

nº 418  
boletim mensal  
ano XXXIV  
Janeiro de 2018

# Rotary

## Club de Vila Nova de Gaia



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](http://www.domusaqua.com) [www.jaimepocas.pt](http://www.jaimepocas.pt)



**SAIMÓVEIS**  
SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados  
na Compra e Venda de:

LOJAS • ESTABECLIMENTOS • 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@saimoveis.pt](mailto:samil@saimoveis.pt)  
Web: [www.saimoveis.pt](http://www.saimoveis.pt)



### 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** – Rogério Cardoso  
**PRESIDENTE ELEITO** – Fernando Jorge Rocha  
1º VICE-PRESIDENTE – Jorge Silveira  
2º VICE-PRESIDENTE – “Mizi” Reis  
1º SECRETÁRIO – Henrique Lopes Cardoso  
2º SECRETÁRIO – Diogo Pedrosa  
1º TESOUREIRO – Ângelo Sá  
2º TESOUREIRO – Maria do Céu Gonçalves  
1º PROTOCOLO – Américo Camarinha  
2º PROTOCOLO – António Meira

#### COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

**PRESIDENTE** – Rui Oliveira Santos  
PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Jaime Poças & Rui Oliveira Santos  
FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO – Américo Camarinha, Manuel Júlio Santos & António Cândido Leite  
**COMUNICAÇÕES & REDES SOCIAIS** – Henrique Lopes Cardoso

#### COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

**PRESIDENTE** – Rui Oliveira Santos  
**ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS** – Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso & Eurico Lima Basto  
**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Jaime Poças, Marília Raro & Mercês Ferreira  
**INFORMAÇÃO ROTÁRIA** – Artur Lopes Cardoso, Luiz Carlos Oliveira & Rui Amandi de Sousa

#### COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM

**PRESIDENTE** – Diogo Pedrosa  
**RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL** – Henrique Lopes Cardoso & Rogério Cardoso  
**EVENTOS** – António Meira, Jaime Poças, “Mizi” Reis, Luiz Carlos Oliveira & Mónica Gonçalves

#### COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

**PRESIDENTE** – Mercês Ferreira  
**SERVIÇOS À COMUNIDADE** – Ângelo Sá & António Meira  
**SERVIÇOS PROFISSIONAIS** – Eurico Lima Basto, Diogo Pedrosa & Maria do Céu Gonçalves  
**SERVIÇOS INTERNACIONAIS** – Luiz Carlos Oliveira & “Mizi” Reis  
**NOVAS GERAÇÕES** – Fernando Jorge Rocha, Rui Oliveira Santos & Henrique Lopes Cardoso  
**SERVIÇOS À JUVENTUDE** – Fernando Jorge Rocha, Marília Raro & Filomena Aguiar  
ALDEIA SOS – Américo Camarinha & “Mizi” Reis

#### CAPTAÇÃO DE RECURSOS / DOADORES

**PRESIDENTE** – Rogério Cardoso  
COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION  
**PRESIDENTE** – Rui Amandi de Sousa  
**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças  
**SUBSÍDIOS** – Jorge Silveira & Rui Amandi de Sousa  
**FUNDO PERMANENTE** – Manuel Júlio Santos  
“POLIOPLUS” – Filomena Aguiar & Mercês Ferreira  
**BOLSAS DA PAZ MUNDIAL** – António Cândido Leite & “Mizi” Reis  
**BOLSAS EDUCACIONAIS** – Marília Raro, Filomena Aguiar & Maria do Céu Gonçalves

**DELEGADOS**  
**FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA** – Jorge Silveira  
**REVISTA “PORTUGAL ROTÁRIO”** – Artur Lopes Cardoso

**Presidente da “CASA DA AMIZADE”** – Drª. Maria Antonieta Cardoso

## CONTRASTES ....

Os factos são como são e, à maneira de cada um, interpelam-nos e deixam-nos perplexos perante as evidências, por vezes paradoxais, que revestem de prudência e de inteligência, ou de faltas delas, numa frequente contradição.

Estamos a iniciar um novo ano e desde há largo tempo que o dia inicial de cada ano é conclamado à reflexão sobre a Paz Mundial, um conceito caríssimo a Rotary e que, sobretudo pela voz do Papa, tem vindo a ser esmiuçado sob os diversíssimos ângulos por que pode ser visualizado.

Em 1 de Setembro do ano passado, duas altas figuras do mundo religioso do Planeta encontraram-se no Vaticano: o Papa Francisco e o Patriarca Ecuménico Bartolomeu: era o Dia Mundial de Oração pela Criação.

Produziram, então, uma mensagem conjunta muito assertiva na qual manifestaram as suas preocupações quanto a diversos factores que atentam à manutenção e defesa da Paz, seja no que se refere à defesa dos equilíbrios na Natureza, no que concerne à protecção do meio ambiente, ou no que se relaciona com a vida social, mormente quanto aos marginalizados e aos migrantes. Palavras de enorme bom senso e de sentido de inteligência e de prudência em face do presente e do perspectivado futuro da Humanidade. E ambos convergem em dar as mãos para usar da sua respectiva influência para conduzir tudo e todos no sentido da criação das melhores condições para o bem de todos.

No dia 6 de Dezembro seguinte, Donald Trump, o tal que os norte-americanos escolheram para seu presidente actual (ou dizem que o fizeram...), num dos seus impulsos estouvados acende o rastilho para a generalização de conflitos em larga escala através da decisão que tomou acerca do estatuto de Jerusalém. De então em diante tem vindo a beligerância a recrudescer no Oriente Médio e ameaça alastrar.

Não está em causa a “justiça” desta tomada de posição; o que deve analisar-se é a oportunidade e o método dela. E, com os resultados que se vão vendo, parece evidente a imprudência e débil inteligência observados nela.

Que falha em Trump, pelo menos? O desconhecimento, viral, da Prova Quádrupla. Não houve, da parte dele, reflexão alguma acerca de qualquer das interpelação que tão sabiamente Arch Klumph soube equacionar. É que não basta que, no que fazemos, exista Verdade: é ainda indispensável que essa verdade se ajuste aos demais parâmetros da nossa tábua de reflexão rotária.

Veja se faz de 2018 um ano de Paz a partir do seu m<sup>2</sup>...

## NA CAPA

Faça de 2018 um ano feliz e florido.

# PROGRAMA PARA O MÊS DE FEVEREIRO

# COMPANHEIRISMO

**Dia 1**

**REUNIÃO Nº. 2233** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

**Dia 8**

**REUNIÃO Nº. 2234** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
Palestra pela Presidente da  
CASA DA AMIZADE, Dra. Maria  
Antonieta Cardoso, sobre “A  
FAMÍLIA E A PROBLEMÁTICA  
DA COMUNICAÇÃO HUMANA”.

**Dia 15**

**REUNIÃO Nº. 2235** 21,30 horas – Café.

ASSEMBLEIA DO CLUBE: Designação de Presidente  
para 2020-2021 e Admissão  
de Novos Sócios.

**Dia 22**

Transferida para

**Dia 24**

**REUNIÃO Nº. 2236** 20,30 horas – Jantar com Cônjuges  
“GALA DE MÚSICA”.

Em Fevereiro fazem anos o seguinte Companheiro e  
seu Cônjugue, apenas:

## CASAMENTO

Dia 20 – Luiz Carlos Almeida Oliveira  
D. Ondina Dias dos Santos Aroso

## EM FESTA NO NOSSO DISTRITO

Em Fevereiro fazem o seu aniversário da admissão no *Rotary International* os *Rotary Clubs de Matosinhos*,  
*no dia 7*, o *Rotary Club da Guarda*, *no dia 10*, o *Rotary Club de Leça do Balio*, *no dia 11*, o *Rotary Club de Santo Tirso*, *no dia 13*, os *Rotary Clubs de Resende e de Vila Nova de Famalicão*, *no dia 21*, e o *Rotary Club de Viana do Castelo*, *no dia 29*.

Os mais sinceros votos de muitas felicidades para os nossos Companheiros.

## ÍNDICE

Contrastes...	1	Pelos Olhos Doutrem .....	10
Programa para o Mês de Fevereiro .....	2	Chefe de Escuteiros .....	12
Companheirismo .....	2	A Festa de Natal .....	13
Página do Presidente .....	3	A Aviação (continuação) .....	15
Outros Tempos .....	4	Boas Notícias em Português .....	16
Secretaria .....	5	Frases que marcaram .....	17
Dez Mandamentos .....	7	Porquê sou Rotário? .....	18
Com os “Sem-Abrigo” .....	8	Conheça os seus Maiores .....	19
Saúde .....	9	Culinária Internacional .....	20

## Janeiro- Mês dos Serviços Profissionais



**Rogério Cardoso**  
Presidente 2017-18

É portodos conhecido que o Rotary, resumidamente, é uma organização de líderes de negócios e profissionais que prestam serviços humanitários, fomentam elevado padrão de ética em todas as profissões e ajudam a estabelecer a paz e a boa vontade no mundo.

Torna-se assim evidente a importância dos Serviços Profissionais na Organização.

Em consonância com este pensamento o Rotary adoptou em 1943 a Prova Quádrupla idealizada pelo Compº Herbert Taylor do R.C. de Chicago, que não é mais que um guia para os Rotários usarem nos seus relacionamentos pessoais e profissionais.

Mais tarde, em 1989, o Conselho de Legislação, para oferecer directrizes mais específicas para as normas de ética profissional, adoptou a **"Declaração para Executivos e Profissionais Rotários"** agora denominada como "Código Rotário de Conduta" que paralelamente com a Prova Quádrupla oferece uma estrutura que pode ser usada por todos os Rotários nas suas actividades empresariais e profissionais

Actualmente o Rotary fomenta as Equipas de Formação Profissional (EFP) que são uma abordagem prática aos Serviços Profissionais.

As EFPs são grupos de profissionais que viajam para outros Países para aprenderem mais sobre suas áreas de actuação ou para ensinar profissionais locais sobre determinado assunto. Estas equipas, além de conhecerem novas culturas e promoverem conexões locais, têm a oportunidade de causar impacto duradouro com a visita.

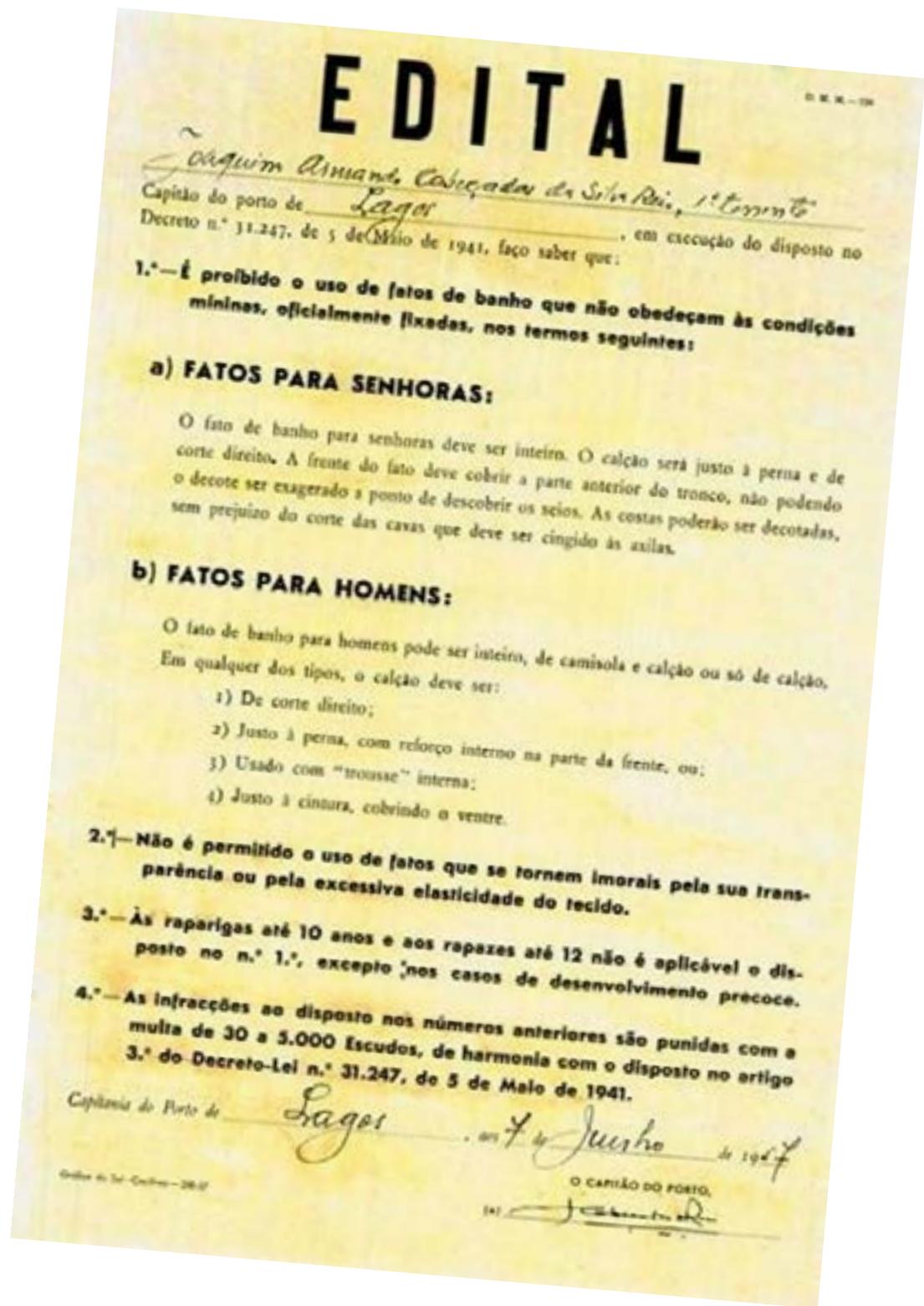
Deste modo e não só, no mês de Janeiro dedicado aos "Serviços Profissionais", é notória a preocupação do Rotary em dar relevo aos PROFISSIONAIS, às PROFISSÕES, e à ACÇÃO PROFISSIONAL DE CADA ROTÁRIO, para que utilizem as suas competências e profissões, ao serviço das comunidades e na realização dos ideais da Instituição".

Um abraço amigo do

*Rogério Cardoso*  
Presidente 2017-18

# OUTROS TEMPOS ...

É claro que ainda vem um pouco longe a "silly season". Mas, não obstante, veja o leitor o que ainda em 1957 era imposto para a sua indumentária se quisesse refrescar-se na praia com um salso banho-de-mar.





# Secretaria mês de DEZEMBRO

Compº. Henrique Lopes Cardoso

## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de **Murtosa** – o Compº. Rogério Cardoso; no Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e "Mizi" Reis.

## TIVEMOS A HONRA E O PRAZER DAS VISITAS

Do Compº. Mithat Sucuoglu, com sua esposa, Sibel, do Rotary Club de Didim (Turquia – D. 2440). Da Compª. Cecília Sequeira, do Rotary Club de Porto-Foz. Do Compº. Alberto Silva, do Rotary Club de Gaia-Sul. Dos Exmºs. Srs. Vítor Reis, D. Ana Luísa Cardoso, Bruno Moreira, Dr. José Manuel Torres, D. Isabel Pintassilgo, D. Beatriz Lourenço, Dr. Júlio Dantas e D. "Nani" Ferreira Pinto.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

"E-mail" para a Fundação Rotária Portuguesa a comunicar recusa do processo de candidatura a Bolsa de Estudo para Nuno Filipe R. Can. Cumprimentos de Boas-Festas para o nosso Governador e para todos os Rotary Clubes do Distrito.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de **Dezembro** dos Rotary Clubes de Braga, Ermesinde, Esposende, Estarreja, Feira, Maia, Monção, Oliveira de Azeméis, Porto-Douro, S. João da Madeira, Santo Tirso e Vizela.

**Comunicações** – da Secretaria Distrital, informando do falecimento do Compº. Delfim Rocha, do Rotary Club de Viseu. Carta da Compª. Amanda de Oliveira, do Rotary Club de Bons Ares, Botucatu (Brasil – D. 4310),

a anunciar que se vai transferir para a região de Porto/ Vila Nova de Gaia e a solicitar informações. "E-mail do Rotary Club do Porto a comunicar adiamento da VOG. Cumprimentos de Boas-Festas do Rotary Club do Porto. Convocatória de Assembleia Geral das Aldeias SOS. Carta da Liga dos Amigos da Feira a enviar sua publicação. Carta da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, com apelo para satisfazer um desejo de criança com cancro. Do Rotary Club de Águeda, a anunciar a sua iniciativa "Natal Serra Acima". Cumprimentos de Boas-Festas dos Rotary Clubes de Póvoa de Lanhoso, de S. João da Madeira e de Vizela, do Colégio Internato dos Carvalhos, da APPACDM-VILA NOVA DE GAIA, da "Europcolon Portugal" e de "MGC-Transportes".

**Convites** – Da APPACDM-Vila Nova de Gaia, para a Exposição "Qalé a Tua Paixão?". Da Fundação Portuguesa "A Comunidade Contra a SIDA", para o seu "lanche dos afectos". Dos Rotary Clubes de Monção e de Valongo, para as suas VOG respectivas. Do Rotary Club de Porto-Foz, para o seu "Jantar de Natal".

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

"Portugal Rotário". "Le Rotarien". Boletins dos Rotary Clubes de Almada, Leiria, Maia e Matosinhos. Carta Mensal de Dezembro do Compº. Governador.

## PUBLICAÇÕES NÃO ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins da FRP. "O Gaiense". "Vila da Feira – Terras de Santa Maria", da Liga dos Amigos da Feira. Catálogo de Pinto Lopes-Viagens para 2018. "Na Palma da Mão", newsletter da Aldeia de Crianças SOS.

**VISITE O "SITE" DO NOSSO CLUBE EM:**  
<http://www.rotaryvng.com> ou <http://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 UNI  
UM SERVIÇO PERSONALIZADO

**Inovação em  
ambientes  
cerâmicos**

**Almeida & Xavier, Lda.**

**Saniax**



**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 [saniamx@netc.pt](mailto:saniamx@netc.pt)

**ARTUR LOPES CARDOSO**  
ADVOGADO

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



**JORGE SILVEIRA**  
MÉDICO DENTISTA

**CLÍNICAS EM EXCLUSIVIDADE DE IMPLANTES**

OVAR : 256 572 442

COIMBRA : 239 825 660

TABUAÇO: 254 789 416

SANTIAGO DA GUARDA: 236 676 188

SANTA MARIA DE LAMAS: 22 744 5039

**CLÍNICA SEDE**

Rua do Mocelo, 204

4525-136 Canedo-SMF

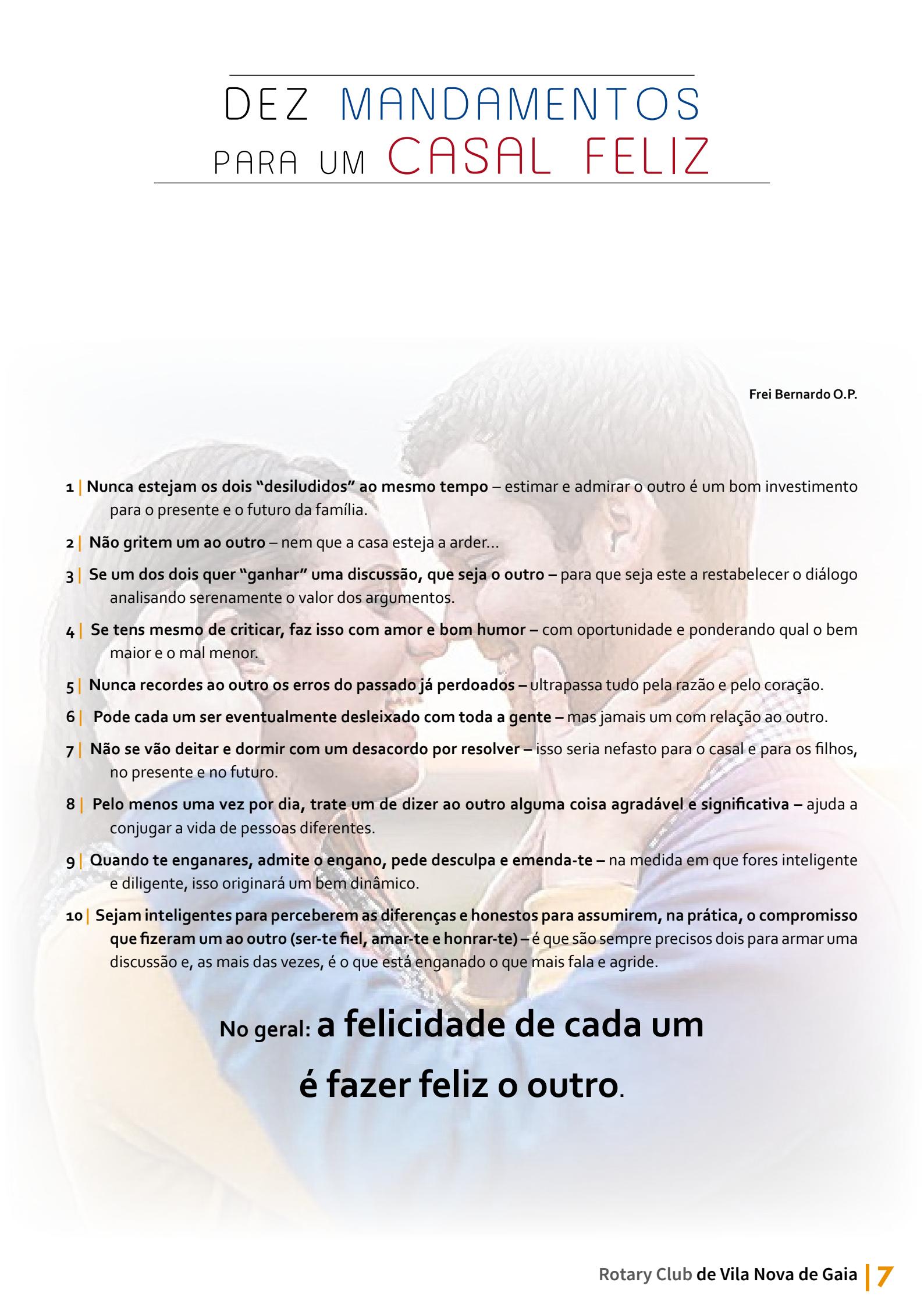
Telf. 22 763 4438

Tlm: 936 004 973/934 926 143

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

# DEZ MANDAMENTOS PARA UM CASAL FELIZ

Frei Bernardo O.P.

- 
- 1 | **Nunca estejam os dois “desiludidos” ao mesmo tempo** – estimar e admirar o outro é um bom investimento para o presente e o futuro da família.
- 2 | **Não gritem um ao outro** – nem que a casa esteja a arder...
- 3 | **Se um dos dois quer “ganhar” uma discussão, que seja o outro** – para que seja este a restabelecer o diálogo analisando serenamente o valor dos argumentos.
- 4 | **Se tens mesmo de criticar, faz isso com amor e bom humor** – com oportunidade e ponderando qual o bem maior e o mal menor.
- 5 | **Nunca recordes ao outro os erros do passado já perdoados** – ultrapassa tudo pela razão e pelo coração.
- 6 | **Pode cada um ser eventualmente desleixado com toda a gente** – mas jamais um com relação ao outro.
- 7 | **Não se vão deitar e dormir com um desacordo por resolver** – isso seria nefasto para o casal e para os filhos, no presente e no futuro.
- 8 | **Pelo menos uma vez por dia, trate um de dizer ao outro alguma coisa agradável e significativa** – ajuda a conjugar a vida de pessoas diferentes.
- 9 | **Quando te enganares, admite o engano, pede desculpa e emenda-te** – na medida em que fores inteligente e diligente, isso originará um bem dinâmico.
- 10 | **Sejam inteligentes para perceberem as diferenças e honestos para assumirem, na prática, o compromisso que fizeram um ao outro (ser-te fiel, amar-te e honrar-te)** – é que são sempre precisos dois para armar uma discussão e, as mais das vezes, é o que está enganado o que mais fala e agride.

**No geral: a felicidade de cada um  
é fazer feliz o outro.**

## COM OS “SEM-ABRIGO”



deste, “Miita” - convergiram para a área sob a via de cintura interna no Amial para se associarem à equipa constituída pelo Artista Plástico José da Silva que se dedica a prestar auxílios diversos aos “Sem-Abrigo”, a fim de distribuírem por eles os sacos-cama e ainda outros bens especialmente úteis no inverno, tendo com eles confraternizado e deles ouvido problemas concretos com que se debatem no seu dia-a-dia.

Esta acção, a que as fotos se referem, viria a proporcionar que a reunião semanal do Clube que aconteceu no dia seguinte viesse a ser de grande interesse, especialmente enriquecida com o debate de alguns daqueles problemas, e se desvendassem oportunos encaminhamentos para solução.

Graças à generosidade e boa compreensão da “Siemens-HealthCare” e aos esforços da Comp<sup>a</sup>. Maria do Céu Gonçalves, foi possível obter daquela a oferta de 50 sacos-cama destinados a minorar, em alguma medida, o desconforto da vida de pessoas “Sem-Abrigo” da cidade do Porto.

No noite do passado dia 6 de Dezembro, um pequeno grupo de membros do nosso Clube – o Presidente Compº. Rogério Cardoso,

os Compºs. Ana Povo e Artur Lopes Cardoso e a esposa



# SAÚDE

O que vamos explicar tanto importa a homens como a senhoras: ir ao quarto de banho durante a noite.

Há quem diga que não quer tomar qualquer coisa antes de dormir porque, se tomar, irá ter o incômodo de ter de levantar durante a noite para se dirigir ao quarto-de-banho para urinar. É uma atitude errada.

Segundo advertem os médicos cardiologistas, a força da gravidade mantém os líquidos na parte inferior do corpo quando nos encontramos de pé, e as pernas incham. Deitados para dormir, a parte inferior do corpo (pernas e não só) fica ao mesmo nível dos rins.

É, pois, nesta posição que os rins melhor removem os líquidos processados (sujos), pois que se torna mais fácil fazê-lo: deitados, precisamos de uma quantidade mínima de água para lavar as toxinas do corpo.

Os médicos esclarecem que o momento certo para beber água maximiza a sua eficácia no corpo. Os momentos certos para tanto fazer são:



**Dois copos de água quando nos levantamos** – isto ajuda a activar os órgãos internos.

**Um copo de água meia hora antes de se tomar uma refeição** – ajuda a digestão.

**Um copo de água antes de tomar banho** – ajuda a reduzir a pressão arterial.

**Um copo de água antes de ir dormir** – evita ataques cardíacos e derrames sanguíneos.

Beber água antes de dormir também ajuda a evitar cãibra nocturna nas pernas (coxas e barriga das pernas), pois os músculos das pernas procuram a hidratação quanto surgem estas cólicas.

Por outro lado, saiba que uma das causas de demência senil é a pouca ingestão de água.

O melhor remédio, não se esqueça, é a PREVENÇÃO.

## BEBÁ ÁGUA!

# PELOS OLHOS DOUTREM

*O Embaixador de Sua Majestade Britânica, Dr. Alex Ellis, foi o Diplomata acreditado no nosso País entre 2007 e 2010. Na véspera de terminar as suas funções ao serviço do Reino Unido, fez uma apreciação muito interessante acerca de Portugal e dos Portugueses, elencando os aspectos que, na sua opinião, deveríamos sempre preservar. Aqui reproduzimos aquilo que ele escreveu então.*



*“... decidi, em vésperas da minha partida pela segunda vez deste pequeno jardim, anotar dez coisas que espero bem que nunca mudem em Portugal:*

**1. A ligação intergeracional:** Portugal é um País onde os jovens e os velhos conversam – normalmente dentro do contexto familiar. O estatuto de avô é altíssimo na sociedade portuguesa – e ainda bem. Os Portugueses respeitam a primeira e a terceira idades, para benefício de todos.

**2. O lugar central da comida na vida diária:** o almoço conta – não uma sandes comida com pressa e mal digerida, mas uma sopa, um prato quente, etc., tudo comido à mesa e em companhia. Também aqui se reforça uma ligação com a família.

**3. A variedade da paisagem:** não conheço outro país onde seja possível ver tanta coisa num dia só, desde a imponência do rio Douro até à beleza das planícies do Alentejo, passando pelos planaltos e pela serra da Beira Interior.

**4. A tolerância:** nunca vivi num país que aceita tão bem os estrangeiros. Não é por acaso que Portugal é considerado um dos países mais abertos aos emigrantes pelo estudo internacional MIPEX.

**5. O café e os cafés:** os lugares são simples, acolhedores e agradáveis; a bebida é um pequeno prazer diário, especialmente quando acompanhado por um pastel de nata quente.

**6. A inocência:** é difícil descrever esta ideia em poucas palavras sem parecer paternalista; mas vi no meu primeiro fim de semana em Portugal, numa festa popular em Vila Real, adolescentes a dançar danças tradicionais com uma alegria e abertura que têm, na sua raiz, uma certa inocência.

**7. Um profundo espírito de independência:** olhando para o mapa ibérico parece estranho que Portugal continue a ser um país independente. Mas é e não é por acaso. No fundo de cada Português há um espírito profundamente autónomo e independentista.

**8. As mulheres:** o Adido da Defesa na Embaixada há 15 anos deu-me um conselho precioso: “Jovem, se quiser uma coisa para ser mesmo bem feita neste País, dê a tarefa a uma mulher”. Concordei tanto que me casei com uma Portuguesa.

**9. A curiosidade sobre, e o conhecimento, do mundo:** a influência de “lá” é evidente “cá”, na comida, nas artes, nos nomes. Portugal é um País ligado, e que quer continuar ligado, aos outros continentes do mundo.

**10. Que o dinheiro não é a coisa mais importante do mundo:** as coisas boas de Portugal não são caras. Antes pelo contrário: não há nada melhor do que sair da praia ao fim da tarde e comer um peixe grelhado, acompanhado por um simples copo de vinho.”

# CHEFE DE ESCUTEIROS

Você sabe, porventura, quem ou o que é um Chefe de Escuteiros?

É um ser humano estranho que se veste em todos os Sábados, e também noutros dias da semana se tanto for preciso, com um uniforme, alguém que come, por vezes, comidas mal cozinhadas, mesmo esquisitas, pelos jovens, só para estimulá-los a aprenderem a cozinhar e a enfrentarem esse tipo de dificuldades.

Você sabe quem ou o que é um Chefe de Escuteiros?

É aquela pessoa que se dispõe a trabalhar DE GRAÇA NOS SEUS HORÁRIOS DE FOLGA! Que, VOLUNTARIAMENTE, cuida, protege, ampara, educa e se dedica AOS FILHOS DOS OUTROS! O que muitas vezes deixa o marido(ou a esposa), o namorado(a), etc, em casa, aos Sábados, para se dedicar a uma causa nobre.

Você sabe quem ou o que é um Chefe de Escuteiros?

É alguém que, durante a semana, e embora já tenha mil outras coisas com que se preocupar, se preocupa em levar NOVIDADES aos seus jovens. Quem pesquisa actividades atractivas para EDUCAR DIVERTINDO nas suas poucas horas livres durante a semana.

Você sabe quem ou o que é um Chefe de Escuteiros?

É, muitas vezes, um pai, ou uma mãe, querendo acompanhar o seu filho num projecto desconhecido a ela, ou a ele, chamado ESCUTISMO, que abre mão de dormir até tarde aos Sábados e Domingos só para organizar e participar em acampamentos. O que se dispõe a dormir em tendas, aturar picadas de insectos, o que se enlameia e que se encharca, que se suja, que não come nem dorme confortavelmente e AINDA DÁ GARGALHADAS E FICA FELIZ ao ver o sorriso estampado no rosto dos seus rapazes.

Fazer o quê!

Esse ser meio humano, meio "extra-terrestre", AMA O QUE FAZ E ACREDITA FIRMEMENTE ESTAR A AJUDAR A SOCIEDADE! Na verdade, um Chefe de Escuteiros é uma pessoa que acredita que este Movimento brilhante criado por Baden-Powell ajuda a preparar os nossos jovens para enfrentar a sociedade como melhores cidadãos, batalhando em conjunto com eles por um mundo melhor.

EXISTE UM LOUCO PARA TUDO E EU SOU LOUCO PELO MOVIMENTO ESCUTISTA! **Sempre alerta para Servir!**

# A Festa de Natal

Foi ao almoço do dia 16 de Dezembro e deverá reconhecer-se que a fizemos com elevado índice de participação de membros do nosso Clube. Por assim dizer, estávamos quase todos e quase todos bem acompanhados também, sobretudo de pequenada: ao todo, 18! E, claro, lá tivemos connosco os nossos meninos da "Casa dos Rotários" da Aldeia SOS de Gulpilhares, um sexteto acompanhado da "mãe" assim como do Director da Aldeia, avultando os três anitos da pequenita "Fatinha", um mimo!...



Um aspecto geral da sala.



A sala vista doutro ângulo.



O nosso Presidente abre a Festa.



A "Saudação às Bandeiras" - da esquerda para a direita, a Comp<sup>a</sup>. Mónica Gonçalves, o Comp<sup>o</sup>. Rui Amandi e a "Nani" Ferreira Pinto.



O "Pai-Natal" chegou!



E ... fartou-se de distribuir presentes aos mais pequenos (vêem-se, numa das fotos, a Miita Lopes Cardoso, a Dra<sup>a</sup>. Maria Antonieta Cardoso e o Compº. Américo Camarinha).



A presidência esteve, como competia, a cargo do nosso Presidente Compº. Rogério Cardoso e a sala estava bastante composta e alinhada. Então amesado “buffet” das sobremesas, essa não tinha maneira de ser indiferente aos concupiscentes olhares... Foi sobretudo informal a reunião, se bem que não deixasse de observar a

Então a “Fatinha”, da “Casa dos Rotários” da Aldeia SOS, irradiava felicidade!

tradicional “saudação às bandeiras” e o Protocolo. No mais foi sobretudo deixada ao ameno convívio, até porque, com o elevado número de miudagem, impunha-se que fosse aligeirada.’

Almoço de agrado, sem dúvida alguma, e, já ao café, irrompeu na sala o já bem conhecido Ôh! Ôh! Ôh! Que é a forma de o “Pai-Natal” se exprimir. D. Ana de Sá, trajada a preceito, com uma alvacente prótese de bigode e barba, tudo bem branquinho, já entrou a tanger uma campainha, também, trazendo consigo, às costas, um pesado saco. Haviam de ver os olhares esbugalhados dos meninos(as)! Era mesmo dele que estavam à espera. E houve presentes para todos, presentes que cada qual foi libertando freneticamente do papel-de-embrulho. Oh! Que beleza cada um era!!!

E porque de Festa de Natal se tratava, claro que se seguiu música coral natalícia. Bom: a afinação terá ficado um tanto a desejar mas boa-vontade isso foi coisa que não faltou. O Presidente Rogério preencheu o seu momento aludindo ao desempenho que o nosso Clube tem assumido, que considerou muito promissor, lembrou eventos que a seguir virão e, desejando a todos um Santo Natal e que o próximo ano para todos seja portador das maiores venturas, deu a badalada final, isto quando a tarde daquele dia já se encontrava quase a meio.



O “Coro” entra em acção (da esquerda para a direita, temos D. Sofia, Dra<sup>a</sup>. Maria do Rosário, Dr<sup>a</sup>. Maria Antonieta, D. Ana Sá, “Miita”, Comp<sup>a</sup>. Filomena Aguiar e Comp<sup>a</sup>. Mercês Ferreira).



O Presidente Compº. Rogério Cardoso, deseja a todos Festas Felizes e encerra a reunião.

# A AVIAÇÃO

*"Le Rotarien" é mesmo ... "aquela máquina"! Na sua edição da Janeiro passado pudemos ler um magnífico e instrutivo texto e, com a devida vénia e em tradução livre, trazê-lo ao desfrute do leitor.*

Bernard Vaillot

(continuação da edição anterior)

*A aviação é, sem dúvida, a mais bela expressão tecnológica do género humano. Durante milénios os homens apenas sonhavam em um dia voar. Do mito de Ícaro, à ideia de Leonardo Da Vinci e, por fim, à concretização de Clément Ader e, mais tarde, dos irmãos Wright, foram decorrendo vários séculos. Todavia, não foi preciso mais que alguns decénios para criar quase que de repente o mundo aéreo tal como hoje o conhecemos. Entre gigantismo e densidade, a segurança permanece como uma componente essencial, que é partilhada entre actores e utilizadores. Bem-vindos ao mundo da aviação!*

## **"A descolagem é facultativa, a aterragem é obrigatória"**

Provérbio de Piloto

Era demais. Esta evolução criminal e política da pirataria aérea obriga as autoridades a fazer evoluir os dispositivos de segurança. A administração Nixon veio impor em 1973 a revista aos passageiros. As transportadoras aéreas deveriam equipar-se urgentemente com centenas de aparelhos de Raios X. Surpreendentemente, nenhum protesto surgiu da parte dos seus clientes, que aceitaram pacificamente a prática de passarem a ser sujeitos, enfim, a algum controle. O medo de acontecer algum desvio do avião entrou nos seus hábitos normais. Ele atingiu o paroxísmo num certo dia 11 de Setembro de 2001. Actualmente, a ameaça terrorista continua a existir, mas, pelo menos para já, surgia como relativamente jugulada à custa de fortes investimentos e alguns constrangimentos. Em termos de segurança aérea, iremos conhecer resultados nunca vistos na história da aviação. Segundo a Direcção Geral da Aviação Civil francesa, o ano de 2015 foi, à escala mundial, um dos mais seguros, porventura o mais seguro de toda a história da aviação. Sem atentados, apenas se registaram 5 catástrofes aéreas que causaram 243 vítimas. Durante esse ano, a aviação comercial transportou mais de três milhões e meio de passageiros em 37 milhões de voos realizados em todo o mundo.

Dizer que a aviação é o maior de transporte mais seguro deixou de ser uma simples afirmação espirituosa! O meio de transporte em que o número de vítimas por quilómetro é menor é ... o elevador. Não esqueçamos que o índice de risco zero é coisa que não existe e que, se é facultativa a descolagem do avião, a sua aterragem, essa, é sempre obrigatória. Hoje em dia, o risco principal no mundo das aeronaves já não reside

na máquina. Ao fim de vários decénios, os engenheiros aprenderam a fabricar aviões de confiança, fiáveis e robustos.

### **O FACTOR HUMANO É O RISCO PRINCIPAL**

O principal risco deixou de ser o desvio do avião ou a acção terrorista. Claro que continuam a ser uma ameaça que, por vezes, é concretizada, como sucedeu com o voo MH17 da "Malásia Airlines" cujo avião foi abatido em 17 de Julho de 2015 a partir da Ucrânia. Mas este risco, comparado com o global do tráfego aéreo, apresenta-se como infinitesimal. Não: o risco principal nos nossos tempos reside no factor humano. Em 60% dos acidentes é o erro humano a causa principal da queda do avião.

O exemplo mais trágico remonta a 1977, quando dois "Boeing 747" colidiram ao descolarem nas Ilhas Canárias. Nessa altura, o aeroporto principal de Las Palmas tinha sido obrigado a fechar todas as pistas durante várias horas em seguida a um ataque terrorista. Todo o tráfego aéreo teve ser desviado para um aeroporto secundário em Tenerife. Houve, porém, um problema: este aeroporto não tinha sido concebido nem fora equipado para gerir um tráfego assim tão importante, na sua maioria de aviões de longo curso. Os aviões foram-se atamancando como puderam nos estacionamentos, aguardando a reabertura de Las Palmas. E logo que isso aconteceu, os aviões trataram de redescolar para se, enfim, se dirigirem para Las Palmas, o seu destino final.

(continua na próxima edição)

# BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS



## CINEMA

O cineasta Bernardo Lopes foi o grande vencedor do Prémio de Melhor Realizador, em curtas-metragens, do "Chelsea Film Festival" que se realizou em Nova Iorque (EUA) de 19 a 22 de Outubro passado.



## NATAÇÃO

O atleta José Ribeiro, do CPN, ganhou a Medalha de Ouro em 800 metros, nos Campeonatos Europeus de Natação para atletas com Síndrome de Dawn (DSISO) que se disputaram em Paris (França). Em marca que fica a ser record mundial, José Ribeiro fez na prova 12.40.08 minutos!



## MOTO 2

Miguel Oliveira ganhou os Grandes Prémios da Austrália, da Malásia e de Espanha (Valência) nesta modalidade, o que o colocou na 3ª posição no "ranking" mundial de 2017, pontuação final..



## CIDADES CRIATIVAS

As cidades de Amarante, Barcelos e Braga foram elevadas ao estatuto de "Cidades Criativas" pela UNESCO.

## JUDO ADAPTADO

O "judoca" Diogo Côrte, de Castelo Branco e com apenas 14 anos de idade, integrado no Projecto APPACDM/Escola de Judo Ana Hormigo, sagrou-se campeão europeu de "judown", categoria de -81 kgs., campeonatos que decorreram em Vila Nova de Gaia.



## O MELHOR DA EUROPA

Pela terceira vez, o Centro de Congressos da Alfândega do Porto foi considerado como sendo o Melhor da Europa mediante a atribuição do Prémio "Best Meetings & Conference Center in Europe 2017". Já fizera jus a este galardão em 2014 e em 2015.



## "MELHORES EMPRESAS PARA TRABALHAR"

A Revista "Exame" atribuiu o primeiro lugar à Empresa "BLIP", que foi, pois, distinguida com o Prémio em título. Trata-se duma Empresa de engenharia "web" que é dirigida por Helder Martins e tem sede no Porto, que se distingue pela cultura de diversão e criatividade, semelhante às tecnológicas mundiais.



## UNESCO

Portugal foi eleito para integrar o Conselho Executivo da Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), assumindo neste órgão um mandato que se vai estender até 2021!



# Frases que Marcaram

“O meu trabalho não tem importância, nem a arquitectura tem importância para mim. O importante é a vida, a gente se abraçar, conhecer as pessoas, haver solidariedade, pensar num mundo melhor. O resto é conversa fiada”.



**Oscar Niemeyer**  
(1907-2012)

“Não vermos as coisas como elas são, mas como nós somos”.



**Anaïs Nin** (1903-1977)

“Diplomacia: a arte patriótica de mentir pelo nosso país”.



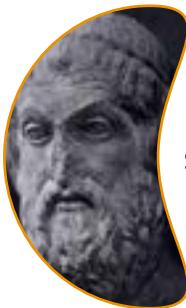
**Ambrose Bierce**  
(1842-1914)

“Uma verdade só é verdade quando é levada até às últimas consequências. Até lá, é apenas uma opinião”.



**Vergílio Ferreira**  
(1916-1966)

“Não conspira quem nada ambiciona”.



**Sófocles** (496 aC – 406 aC)

“Já não há indignação espontânea, que é a boa, a verdadeira indignação. Existe uma doença do espírito: o mal da indiferença cívica. Todos estamos moralmente doentes”.



**José Saramago**  
(1922-2010)

“A educação é uma coisa admirável, mas nada do que vale a pena saber pode ser ensinado...”.



**Oscar Wilde** (1854-1900)

“É sempre melhor ser optimista do que ser pessimista. Até que tudo dê errado, o optimista sofreu mesmo.”



**Armando Nogueira**  
(1927-2010)

“Não é fantástico pensar que amanhã é um novo dia, ainda sem nenhuns erros lá dentro?”.



**L. M. Montgomery**  
(1874-1942)

“Quando a casa do vizinho está a pegar fogo, a minha casa está em perigo”.



**Horácio** (65 aC-8 aC).

“Não se pode governar um país como se a política fosse um quintal e a economia fosse um bazar”.



**Mia Couto** (1955-)

“Um povo que valoriza os seus privilégios acimados seus princípios cedo perde os dois”.



**Dwight David Eisenhower** (1890-1969)

# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?

Sou Rotário porque amigos meus da mesma área de negócios acharam que eu me tornaria melhor se o fosse e, ao mesmo tempo, contribuísse para o desenvolvimento da comunidade dando-lhe parte do meu tempo, o contributo dos meus conhecimentos e do meu talento.

Sendo Rotário, pude, então, descobrir, constituiu estar ligado a uma fonte inesgotável de valorização pessoal, uma via maravilhosa de enriquecimento das vidas dos outros.

O Rotary, com os seus propósitos de longo alcance, juntou homens e mulheres de diferentes origens e formações que se unem na sua diversidade para realizarem acções de serviço por todo o mundo. Sinto-me orgulhoso por fazer parte duma Organização quanto esta cujo ideal é prestar serviços para a melhoria da humanidade.

O êxito do Rotary necessitou de alguns visionários dedicados e dos seus esforços ao longo dos mais de 85 anos da sua existência, e estes visionários jamais esqueceram que o envolvimento de cada Rotário seria o mais importante para espalhar o ideal traduzido em Dar de Si Antes de Pensar em Si por todo o mundo.

Sou Rotário porque, tal como Thomas Wilson um dia afirmou, “*a amizade só pode ser dilatada pela amizade*”.

A vida é tão sagrada, tão preciosa, tão rica em esperança que tem de ter significado; esta constatação se retire de muitos gestos pequenos que vamos tendo diariamente e o são por Rotários dedicados.

Porque sou Rotário ainda ao cabo de 33 anos de serviço? Porque sinto que contribuí para que este mundo seja um lugar cada vez melhor para nele se viver.

*Paul A. Côté*



**NOTA** – Foi Director do R.I. em 1974-76. Foi membro do Rotary Club de Québec, cidade de Québec (Canadá), com a classificação “Cervejaria-Produção”.

# CONHEÇA OS SEUS MAIORES



## JOÃO SERRAS E SILVA

Nasceu em 1868, em Alcaravela, Sardoal, e faleceu em 1956. Foi professor catedrático na Faculdade de Medicina da Universidade de Coimbra. Homem de elevadíssima cultura, católico militante, dedicou-se intensamente, também, às Ciências Sociais e muito particularmente aos problemas da saúde escolar. Foi procurador à Câmara Corporativa e deixou várias obras como "O Catolicismo e a Higiene", "Frederico Ozanam", "A Ciência Social na Educação e na História", "Questões de Educação" e outras.



## ANTÓNIO DINIS DA CRUZ E SILVA

Um notável poeta que viveu de 1731 a 1799. Foi um dos fundadores da "Arcádia" e nelinha o pseudónimo "Elpino Nonaciense". Escreveu obras como "Odes Pindáricas" com poesias de sabor clássico, mas a que lhe granjeou maior glória foi "Hissope", um poema heroi-cómico.



## ANTÓNIO JOSÉ DA SILVA

Nasceu no Rio de Janeiro, em 1705 e veio a falecer em Lisboa em 1739, juntamente com sua mulher, queimados ambos na execução de sentença proferida pela Inquisição. Foi um notabilíssimo comediógrafo que regenerou o teatro nacional com as suas comédias cheias de graça e de espírito inventivo, das quais se destacaram "A Guerra do Alecrim e da Manjerona", "Os Encantos de Medeia" e "O Labirinto de Creta".

## INOCÊNCIO FRANCISCO DA SILVA

Viveu de 1810 a 1876 e foi o célebre autor do "Dicionário Bibliográfico", um repositório biográfico e bibliográfico de alto valor que seria continuado por Brito Aranha.



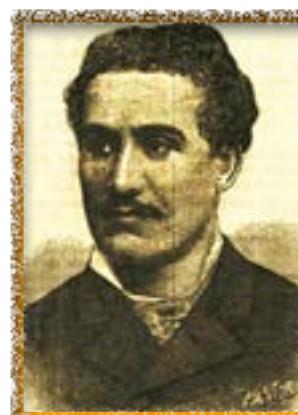
## JOÃO CRISTINO DA SILVA

Um grande pintor, sobretudo paisagista e de animais. Viveu de 1829 a 1877.



## JOÃO RIBEIRO CRISTINO DA SILVA

Também um excelente pintor e igualmente escritor sobre Arte. Nasceu em 1858 e deixou-nos a obra de referência "História Geral da Arte".



## JOAQUIM POSSIDÓNIO NARCISO DA SILVA

Arquitecto e arqueólogo notável, viveu de 1806 a 1896 e escreveu diversas obras e estudos sobre arqueologia e arquitectura.



# CULINÁRIA INTERNACIONAL



*Mestre "Saborini" manteve-se por cá e degustar o que o mar pode dar.*

## PORTUGAL

### Linguado recheado

#### Ingredientes:

3 linguados  
200 grs. de manteiga ou de margarina  
200 grs. de camarões  
1 cebola  
1 colher de sopa com farinha  
6 tomates pequenos  
0,5 dls. de vinho branco  
sal, pimenta, mostarda, limão e fundos de alcachofra a gosto

### Polvo com cogumelos

#### Ingredientes:

1,5 kgs. de polvo  
500 grs. de cogumelos  
2 dls. de vinho branco  
0,5 dls. de vinagre  
1 dl. de azeite  
500 grs. de cebolas  
2 dentes de alho  
salsa, louro, tomilho, sal, pimenta e cravinhos a gosto

**Preparação:** arranje e bata o polvo e corte-o aos bocados. Arranje os cogumelos, corte-os em quartos e escalde-os. Escorra-os muito bem. Num tacho, coloque os bocados de polvo, os cogumelos e todos os restantes ingredientes, a tudo juntando, também, um copo grande de água. Tempere com sal e pimenta. Leve o tacho a lume forte e, quando levantar fervura, tape e reduza o calor para o mínimo. Deixe a cozer muito brandamente durante umas duas horas e meia. Depois, sirva polvilhando com salsa picada e acompanhado com batatas cozidas.



**Preparação:** tire a pele e a espinha aos linguados e recheie-os com o seguinte creme: pique muito bem a cebola e ponha-a ao lume a alourar com uma colher de sopa de manteiga ou de margarina; polvilhe com a farinha e regue com dois dls. da água de cozer os camarões; descasque os camarões e reserve os mais bonitos para decoração do prato; junte os camarões descascados e tempere com sal, pimenta e mostarda. Encha os linguados com este creme e feche-os cosendo-os com agulha e o linha. Coloque os linguados num prato de ir ao forno, regue-os com sumo de limão, nozinhos de manteiga, um pouco de vinho branco, sal e pimenta. Deixe a cozer no forno por 25 minutos, mais ou menos, cobertos com papel vegetal. A meio da cozedura, junte os tomates e regue tudo com o molho do linguado. Depois de tudo estar cozido, ponha numa travessa e enfeite com os tomates, os camarões e os fundos de alcachofras.



*Tenha um bom apetite!*

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](http://www.domusaqua.com) [www.jaimepocas.pt](http://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@saimoveis.pt](mailto:samil@saimoveis.pt)  
Web: [www.saimoveis.pt](http://www.saimoveis.pt)



## 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](mailto:info@hiportogaia.com)

Informações e reservas: +351 223 747 500

Internet: [www.holidayinn.com](http://www.holidayinn.com)

Nossas reuniões: 5<sup>as</sup> feiras, às 21.30 horas (1<sup>as</sup>, 2<sup>as</sup>, 4<sup>as</sup> e 5<sup>as</sup>);  
às 20.30 horas (3<sup>as</sup>)