

Ingredientes (para 4 pessoas):
 8 costeletas de carneiro
 1 kg. de batatas
 1 cebola grande
 3 maçãs reinetas
 80 grs. de manteiga ou de margarina
 1 colher de chá de açúcar
 sal e pimenta
 3,5 dls. de caldo de galinha
 1 ramo de salsa

Preparação: descasque as batatas e corte-as às rodelas espessas. Cubra-as com água temperada com sal. Retire às costeletas o excesso de gordura, descasque a cebola e as maçãs e pique-as. Aloure as costeletas em metade da margarina e, na mesma gordura, depois de retirar as costeletas, deixe refogar o picado da cebola e maçãs durante 5 minutos. Unte com margarina um prato de ir ao forno e disponha no fundo uma camada de rodelas de batatas. Polvilhe com sal, pimenta e salsa picada. Coloque sobre essa camada as costeletas e cubra-as com o preparado de cebola e maçãs. Polvilhe com açúcar, sal e pimenta. Cubra as restantes rodelas de batatas e regue tudo com o caldo de galinha. Leve a cozer ao forno moderado por 1 hora ou até que as batatas estejam louras. Acompanhe com couves de Bruxelas.



Apetising, no?!



Lancaster King's School

The future is now!

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
808 203 319

geral@lancasterschool.pt



www.lancasterschool.pt

www.facebook.com/lancasterschool





Rotary Club de Vila Nova de Gaia

O magnífico “4 Estrelas” no qual reunimos, na Rua Diogo Macedo, 220

4400-107 Vila Nova de Gaia

Telef.: 22 374 75 00

Fax: 22 374 75 76

email: info@hiportogaia.com

Informações e reservas: +351 223 747 500

Internet: www.holidayinn.com

Nossas reuniões: 5^{as} feiras, às 21.30 horas (1^{as}, 2^{as}, 4^{as} e 5^{as});
às 20.30 horas (3^{as})