

Rotary

Club de Vila Nova de Gaia



nº 513 | boletim mensal ano XLII dezembro de 2025



Américas

- 136 Aldeias de Crianças SOS
- 148 Programas de Jovens SOS
- 4 Famílias de Adoção e Casas de Transição
- 109 Programas de Fortalecimento Familiar SOS
- 11 Programas de Educação
- 4 Centros Sociais SOS
- 5 Programas de Resposta de Emergência

África

- 147 Aldeias de Crianças SOS
- 152 Programas de Jovens SOS
- 188 Programas de Fortalecimento Familiar SOS
- 251 Programas de Educação
- 38 Centros Sociais SOS
- 64 Centros Médicos SOS
- 10 Programas de Resposta de Emergência

Europa

- 116 Aldeias de Crianças SOS
- 205 Programas de Jovens SOS
- 31 Famílias de Adoção e Casas de Transição
- 162 Programas de Fortalecimento Familiar SOS

- 58 Programas de Educação
- 79 Centros Sociais SOS
- 8 Programas de Resposta de Emergência

Ásia e Oceania

- 173 Aldeias de Crianças SOS
- 214 Programas de Jovens SOS
- 2 Famílias de Adoção e Casas de Transição
- 115 Programas de Fortalecimento Familiar SOS
- 159 Programas de Educação
- 38 Centros Sociais SOS
- 7 Centros Médicos SOS
- 11 Programas de Resposta de Emergência



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

Estamos disponíveis para si!

- > Enfermagem
- > Enfermagem ao Domicilio
- > Entregas ao Domicilio
- > Nutrição
- > Podologia
- > Medicamentos Manipulados
- > Preparação Individualizada de Medicação

FARMÁCIA 



R. Marquês Sá da Bandeira, 238
4400-217 - Vila Nova de Gaia
(+351) 223 750 719
(chamada para rede fixa nacional)

FARMÁCIA 



Estrada da Circunvalação 7698,
4200-162 Porto
(+351) 221 215 993
(chamada para rede fixa nacional)

FARMÁCIA 

R. General Humberto 64,
4690-040 Cinfães
(+351) 255 120 802
(chamada para rede fixa nacional)



GRUPO
BANDEIRA PINTO
E CAMARINHA

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

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

Pessoa colectiva nº. 503 231 053.

SECRETÁRIA EXECUTIVA DIRECTOR – Alexandra Fontes Pinto.

CONSELHO DIRECTOR

Presidente do Clube – Maria Raquel Lima

Presidente Eleito – Jorge Silveira

Vice-Presidente – Filomena Frazão de Aguiar

1ª Secretária – Alexandra Fontes Pinto

2º Secretário – João Mourão Neto

1ª Tesoureira – Maria do Céu Gonçalves

2ª Tesoureira – Justa Castro

1º Protocolo – Ana Maria Cunha

2º Protocolo – Francisca Neves

COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

Presidente – Maria Raquel Lima

Programação semanal – Maria Raquel Lima, Elsa Oliveira e Maria Mercês Ferreira

COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO ASSOCIATIVO

Presidente – Joana Mourão

Facilitador de Aprendizagem do Clube – Artur Lopes Cardoso

COMISSÃO DE IMAGEM PÚBLICA

Presidente – Elsa Oliveira

Boletim do Clube – Artur Lopes Cardoso e João Mourão Neto

COMISSÃO DE PROJECTOS HUMANITÁRIOS

Presidente – Rui Amandi de Sousa

Aldeia SOS – Américo Camarinha e Maria de Fátima Passos

COMISSÃO DE PROGRAMAS PRO-JUVENTUDE

Presidente – Maria Mercês Ferreira

COMISSÃO DA FUNDAÇÃO ROTÁRIA DO R.I.

Presidente – Filomena Frazão de Aguiar

NÚCLEO ROTARY DE DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO (NRDC) - “Casa da Amizade”

D. Miita Lopes Cardoso & Drª. Patrícia Silveira

BOLETIM MENSAL | ANO XLII • Nº 513 | DEZEMBRO DE 2025

BIODIVERSIDADE OCEÂNICA

Vai muito em breve entrar em vigor o “Tratado do Alto-Mar”, mais exactamente o Acordo sobre Protecção da Biodiversidade Marinha em Áreas para além da Jurisdição Nacional (BBNJ). No seu teor, ele é o primeiro documento internacional virado para a protecção da biodiversidade oceânica.

Durante larguíssimos anos, o alto-mar vinha sendo considerado como área cinzenta no campo do direito internacional sujeita a exploração descontrolada. Agora, e com a entrada em vigor no próximo dia 1 de Janeiro deste Tratado, o futuro dos oceanos reside num compromisso que vincula todos os países.

Não se trata apenas de um instrumento complementar à Convenção das Nações Unidas sobre o Direito do Mar (UNCLOS), pois que fornece instrumentos novos para a conservação e o uso sustentável da biodiversidade marinha, designadamente pela criação de Áreas Marinhas Protegidas (AMP) em alto-mar e pela introdução de mecanismos de Capacitação e Transferência de Tecnologia Marinha. Aquelas Áreas são interligadas por correntes que entrelaçam ecossistemas distantes e funcionam como santuários que melhoram a saúde dos ecossistemas e beneficiam comunidades costeiras, além de contribuírem para a recuperação de espécies migratórias e de populações sujeitas a excesso de exploração.

O êxito das novas regras assim criadas depende, porém, da correcta observância das regras sobre Capacitação e Transferência de Tecnologia Marinha em todos os países. Sem o incondicional apoio de todos os países do nosso mundo, o BBNJ correrá o risco de se ficar pelas ... boas intenções.

Trata-se, pois, de assunto que assume a maior relevância para o equilíbrio do futuro do Planeta, uma “casa” na qual, e como de todos é sabido, é largamente maioritária a área ocupada pelos oceanos. Uma causa global, pois, a ser tratada seriamente a nível de cada Rotary Clube, ademais no seguimento do tema sabiamente trazido a terreiro pelo já falecido Presidente Paulo Viriato Corrêa da Costa (1990-1991): “Preserve o Planeta Terra”.

ALC

Capa: Hermann Gmeiner, fundador das Aldeias de Crianças SOS (veja na Pág. 9).

Programa para o mês de Janeiro

Companheirismo

Em Janeiro iremos ter os seguintes aniversários:

DIA 1

Cancelada por ser Feriado Nacional.

DIA 8

REUNIÃO Nº. 2600 21 horas – Reunião de Trabalho *online*.

DIA 15

REUNIÃO Nº. 2601 20 horas - Reunião festiva de jantar, com Cônjuges e Convidados no Hotel “Holiday Inn” Porto-Gaia. VISITA OFICIAL DA GOVERNADORA.

DIA 22

REUNIÃO Nº. 2602 21 horas – Reunião de Trabalho **(a)**

DIA 29

REUNIÃO Nº. 2603 21 horas – Reunião de Trabalho **(a)**

(a) – reunião na Sede.

DE NASCIMENTO

Dia 17 – Compº. Américo Ferreira Camarinha

Dia 21 – Compº. Artur Alberto Falcão Lopes Cardoso
Compª. Inês Maria Ramos Amorim Ferraz
D. Margarida Loureiro Valga Camarinha

Dia 30 – Compª. Joana Irene de Barros Mourão

Dia 31 – Compª. Ana Mafalda Venâncio Pereira de Vasconcelos

QUANTO A ROTARY CLUBES

Dia 13 – o Rotary Club de Águeda

o Rotary Club de Vila Nova de Gaia

Dia 18 – o Rotary Club de Chaves

Dia 20 – o Rotary Club de Ansião

Dia 23 – o Rotary Club de Esposende

Dia 27 – o Rotary Club de Vale de Cambra

Dia 30 – o Rotary Club de Estarreja

Dia 31 – o Rotary Club de Covilhã

Muitos parabéns para todos!

Índice

Biodiversidade Oceânica	1
Programa para o mês de Janeiro	2
Companheirismo	2
Página da Presidente	3
Perplexidades	4
Secretaria	5
Intercâmbio de Cultura e Cooperação	6
Noticiário Rotário	8
Nós e as Aldeias de Crianças SOS	9
Vida Interna	11
Entrar em Acção	12
Momentos Históricos do Rotary	13
Boas Notícias em Português	14
Estudantes Laureados	15
Conheça os seus Maiores	18
Rotários assim disseram	19
Culinária Internacional	20

Página da Presidente



Raquel Lima

Presidente 2025-26

Dezembro – Solidariedade em Tempo de Natal

Dezembro é o mês em que os corações se abrem e o espírito de partilha ganha um novo brilho. É tempo de família, de reencontros, de gestos simples que fazem toda a diferença. No Rotary, este mês convida-nos a refletir sobre o verdadeiro significado do Natal: a solidariedade vivida, sentida e transformada em ação.

O Rotary Club de Vila Nova de Gaia tem uma longa tradição de apoio à comunidade, e nesta época do ano essa missão torna-se ainda mais especial. As nossas ações solidárias, sejam campanhas de recolha de alimentos, apoio a famílias em situação vulnerável, visitas a instituições ou momentos de convívio intergeracional, refletem o melhor do espírito rotário: servir com empatia, com humildade e com propósito.

Mas a solidariedade vai além de uma data no calendário. É um compromisso permanente, que se renova a cada sorriso partilhado, a cada gesto de ajuda, a cada mão estendida. A missão do Rotary é servir ao próximo e promover a paz e a boa vontade e isso con-

cretiza-se, especialmente nesta altura, quando olhamos à nossa volta e escolhemos ser presença ativa na vida dos outros.

Este mês é também um convite à gratidão. Gratidão por tudo o que alcançámos como clube, por cada parceiro que acreditou em nós e por cada membro que dedicou tempo e energia a fazer o bem. Juntos, mostramos que pequenas ações, quando multiplicadas por muitos, podem transformar realidades.

Que o Natal nos inspire a continuar a servir com alegria e a acreditar que o bem, quando partilhado, se multiplica. Que o novo ano nos encontre unidos, determinados e com o mesmo entusiasmo para continuar a fazer a diferença, um gesto de cada vez.

Unidos para fazer o bem, que este Natal seja um tempo de paz, de amor e de esperança renovada.

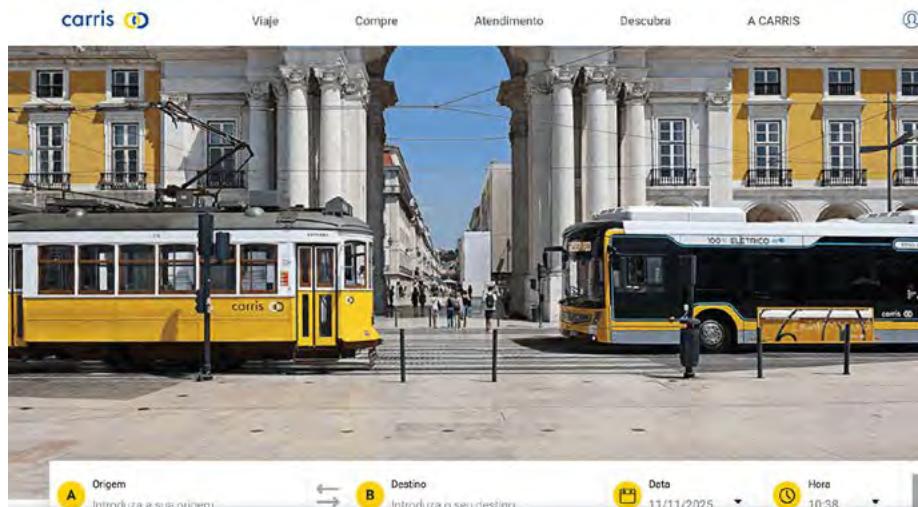
Saudações Rotárias,

Raquel Lima

**UNIDOS
PARA
FAZER O BEM**

Perplexidades

Em Lisboa, é entidade responsável pela gestão dos transportes públicos uma coisa denominada “Carris”.



No Porto, a gestão dos transportes públicos está confiada à Sociedade dos Transportes Públicos do Porto (STCP).

O caderno de encargos da manutenção dos equipamentos desses transportes, em Lisboa, abrange 45 carros eléctricos históricos e 7 eléctricos articulados.

No Porto, ele abrange apenas 8 eléctricos históricos (**a**).

Em Lisboa, estão previstas, apenas, revisões, para eléctricos, a cada 3.000 kms. e verificações diárias a olho, não se observando nenhuma diferenciação por subsistema, nem a definição de critérios técnicos de aceitação ou de rejeição.

No Porto, há um plano de manutenção que observa princípios de engenharia industrial e fazem-se análises periódicas diferenciadas, diárias, quinzenais, mensais, semestrais, anuais e de revisão geral.

Em Lisboa, a “Carris” celebrou um contrato de manutenção por três anos sem ter tido o cuidado de obter da concessionária a comprovação prévia das competências técnicas desta.

Já, no Porto, a STCP observa um elevado grau de exigência neste domínio.

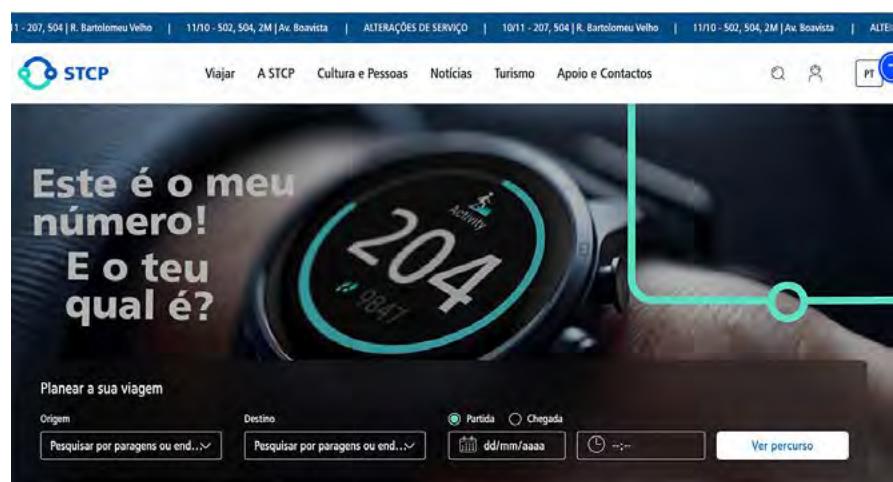
A “Carris” (Lisboa) não exige nenhum ensaio metrológico nem define instrumentos e/ou tolerâncias à concessionária, limitando-se a recomendar que se façam “verificações” e “revisões” mas sem lhes definir métodos. Podem, pois, ser feitas ... a olho.

A STCP (Porto) obriga a ensaios não destrutivos (magnetoscopia e ultrassons), medições dimensionais de registo obrigatório, testes de equilíbrio dinâmico, verificação geométrica dos “bogies” e certificação de estanquidade de reservatórios de ar por entidade acreditada. Cada operação deve ser registada em ficha própria, com medição de valores, indicação do instrumento usado, data, técnico responsável e sua assinatura.

Em Lisboa, a “Carris” gasta, em média, € 158.000,00/ano com a manutenção dos referidos equipamentos.

Já, no Porto, as despesas com manutenção orçam os € 380.000,00/ano (veja **(a)**).

Enfim: e depois queixam-se da infelicidade do Elevador da Glória e dizem-se surpreendidos com ela...



Comp^a. Alexandra Fontes Pinto

Secretaria Novembro

RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Douro e Vouga Internacional – as Comp^{as}. Mercês Ferreira e Raquel Lima; no Rotary Club de Esposende – os Comp^{os}. Bartolomeu Pereira, Fátima Passos e Inês Ferraz; no Rotary Club de Penafiel – as Comp^{as}. Filomena Frazão de Aguiar e Justa Castro; no Rotary Club de Ponte de Lima – as Comp^{as}. Fátima Passos e Inês Ferraz; no Rotary Club do Porto – as Comp^{as}. Justa Castro e Maria do Céu Gonçalves; no Rotary Club de Porto-Foz – os Comp^{os}. Américo Camarinha, Ana Maria Cunha, Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Bartolomeu Pereira, Justa Castro e “Mizi” Reis; em reunião conjunta dos Rotary Clubes de Douro e Vouga Internacional, Espinho e Feira (VOG) – os Comp^{os}. Filomena Frazão de Aguiar, João Mourão Neto, Justa Castro e Mercês Ferreira.

DERAM-NOS A HONRA E O PRAZER DAS SUAS VISITAS

os Comp^{os}. RTC Ana Saraiva, Bruno Almeida, Carolina Reis, José Pedro e Marta Navega, do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia. A Sr^a. Dr^a. Maria do Carmo Couto.

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

O nosso Boletim Mensal para todos os Companheiros e todos os Clubes do Distrito. Carta para o Rev. Pároco de Mafamude e comunicar a desnecessidade de o Coro continuar a usar auditório e a agradecer a gentil disponibilização deste. “E-mail” para a Governadoria a propor o Comp^o. PGD Rui Amandi de Sousa para representante do Distrito no Conselho de Legislação. Idem, a candidatar a Comp^a. Filomena Frazão de Aguiar para Governadora do Distrito. Outro para o Rotary Club de Marco de Canaveses, a manifestar adesão à sua iniciativa de edição do livro “As Coisas Feitas – Histórias Rotárias”. Inquérito sobre o nosso Boletim, para todos os membros do Clube.

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas dos Rotary Clubes de Cascais-Estoril, Coimbra, Feira, Ovar, Vila do Conde e Vizela.

Comunicações – Do Comp^o. Jorge Silveira, Presidente-Eleito 2026-27, informando da sua indisponibilidade para assumir tal presidência. Convocatória para o Seminário de Gestão de Subsídios da *The Rotary Foundation*. Da realização do Congresso Nacional do Rotaract, de 7 a 9 de Novembro. Da CIP Portugal-Índia, para eventuais emparelhamentos com Rotary Clubes de Goa. De *The Rotary Foundation*, para contribuições de donativos para um Fundo de ajuda às vítimas do furacão “Melissa”. Convocatória da Assembleia Geral de Aldeias de Crianças SOS. Programações dos Teatros Municipais.

Convites – Do Rotary Club de Albergaria-a-Velha, para Convívio Musical Solidário. Dos Rotary Clubes de Cascais-Estoril, Esposende, Porto, Porto-Douro, Porto-Foz e de Senhora da Hora, para suas reuniões com palestra. Do Rotary Club de Leça da Palmeira, para “Jantar de Solidariedade com Fados e Castanhas”, que organizou a favor da ALADI. Para a Festa do Natal do Distrito, em Cantanhede, em 6 de Dezembro. Do Rotary Club de Marco de Canaveses, para colaboração na feitura de publicação “As Coisas Feitas – Histórias Rotárias”. Do Rotary Club de Montemor-o-Velho, para oferta de óculos e de armações. Dos Rotary Clubes de Coimbra e, em conjunto, Douro e Vouga Internacional, Espinho e Feira, para as respectivas VOG. Do Rotary Club da Feira, para homenagem aos melhores estudantes.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Rotary Portugal”. Cartas Mensais dos Governadores. “Newsletter” do Rotary Club de Funchal. A Revista “Terras de Santa Maria”, da Liga dos Amigos da Feira.

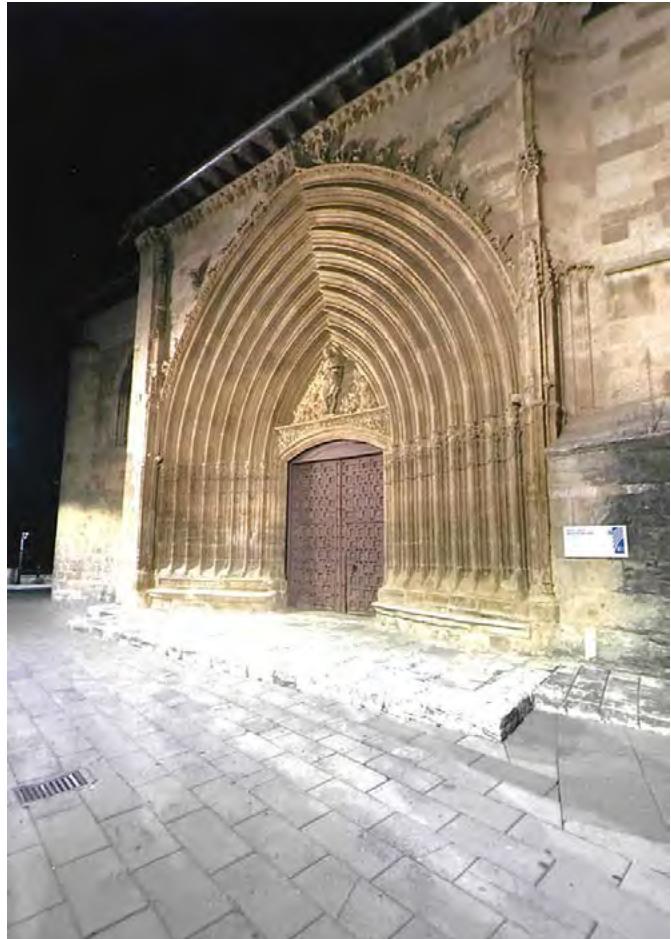
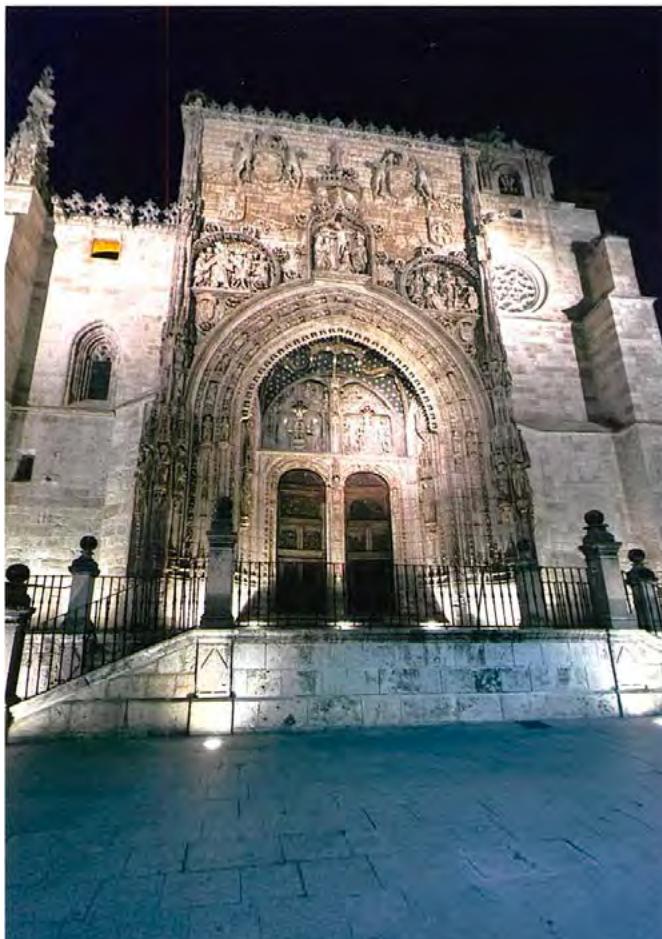
Intercâmbio de Cultura e Cooperação

Raquel Lima

Em 11 do passado mês de Outubro, a data ficou marcada por um singular encontro entre os Rotary Clubes de Vila Nova de Gaia e de Aranda de Duero (Espanha – D. 2201), evento que reforçou os laços de geminação e o espírito de colaboração internacional que caracterizam o Movimento Rotário.



Nas caves de "Tierra Aranda".



As imponentes igrejas de Santa Maria e de San Juan.

A jornada teve início com a chegada de onze Rotários Portugueses e três representantes do Distrito Espanhol, entre estes o futuro Governador e o responsável pelos “hermanamientos” (geminações) na Área Tudanca, por volta das 12,30 horas. Após as calorosas “boas-vindas”, o grupo seguiu em direcção a La Vid, onde era aguardado por Jose Zapatero, anfitrião e enólogo, que conduziu uma visita guiada à “bodega” local. Ao longo do percurso, partilhou a sua paixão pelo vinho e apresentou as tradições vínicas da região, proporcionando uma verdadeira imersão na cultura castelhana.

Participaram neste Encontro quatro clubes rotários de Portugal – os de Oliveira de Azeméis, Maia, Marco de Canavezes e, claro, o nosso – que se uniram ao clube anfitrião num exercício de amizade, cooperação e partilha de valores rotários.

Pelas 17 horas, as direcções dos Clubes reuniram para, entre si, debaterem oportunidades de cooperação, com destaque para projectos de intercâmbio juvenil, aproveitando o perfil diversificado dos Rotary Clubes de Aranda de Duero e de Vila Nova de Gaia. O encontro revelou-se especialmente produtivo, lançando as bases para futuras iniciativas conjuntas e refor-

çando o compromisso rotário de promover o desenvolvimento e a liderança nos jovens.

A vertente cultural do programa teve início pelas 19 horas, com visita à Igreja de Santa Maria, seguida dum a descida às caves da “bodega” Tierra Aranda conduzida por Rafael de las Heras. O passeio nocturno pelas ruas iluminadas de Aranda, com destaque para as fachadas monumentais de Santa Maria e de San Juan, proporcionou um ambiente mágico e inspirador, reflectindo o espírito de amizade e de descoberta que marcou toda a Jornada.

O Encontro culminou com um jantar informal no restaurante da Área Tudanca, que reuniu cerca de 25 participantes. Um momento de descontração e de celebração que consolidou os laços de amizade e o espírito de cooperação entre os clubes irmados. Pelas 23 horas, o encontro foi oficialmente encerrado deixando no ar a certeza de que este dia ficará na memória de todos como um exemplo de cooperação, partilha e mútuo enriquecimento. O nosso Clube regressou a Portugal com novas ideias, amizades reforçadas e um renovado compromisso de continuar a construir pontes, dentro e fora das fronteiras, ao serviço da comunidade e dos ideais rotários.

Noticiário Rotário



A Engª. Maria Corina Machado, líder da oposição venezuelana ao regime autocrático de Nicolau Maduro, ganhou o Prémio Nobel da Paz de 2025.



Por iniciativa do Rotary Club de Marco de Canaveses, está em preparação a edição de um livro que se denominará “As Coisas Feitas – Histórias Rotárias”, uma colectânea dos melhores projectos de serviço alguma vez realizados por Rotary Clubs do Distrito 1970.



O ERIC constitui a rede europeia do Rotaract.



Anote que irá decorrer em S. João da Madeira de 22 a 24 de Maio de 2026 a 43ª Conferência do Distrito 1970.



A “Noite de Fados”, organizada pelo Rotary Club de Esposende, irá ocorrer no próximo dia 25 de Abril.



Irá acontecer em Taipé (Taiwan) de 13 a 17 de Junho do próximo ano a Convenção do *Rotary International*.



Search for Charities

Explore charities that match your interests, view their ratings, and connect them with your donations.



Discover Charities Better Basics

Charity Navigator

Char

Nós e as Aldeias de Crianças SOS

Artur Lopes Cardoso

O trágico acontecimento histórico que foi a I Grande-Guerra (1914-1918) deixou o mundo inteiro, mas muito especialmente a Europa, em frangalhos, com todo um vasto panorama de famílias destroçadas e inúmeras crianças entregues a si mesmas sem futuro e na miséria. Países inteiros se encontravam destruídos ou na miséria e, por assim dizer, não viviam: tentavam sobreviver. No número deles avultava a Áustria.

É, pois, neste cenário de horror que, em 23 de Junho de 1919, nasceu Hermann Gmeiner, e nele viveu por largo tempo. Sensível a ele, teve a ideia de criar uma organização que pudesse ajudar crianças deixadas à sua sorte a, inseridas na comunidade, terem perspectivas de futuro através de acolhimento e de adequada formação.

Do pensamento de Hermann Gmeiner saiu, assim, a ideia da organização das Aldeias SOS, em 1949 e na Áustria, cuja primeira foi instalada em Imst, justamente no seu país natal. Desde então, mais de quatro milhões de crianças e jovens abandonadas, de ambos os sexos, puderam ter uma vida normal e com futuro graças a esta Organização que já alastrou a sua actividade a mais de 130 países e, assim, beneficiaram de cuidados alternativos e de fortalecimento familiar. Hermann Gmeiner presidiu à Instituição até 1985 e faleceu no ano seguinte, 1986. Entretanto, serviu também como Rotário, membro que foi do Rotary Club de Innsbruck.

As Aldeias de Crianças SOS já foram nomeadas por 14 vezes para serem destinatárias do Prémio Nobel da Paz e são entidade consultora do Conselho Económico e Social da ONU.

Em Portugal, foi no ano de 1963 que a ideia SOS “entrou” graças a reunião realizada por duas senhoras (Maria do Céu Mendes Correia e Belmira Matias) que tinham fundado o “Lar da Nazaré”, com o próprio Hermann Gmeiner. Em 25 de Março de 1964 constituiu-se a Associação das Aldeias SOS de Portugal e já em 1967 foi, em Bicesse (Cascais), inaugurada a primeira Aldeia SOS do País. Mais tarde, em 1980, surgiu a inauguração da segunda, em Gulpilhares (Vila Nova de Gaia) e, mais tarde ainda a terceira, em 1986, na Guarda.

Entretanto, e no, então, Distrito 176, sendo seu



Governador o já falecido (que mais tarde viria a ser membro do nosso Clube) Compº. Ângelo Couto Soares, foi admitido em R.I. o Rotary Club de Vila Nova de Gaia, mais exactamente em 13 de Janeiro de 1973. Ou seja pouco mais de um ano antes do “25 de Abril”. No quadro dos membros fundadores do Clube estava o Compº. António Castro Ribeiro, um distintíssimo médico especialista em Cardiologia que é agora nosso Sócio Honorário. Nunca presidiu ao Clube mas valha a verdade que se reconheça que foi do seu espírito rotário e empreendedor que saíram alguns dos melhores projectos de serviço que o nosso Clube concretizou.

Dele, pois, partiu a ideia de o Clube dar a sua colaboração para a instalação da segunda Aldeia SOS no País. Estábamos em 1975 (o Clube existia, portanto, havia ano e pico) e, aproveitando a generosidade da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia, que

História da Organização

A história das Aldeias de Crianças SOS em Portugal e no Mundo



cedera terreno em Gulpilhares para a implantação da Aldeia, Castro Ribeiro propôs no Clube que cuidássemos da obra de construção e total recheio e equipamento de uma das casas previstas para a nova Aldeia. Presidia ao Clube o Compº. Fernando Serra Ribeiro e foi entusiasticamente aceite a proposta. Para o seu desenvolvimento, o Clube entrou em contacto com a Secção Francesa da CIP Portugal/França, nessa altura liderada pelo notabilíssimo Rotário Pierre Durand.

Claro que abraçar a ideia e concretizá-la jamais seria atingível em um ano rotário apenas. Por isso, os anos que se seguiram – presidências dos Compºs. José Conceição Rodrigues, Amândio Pereira de Matos e Agostinho de Sousa Santos Júnior (que tivera de ser Presidente “à força” devido a doença súbita do Presidente Compº. Júlio Barbot da Costa) – foram direcionados para a realização de actividades culturais para angariação de fundos: tourada, espectáculo de “ballet”, baile... E foi relevantíssimo o envolvimento no projecto das senhoras, esposas dos Companheiros da altura, designadamente nos campos da confecção e do fornecimento dos cortinados, atoalhados e toda a panóplia dos apetrechos de cozinha, além do mais. Até que a “Casa

dos Rotários” ficou pronta e devidamente equipada em 1979, altura da primeira presidência do Compº. Pedro Augusto Fernandes. A sua inauguração festiva, muito concorrida, deu-se em 27 de Outubro de 1979.

Desde essa altura, o nosso Clube manteve-se, e mantém-se, ligado à Aldeia de Crianças SOS de Gulpilhares. Vigia por que na “Casa dos Rotários” tudo funcione estruturalmente e se mantenha nas devidas condições. Na Aldeia, no seu global, o Clube, já a dotou com alguns outros equipamentos – parque infantil, gabinete médico, sala de tratamentos – que, porém, com o evoluir dos tempos e com novas orientações da Direcção respectiva, já deixaram de existir.

Mas a “Casa dos Rotários” constitui para nós um compromisso eterno, e gostoso.



Vida Interna

I - Próximos Presidentes do Clube

Em face da súbita indisponibilidade manifestada pelo Presidente-Eleito (2026-27), Compº. Jorge Silveira, e após reunião da Comissão de Indicação definida no art. 9º do nosso Regimento Interno e deliberação do Clube, ficaram definidas as seguintes presidências:

Ano rotário de 2026-27 – a Compª. Justa da Silva Castro

Ano rotário de 2027-28 – a Compª. Joana Irene de Barros Mourão

Ano rotário de 2028-29 – o Compº. João Daniel Mourão Neto.

1 de Janeiro de 2026, o Clube, após convite pelo próprio, decidiu candidatar a Representante do D. 1970 no COL o Compº. PGD Rui Manuel Amandi de Sousa.

III – Núcleo Rotary de Desenvolvimento Comunitário (NRDC)

Perante a resignação da Presidente do NRDC, Drª. Patrícia Silveira, foram designados para, em conjunto, dirigirem o NRDC:

Abília Azevedo

João Miguel Brito dos Santos Neto

II – Conselho de Legislação do R.I.

Dada a circunstância de cessarem no próximo dia 31 os mandatos de todos os Representantes dos Distritos junto do COL e decorrer prazo para novas candidaturas com mandatos trienais a começar em

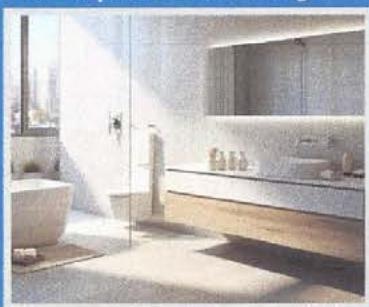
IV – Governador(a) 2028-29

O Conselho Director deliberou no sentido de ser apresentada junto da Governadoria candidatura para Governadora do D. 1970 em 2028-29 a Compª. Filomena Margarida Venâncio Frazão de Aguiar.

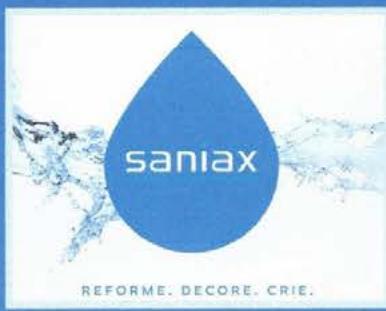
COLHEITA BENÉVOLA DE SANGUE

O nosso Clube, com o apoio técnico do Instituto Português do Sangue e Transplantação, está a organizar uma recolha benévola de sangue em face do reduzido stock de sangue que persiste. Esteja atento à indicação do local, dia e hora desta iniciativa e, caso possa, dê do seu sangue.

Renove a sua Sala de Banho com qualidade e design



Serviço personalizado



Materiais de excelência e atendimento especializado



Showroom: Rua Soares dos Reis, 82, 4400-310 Vila Nova de Gaia
Armazém: Rua da Rasa, 89, 4400-271 Vila Nova de Gaia

Email: geral@saniax.pt
Telefone: 223 745 920/2
Saniax by Almeida & Xavier



Entrar em Acção

Após vicissitudes várias, a Fundação Rotária do *Rotary International* acabou por ser constituída em 1928 na Convenção do R.I. realizada em Minneapolis (Minnesota-EUA) quando então foi aprovada a Resolução 8 que alterou do Regimento Interno do Rotary. Foi a referida Resolução que abriu caminho no sentido de que a Fundação passasse a ser administradora do primitivo Fundo de Dotação.

Era, pois, chegada a altura de empreender acções de serviço concretas.

Em 1946 viria a ser fundada a Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), em Paris. Logo a seguir, o Conselho de Curadores da Fundação Rotária aprovou a criação da Bolsa Rotary-UNESCO. Destinava-se a apoiar líderes altamente qualificados das áreas educacional e/ou dos serviços sociais de nações menos desenvolvidas em viagens que eles realizassem com destino a países ocidentais com o propósito de aprenderem técnicas e métodos novos de trabalho.

O primeiro beneficiário desta Bolsa veio a ser o Dr. Stefan Baley. Este, polaco, em 1947, veio a viajar por vários meses por todos os Estados Unidos e pela Inglaterra e valorizou-se com a aquisição de assinaláveis conhecimentos e orientação junto de psicólogos clínicos e de cientistas sociais de renome, designadamente na área da delinquência juvenil.

Após o desfecho da 2ª Grande Guerra, o Dr. Baley e outros que, entretanto, tinham também beneficiado

da Bolsa Rotary-UNESCO, foram fundamentais na ajuda a colegas na acção que deles se esperava quando regressassem aos seus respectivos países e secundando a acção da Fundação na prestação de assistência a famílias de Rotários que tinham sido vitimados pelo conflito.

Entre Agosto de 1945 e Fevereiro de 1947, a Fundação Rotária enviou 3.484 volumes de elevado porte com bens de primeira necessidade e das mais diversas naturezas para essas famílias por toda a Europa. Em 1948, a Fundação aplicou cerca de 37.000 dólares no envio de alimentos, peças de vestuário e outros bens de utilidade para Rotários que, de algum modo, tinham sido afectados pela guerra. Até em ajudas monetárias aos que, tendo ficado feridos ou inválidos, não podiam trabalhar. E ainda a várias famílias dos que tinham perecido no conflito e ficaram, por via disso, ao desamparo.

Depois, a Fundação decidiu concentrar os seus esforços na promoção de programas de promoção da paz, subsidiando palestrantes influentes que, em encontros comunitários, fizessem salientar a importância duma convivência pacífica entre as nações, assim como suscitando a publicação de textos sobre a paz mundial e apoiando estágios de jovens nas Nações Unidas. Chegou mesmo a promover a edição e distribuição de milhares de folhetos em língua castelhana e em inglês nos quais era colocado em destaque o valor das Nações Unidas.



Apontamentos Históricos do Rotary

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

1 – Em Setembro de 1914, o então Presidente Frank L. Mulholland, de Ohio (EUA), no seguimento do que tinha sido deliberado na Convenção de Houston, criou uma Comissão para se encarregar de definir uma bandeira rotária.

2 – A referida Comissão foi presidida por Russell F. Greiner, que dirigira a Associação Internacional de Rotary Clubes e fez um esboço para ela com fundo branco, como alusão à paz, à amizade e à boa vontade.

3 – Viria a ser apenas em Julho de 1983 que se instalou o costume de se dedicar cada mês a um tema rotário.

4 – Tal calendário começou por observar a seguinte distribuição temática: Julho – alfabetização; Agosto – Desenvolvimento do Quadro Social; Setembro – Novas Gerações; Outubro – Serviços Profissionais; Novembro – Fundação Rotária; Dezembro – Família; Janeiro – Consciencialização Rotária; Fevereiro – Compreensão Mundial; Abril – Revista; Junho – Grupos de Companheirismo.

5 – Além das referidas, em Novembro – a Semana Mundial do Interact, e em Março – a Semana Mundial do Rotaract.

6 – A primeira vez que foi hasteada a bandeira do Rotary foi pelas 11 horas do dia 4 de Janeiro de 1915 e a honra de a hastear coube ao Presidente Russell F. Greiner (1913-14).

7 – Ele hasteou-a em Kansas City no mastro do “Baltimore Hotel”.

8 – Em 1929, o Almirante e Rotário Richard Byrd colocou uma bandeira do Rotary no Polo Sul.

9 – Quatro anos mais tarde, ele mesmo também colocou outra no Polo Norte.

10 – Em 1932, August Piccard levou consigo uma bandeira rotária na sua segunda volta de balão, bandeira que lhe tinha sido oferecida pelo Rotary Club de Zurique, elevando, assim, a bandeira a 18.526 ms. de altitude.

11 – E em 1933 outra bandeira rotária desceu a 2.085 ms. abaixo da superfície do mar, levada pelo Rotary Club de Houghton a reunião que decorreu na mina “QuincyCooper”.

12 – No Espaço Sideral, a bandeira do Rotary foi levada pelo astronauta Frank Borman, Rotário membro do Rotary Club de Houston, Texas (EUA), em órbita lunar.

13 – As conhecidas Quatro Avenidas de Serviços tiveram origem no RIBI a partir de 1926.

14 – Partiram de reflexão feita por essa altura por Sydney Pascall e Vivian Carter, respectivamente o Presidente do RIBI e seu Secretário quando foram passear num Domingo num bosque próximo de Londres.

15 – Foram expô-las, a convite, em Chicago e elas viriam a ser adoptadas na Convenção de 1927 que se realizou em Ostend (Bélgica).

Boas Notícias em Português

“EUROPA NOSTRA - 2025”



Em cerimónia pública que se realizou em Bruxelas (Bélgica), Portugal foi galardoado com os seguintes Prémios Europeus do Património / Prémio Europa Nostra, atribuídos ao Museu Nacional Resistência e Liberdade – pelo Fortaleza de Peniche, na categoria “Envolvimento e Sensibilização” - Conservação e Reutilização Adaptativa do Arqº. João Barros Matias, e ao Programa “Saber Fazer” de Almalaguês (Coimbra), em tapeçaria, na categoria “Educação, Formação e Competência”.

CICLISMO



João Pedro Gonçalves Almeida, com 26 anos, foi o grande vencedor da Volta à Suíça.

TÉNIS DE MESA



João Oliveira, João Miguel Gonçalves, Pedro Azevedo e João Gonçalves constituíram a equipa portuguesa que se sagrou Campeã Europeia no torneio para atletas com síndrome de Down que decorreu em Praga (Chéquia).



NATAÇÃO
Diogo Ribeiro é o Campeão Europeu Sub 23 nos 50 ms. livres e em mariposa. A competição teve lugar em Samorin (Eslováquia).

CANOAGEM



A equipa constituída por Gustavo Gonçalves, João Ribeiro, Mesiias Baptista e Pedro Casinha é Campeã do mundo em k4 - 500, título al-

cançado nos mundiais de canoagem que se disputaram em Milão (Itália).

*



Fernando Pimenta e José Ramalho são a dupla tetracampeã do mundo em k2 - maratonas ao vencer em Győr (Hungria) cumprindo 29,2 kms. em 1h. e 54.

polaca por 2-1. O torneio decorreu em Viareggio (Itália).

PROFISSÕES



Marco Malheiro, de Ponte de Lima, em soldadura, e a dupla constituída por Diogo Pinto, de Lousada, e Loris Sgroj, de Celorico de Basto, em integração de sistemas robóticos, ganharam Medalhas de Ouro no Campeonato Europeu das Profissões que se realizou na Dinamarca, em Emoskills.

BIOLOGIA



Nas Olimpíadas Ibero-Americanas de Biologia que decorreram em Armenia (Colômbia), ganhou a Medalha de Ouro a comitiva coordenada pelos Profs. Pedro Oliveira e Maria Margarida Roque com o jovem Tomás Faria.

TRÍPLA SALTO



Pedro Pablo Piñcharo ganhou o “Ouro” nos Campeonatos do Mundo de Atletismo que se realizaram em Tóquio (Japão), com um salto de 17,91 ms..

A ALTO NÍVEL



Patrick Branco Ruivo, luso-francês, é quem dirige a Sociedade de Exploração da Torre “Eiffel”, em Paris (França), uma organização servida por mais de 600 pessoas, e é o mais alto funcionário público da França.

ATLETISMO



Salomé Afonso, nos 800 ms., com 1.59,87, ganhou o “ouro” no “Meeting Basco ‘José António Peña’” que se realizou em Ordizia (Espanha).

PATINAGEM



Madalena Costa, da Madeira, com apenas 16 anos, sagrou-se Campeã da Europa em patinagem livre em competição realizada em Trieste (Itália). É a mais jovem campeã da história da modalidade.

*



Na mesma competição, Rita Azinheira ganhou a Medalha de Ouro em juniores..

FUTEBOL DE PRAIA



A seleção feminina de Portugal obteve o 1º lugar na fase de grupos da Superfinal da Liga Europeia, tendo derrotado a congénere

Estudantes Laureados

Foi no passado dia 16 de Outubro que, em amplo salão da Escola Secundária de António Sérgio, se realizou a já tradicional reunião para homenagear os jovens que foram os mais distintos alunos finalistas com relação ao ano lectivo de 2024-2025 em cada uma das Escolas do Ensino Secundário de Vila Nova de Gaia. Com a presidência da Comp^a. Raquel Lima, que se mostrava ladeada pelo Assistente da Governadora, Comp^o. Paulo Matos e pelo PGD Artur Lopes Cardoso, mais que uma centena de pessoas sobrelotaram o salão, entre os aludidos estudantes



A Mesa que presidiu: (da esquerda para a direita) a Protocolo, Comp^a. Nini Cunha, o PGD Artur Lopes Cardoso, a Presidente Comp^a. Raquel Lima e o Assis- tente da Governadora, Comp^o. Paulo Matos.



O Membro Honorário Salah Alamrat,



...e também Honorário, Prof. Doutor Ricardo Fontes de Carvalho.

(17 no seu todo), seus familiares e amigos, professores das diversas Escolas e elementos da comunicação social.

Desta vez entendeu por bem (e de pleno direito) a Presidente iniciar a reunião com a cerimónia da “apresentação rotária”, dirigida pela Protocolo, a Comp^a. Nini Cunha, finda a qual houve a “saudação às bandeiras”.

Seguiu-se uma breve alusão ao Movimento Rotário, com suporte em video, de que se incumbiu a Presidente Raquel, logo seguida da imposição de emblemas a dois novos Membros Honorários do nosso Clube, o Prof. Doutor Ricardo Fontes de Carvalho e Salah Alamrat (da Jordânia), actos largamente aplaudidos.

A Presidente, prosseguindo, deu a palavra ao PGD Lopes Cardoso que, no uso dela, procurou fazer um bosquejo histórico das preocupações do Rotary no tocante à formação dos jovens.

Seguiu-se a aguardada chamada de cada um dos estudantes laureados tendo sido sucessivamente e a cada um entregue um Diploma de Reconhecimento

além de prémios de especial interesse. E eles, sempre muito ovacionados, foram:

Colégio de Gaia – Eduardo Grossi de Vicq Ferreira da Costa

Colégio de Nossa Senhora da Bonança – Gustavo Rebele de Sousa

Colégio dos Cedros – Henrique Maria Moura Borges Marques Ferreira

Colégio Horizonte – Isabel Marques dos Santos Pedro de Oliveira

Colégio Internato dos Carvalhos – Rita Espírito Santo Vilas Boas

Colégio Internato Claret – Teresa Filipe Pinto Ramos

Escola Básica e Secundária de Canelas – Sofia Oliveira Barbosa

Escola Profissional de Gaia – Beatriz Sofia Almeida da Silva



A notável estudante Amanda Borges de Macedo.



Outro dos distinguidos.



Todo o grupo com seus respectivos diplomas.



Intervindo em nome dos Encarregados da Educação.

Escola Profissional do Infante – Luna Melissa Santos Pereira

Escola Secundária de Almeida Garrett – Henrique Silva Bateira

Escola Secundária de António Sérgio – Amanda Marcellino Borges de Macedo

Escola Secundária do Arqº. Oliveira Ferreira – Maria João da Silva Ferreira

Escola Secundária Gaia Nascente – Francisca Martins Neves de Sousa Gomes

Escola Secundária dos Carvalhos – Diana Filipa Brás Pereira

Escola Secundária de Inês de Castro – Rita Nunes Sam-paio

Escola Secundária de Joaquim Ferreira Alves – Débora Fernandes Soares

Instituto de Artes e Imagem – Júlia Guerreiro Borges

Terminada a cerimónia da entrega dos Prémios, usaram intervir a Comp^a. Gracinha Tavares e o Assistente da Governadora, Comp^o. Paulo Matos, uma como o outro colocando em destaque o especial significado do acto e felicitando o nosso Clube pela iniciativa. Também falaram, em nome de todos os estudantes distinguidos, um dos jovens estudantes e, em representação dos pais a mãe da Amanda Macedo.

A Presidente agradeceu aos vários patrocinadores desta incontornável cerimónia – *Gaia Shopping, Print & Cut, Fricom, Pedaços de Cacau, Sweet Portugal, Mesúsytem, Supermercados Mira-Ramos* e muito par-

ticularmente a *Escola Secundária de António Sérgio* -, agradeceu as presenças de todos e deu por encerrada a reunião, tendo-se seguido uma animada ceia no espaço central da Escola.

ALC



Na sua alocução final um dos laureados.

Conheça os Nossos Maiores

MANUEL DE FIGUEIREDO



Um importante cosmógrafo que viveu entre os Sécs. XVI e XVII. Entre outras obras, escreveu “Roteiro e Navegação das Índias Ocidentais” e “Ilhas Antilhas”.

D. FILIPA DE LENCASTRE



Foi Rainha de Portugal, esposa do Rei D. João I. Filha do Duque de Lencastre, John de Gant, e da primeira mulher deste, D. Branca, duquesa. Foi um verdadeiro modelo de virtudes domésticas e grande educadora. Viveu de 1359 a 1415.

ANTÓNIO MARIA GOMES MACHADO FOGAÇA



Poeta que viveu de 1863 a 1888. Escreveu “Versos da Mocidade” e ainda muitos outros poemas espalhados por revistas e por jornais..

JOAQUIM DE FÓIOS



Sacerdote oratoriano, escritor e poeta que viveu de 1733 a 1811. São da sua autoria “Oitavas ao Terramoto de 1755”, “Sonetos Elegíacos” e outros títulos.

FILIPE FOLQUE



Um grande matemático e astrónomo que viveu de 1800 a 1874. São de sua autoria obras como “Memória sobre os Trabalhos Geodésicos Executados em Portugal”, “Cálculo das Cotas de Nível” e “Elementos de Astronomia”.

ANTÓNIO MANUEL DA FONSECA



Celebrado pintor que viveu de 1796 a 1881. Foi autor de telas decorativas que se encontram no Palácio dos Condes de Farrobo.

ANTÓNIO TOMÁS DA FONSECA



Filho do anterior, viveu de 1866 a 1894. Foi também pintor e arquitecto. É da sua au-

toria o projecto do Monumento aos Restauradores que pode admirar-se em Lisboa.

FAUSTINO DA FONSECA



Escritor que viveu de 1871 a 1918. Escreveu “Dramas do Limoeiro”, “A Descoberta do Brasil”, “Beijos por Lágrimas”, “Arraia Miúda” e “Inês de Castro”.

HENRIQUE QUIRINO DA FONSECA



Um grande Oficial da Marinha, investigador e académico. Viveu de 1868 a 1939. Foi o autor de obras como “Manual dos Adjectivos da Língua Portuguesa”, “A Obra Colonial de Afonso de Albuquerque”, “A Arquitectura Naval no Tempo de Fernão de Magalhães” e ainda outras.

MANUEL DA FONSECA



Poeta e prosador nascido em 1911 e falecido em 1993. Escreveu “Rosa-dos-Ventos” (versos), “Aldeia Nova” (contos) e “Cerromaior” (romance).

PEDRO DA FONSECA



Um enorme erudito jesuíta que viveu de 1528 a 1599. A tal ponto que ficou conhecido por “Aristóteles Lusitano”.

ARTUR LOPES CARDOSO ADVOGADO

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

Rotários assim disseram

1. “A Fundação Rotária faz parte das nossas vidas na Austrália e o mérito vai para o Programa 3-H, por ter revitalizado o nosso relacionamento. Não foi sempre assim. A Austrália sempre foi um país que gosta de oferecer serviços directos em vez de doações. Mas, à medida em que Rotários australianos regressavam a casa depois de terem servido como voluntários em programas como o “Australian Rotary Health”, o “Rotary Australia World Community Service” (RAWCS) ou o “ROMAC”, entre outros, foi mudando o modo de pensar no que se refere à Fundação. Conseguimos transformar a Austrália de um país que não doava à Fundação num país que contribui muito mais para ela do que aquilo que dela recebe em subsídios”.

Bob Aitken, editor da Revista “Rotary Down Under”.

2. “Um membro do meu Clube viajou para o Nepal umas 15 a 20 vezes e fez mais umas 50 outras viagens ao estrangeiro, sempre à sua custa. Engenheiro electrotécnico, instalou todos os sistemas eléctricos do Hospital de Katmandu. A partir daí, vários Rotários dispuseram-se a viajar até Katmandu para aqui ensinarem como devem ser feitas cirurgias cardíacas e ajudarem a montar dois laboratórios de cateterização”.

Bruce Allen.

3. “Ingressei em Rotary em 1976 e, no início, não sabia muito sobre a Fundação Rotária. Na primeira Conferência Distrital a que fui assisti a uma apresentação de dois Embaixadores da Boa Vontade (Itália e Japão) que falaram sobre a diferença que a Fundação Rotária tinha provocado nas suas vidas. Voltei-me para minha Mulher e disse-lhe: “É isso: fui fisgado!” Sinto-me imensamente feliz por ver no que se tornou a Fundação Rotária”.

Louis Piconi, vice-Presidente do R.I. 2000-02.

4. “Ninguém pode fazer o bem com o meu dinheiro melhor do que a Fundação Rotária”.

Paul Elder, Rotary Club de Turtle Creek, Pittsburgh (EUA).

5. “Os Rotários de tudo fizeram, desde usar as férias para vacinarem crianças em locais remotos a convencer Chefes de Estado a negociarem “cessar-fogos” em guerras civis por tempo suficiente para vacinarem milhares de crianças. Demonstraram como mobilizar pessoas, angariar mais dinheiro do que o que parecia possível e estabelecer parcerias entre o sector público e o privado capazes de implementar projectos globais de alta escala. Ao longo do caminho, ensinaram o quanto estamos inspirados para o trabalho juntos em prol duma causa motivadora e que nenhum problema é maior que nós mesmos”.

Pai de Bill Gates, em 2009.

6. “Se o que digo ressoa em ti, é meramente porque somos ramos da mesma árvore”.

W. B. Yeats, Poeta.

7. “Eu importo-me. E importo-me o suficiente para entrar em acção”.

Arch Klumpf, Presidente do R.I. 1916-17.

8. “Sou apenas um, mas ainda assim sou um. Não posso fazer tudo, mas, ainda assim, posso fazer alguma coisa. E, embora não possa fazer tudo, não me recusarei a fazer aquilo que posso fazer”.

Edward Everett Hale, escritor.

Culinária Internacional

No Natal, Mestre Saborini por cá se ficou. Fácil confecção e requintado paladar.

TERRINA DE LEBRE

Ingredientes (para 8 pessoas):

- 1 lebre com 1,5 kg.
- 200 grs. de carne de porco
- 200 grs. de carne de vitela
- 200 grs. de fiambre
- 200 grs. de toucinho gordo
- 6 tiras de toucinho
- 1 ovo
- 1 cebola grande
- 3 dentes de alho
- 2 colheres de sopa com “conhaque”
- 1 ramo de cheiros
- 1 cravinho
- especiarias a gosto (noz moscada, tomilho e louro)
- sal e pimenta a gosto

Preparação: desossar a lebre mas reservando a carne do lombo. Pique a restante carne da lebre com os miúdos, a carne de porco, a de vitela, o fiambre e o toucinho gordo. Tempere com sal, pimenta e especiarias, junte o ovo e o “conhaque”. Leve ao lume num tacho os demais (carcaça, ossos e o courado do toucinho). Junte a cebola e o cravinho, o alho, o ramo de cheiros, sal, pimenta e 1 l. de água. Ponha a cozer lentamente até reduzir a cerca de 6 colheres de sopa. Passe por um passador e deixe arrefecer. Forre uma terrina de barro com 4 das tiras de toucinho e ponha no fundo uma camada de picado. Cubra com 2 tiras de toucinho e comprima o preparado. Regue com o molho residual. Ponha a terrina em “banho Maria” em forno quente por umas 3 horas. Depois, deixe arrefecer de todo e solidificar por, pelo menos, 48 horas e sirva.

AMEIJOAS NA CATAPLANA

Ingredientes (para 4 pessoas):

- 1 kg. de amêijoas
- 2 colheres de sopa com azeite
- 3 cebolas
- 50 grs. de presunto
- 50 grs. de chouriço
- 50 grs. de fiambre
- piripiri
- colorau
- salsa e pimenta a gosto

Preparação: deixe as amêijoas de um dia para o outro em água e sal, de preferência água do mar. Deite o azeite e as cebolas já cortadas em rodelas no fundo da cataplana, tempere com pimenta, piripiri e colorau e deixe a cebola estalar durante alguns minutos. Depois, junte as amêijoas, um ramo de salsa e as carnes já cortadas em bocadinhos. Feche bem a cataplana e leve ao lume por uns 10 minutos. Abra a cataplana na mesa e sirva logo.



BOLO DE FIGOS

Ingredientes (para 10 pessoas):

- 250 grs. de figos secos
- 50 grs. de manteiga
- 250 grs. de açúcar
- 250 grs. de avelãs
- 8 claras
- 2 colheres de sopa de pão ralado
- 1 limão
- 1 laranja

na decoração:

- 6 figos escorridos ou cristalizados
- açúcar em pó



Preparação: ralar as avelãs e passar os figos secos pela máquina. Remova o vidrado da casca da laranja e do limão. Ponha numa tigela a manteiga e misture-a com as avelãs, os figos, o pão ralado e as raspas da laranja e do limão. Bata as claras em castelo bem firme e junte pouco-a-pouco o açúcar, batendo sempre até obter merengue. Junte lentamente este preparado ao anterior. Unte uma forma com margarina e deite nela a massa. Leve a cozer em forno quente durante 20 minutos. Reduza para forno médio e deixe a cozer por mais 10 minutos. Desenforme numa rede e deixe arrefecer. Ponha o bolo num prato, polvilhe com açúcar em pó e enfeite com os figos cortados em flor.

Bom Ano!!!



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

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

**UNIDOS
PARA
FAZER O BEM**