

boletim mensal | ano XXXIII | nº 401 | agosto de 2016



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 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
Web: www.saimoveis.pt



“AS LIÇÕES DO “EUROPEU”

Mesmo sem o concurso do carismático Cristiano Ronaldo, lesionado aos 25 minutos da primeira parte no jogo da “final” disputado em Paris justamente com a selecção do País anfitrião, Portugal sagrou-se, pela vez primeira, Campeão da Europa em futebol.

Em campeonato, sua fase final, desenvolvido sob muito fortes medidas de segurança, pois que pairava a ameaça de ataques terroristas em larga escala, não tendo estes (felizmente) acontecido, nem por isso tudo decorreu no melhor dos mundos. Com efeito, faltas de civismo e excessos de intolerância (com destaque para os adeptos russos), foi coisa repetidamente acontecida em muitas das cidades francesas, com agressões e destruições condenáveis e sempre dispensáveis. Um sinal contrário, pois, às virtudes das práticas desportivas, que se querem como festa e capazes de unir com lealdade as humanas gentes.



Panorama geral este, lateral à prática desportiva, volvemos o olhar para o desporto em si.

Tenho por inquestionável o superior desempenho da selecção portuguesa. Nunca foi francamente considerada como favorita para chegar a campeã. Teve mesmo começo hesitante que gerou a expectativa de não chegar aos quartos de final, mas atingiu-os sem ter arrecadado qualquer vitória no jogo “jogado”. E foi em crescendo até alcançar a vitória final.

Quando a opinião dominante era de que, no essencial, a nossa equipa era Cristiano Ronaldo e pouco mais, viu-se, na final, privada do concurso do “CR7” na maior parte do tempo e, mesmo assim, encontrou em si forças e engenho suficientes para levar de vencida o outro finalista.

Illações a retirar? Em primeiro lugar a da força do trabalho em equipa, algo cuja lição inspira também o Rotary. Com efeito, o que veio ao de cima foi a equipa no seu global, não propriamente esta ou aquela “estrela”. Foi a entre-ajuda, a doação pessoal mas cooperante, o empenho, mesmo o espírito de sacrifício.

E foi aquela “alma portuguesa” traduzida num apoio incondicional aos “actores” principais do Campeonato das centenas de milhar que “empurraram”, e sempre com postura não passível de reparo, a equipa em todos os momentos numa unidade de sentir e de solidariedade acima de toda a hesitação.

E é assim que se ganha...

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 – Jorge Silveira

PRESIDENTE ELEITO – Rogério Cardoso

1º VICE-PRESIDENTE – “Mizi” Reis

2º VICE-PRESIDENTE – Eurico Basto

1º SECRETÁRIO – Fernando Jorge Rocha

2º SECRETÁRIO – Rui Santos

2º SECRETÁRIO-ADJUNTO – Diogo Pedrosa

1º TESOUREIRO – Maria do Céu Gonçalves

2º TESOUREIRO – Henrique Lopes Cardoso

1º PROTOCOLO – Eurico Basto

2º PROTOCOLO – Marília Raro

COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

PRESIDENTE – António Meira

PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Eurico Lima Basto & Marília Raro

FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO – Américo Camarinha & Fernando Jorge Rocha

COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

PRESIDENTE – Artur Lopes Cardoso

ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS – Diogo Pedrosa, Fernando Jorge Rocha & Rui Santos

RETENÇÃO DE SÓCIOS – Ângelo Sá

INFORMAÇÃO ROTÁRIA – Artur Lopes Cardoso & Rui Amândio de Sousa

COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS

PRESIDENTE – Fernando Jorge Rocha

RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL – Henrique Lopes Cardoso & Jorge Silveira

EVENTOS – Américo Camarinha, Ângelo Sá, Jaime Poças, Mónica Gonçalves & Rogério Cardoso

COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

PRESIDENTE – Rogério Cardoso

SERVIÇOS À COMUNIDADE – Américo Camarinha, Manuel Júlio Santos & Mercês Ferreira

SERVIÇOS PROFISSIONAIS – Eurico Basto & Maria do Céu Gonçalves

SERVIÇOS INTERNACIONAIS – Artur Lopes Cardoso, Luiz Carlos Oliveira & Rui Amândio de Sousa

CAPTAÇÃO DE RECURSOS – Jaime Poças, Maria do Céu Gonçalves & Marília Raro

NOVAS GERAÇÕES – Artur Lopes Cardoso & “Mizi” Reis

ALDEIA SOS – Américo Camarinha & Ângelo Sá

COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

PRESIDENTE – Rui Amândio de Sousa

DOAÇÕES ANUAIS – Manuel Júlio Santos

SUBSÍDIOS – Maria do Céu Gonçalves & Rui Amândio de Sousa

FUNDO PERMANENTE – António Cândido Leite

“POLIOPLEX” – Diogo Pedrosa & Luiz Carlos Oliveira

BOLSAS DA PAZ MUNDIAL – Henrique Lopes Cardoso

BOLSAS EDUCACIONAIS – Fernando Jorge Rocha, Mercês Ferreira & Marília Raro

DELEGADOS

FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA – Rui Manuel Amândio de Sousa

REVISTA “PORTUGAL ROTÁRIO” – Artur Lopes Cardoso

Presidente da “CASA DA AMIZADE” – Dr.ª. Patrícia Silveira



PROGRAMA PARA O MÊS DE SETEMBRO

Dia 1

REUNIÃO N°. 2164 21,30 horas – Café com Cônjuges.
COMPANHEIRISMO.

Dia 8

REUNIÃO N°. 2165 21,30 horas – Café com Cônjuges.
Palestra pelo Compº. Luís Bastos, do Rotary Club de Oliveira de Azeméis, sobre “GESTÃO DO “MY ROTARY””.

Dia 15

REUNIÃO N°. 2166 21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.

Dia 22

REUNIÃO N°. 2167 20,30 horas – Jantar com Cônjuges
Palestra pelo Exmº. Sr. Dr. Roberto Pinto sobre “PREVENÇÃO DAS DOENÇAS CARDIOVASCULARES”.

Dia 29

REUNIÃO N°. 2168 21,30 horas – Café com Cônjuges e Convidados.
Homenagem aos melhores Estudantes.

COMPANHEIRISMO

Em Setembro fazem anos os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais famílias:

NATALÍCIOS

Dia 2 – Drª. Teresa Patrícia Gomes Regadas Silveira

Dia 27 – José Manuel Coelho Guedes

Dia 28 – Hugo Miguel Afonso Laranjeira

DE CASAMENTO

Dia 3 – Américo Ferreira Camarinha

D. Margarida Loureiro Valga Camarinha

Dia 14 – Artur Alberto Falcão Lopes Cardoso

D. Maria dos Prazeres Castel-Branco de Avelar Lopes Cardoso

Dia 27 – José Manuel Coelho Guedes

Marília da Graça Oliveira Raro Coelho Guedes

Dia 28 – Diogo José Santos Lima Pedrosa

D. Marta Isabel Moreira da Silva Cruz Pedrosa

Dia 30 – César Augusto Antunes Silva Ferreira

Maria Mercês Duarte Ramos Ferreira

Em Festa no Nosso Distrito

Em Setembro assinalam o seu aniversário da admissão no Rotary International o Rotary Club de Caminha, no dia 2, o Rotary Club de S. Mamede de Infesta, no dia 4, o Rotary Club de Braga-Norte, no dia 24, e o Rotary Club de Curia-Bairrada, no dia 30.

Aqui deixamos votos de muitas felicidades aos nossos Companheiros.

ÍNDICE

As Lições do “Europeu”	1	Dicas Históricas do Rotary	12
Programa para o Mês de Setembro	2	Climas & Civilizações ...	13
Companheirismo	2	Poesia	14
Página do Presidente	3	Em Ano do Centenário	15
Equívocos ...	4	Boas Notícias em Português	16
Secretaria	5	Frases que marcaram	17
A Menção Presidencial para este ano	7	Porquê sou Rotário?	18
Pontes	9	Conheça os seus Maiores	19
Aquilo que se diz e porquê	11	Culinária Internacional	20



Página do Presidente

Jorge Silveira



Presidente 2016-17

QUADRO SOCIAL E EXPANSÃO

Meus amigos e amigas,



O nosso Movimento Rotário tem a perspicácia de dedicar este mês a este tema porque os companheiros e companheiras estão de férias e, assim, poderão dedicar mais tempo para reflectir e encontrar possibilidades de desenvolverem convites a amigos próximos para entrarem no Rotary Club de Vila Nova de Gaia.

conquista de novos membros, principalmente da faixa etária da designada “meia idade”, o que é demonstrativo da pujança nas nossas reuniões e dos eventos levados a cabo. Assim, eu vos desafio nesta quadra de veraneio a fazerem UM exercício de conversa com UM amigo sobre o Rotary e sobre o Rotary Club de Vila Nova de Gaia.

No dia da feitura deste texto já tinha, com 24h. de antecedência, desafiado uma senhora minha fornecedora a interir-se sobre o Rotary e alvitmando-lhe a possibilidade de poder ingressar no nosso afilhado de Espinho, visto ela residir nessa cidade. Ela prontamente agradeceu o meu alvitro, até porque a sua licenciatura está ligada à área social, e ... não fechou as portas.

Peço-vos, pois, que não esqueçam o aumento da nossa prudente expansão social no nosso clube, para que este seja o viveiro da renovação e da sabedoria rotária em Vila Nova de Gaia.

Desejo-vos umas BOAS FÉRIAS!

E ACEITEM UM FORTE ABRAÇO DO
Jorge Silveira



Equívocos...

Era um padre novo e agora em funções em certa localidade do Brasil. Pouco à vontade ainda, celebrou Missa e fez a homilia, mas acabou por pedir ao Arcebispo conselho sobre como relaxar. Este sugeriu-lhe que deitasse três gotas de “vodka” no cálice. Assim o fez e, realmente, sentiu-se bem, desenvolto na homilia. Acabada a Missa, ele encontrou na sacristia a seguinte nota assinada pelo Arcebispo:

- 1 Antes da próxima homilia, deite 3 gotas de “vodka” na água e não no “vodka”.
- 2 Não ponha limão e açúcar na borda do cálice.
- 3 O manto da imagem de Jesus Cristo não deve ser usado como guardanapo.
- 4 Os Mandamentos são 10 e não 12.
- 5 Houve 12 Apóstolos e não 10.
- 6 Judas traiu Jesus, não o “sacaneou”.
- 7 Jesus foi crucificado, não enforcado, e o Tiradentes não tem nada que ver com isso.
- 8 A hóstia não é um “chiklet”, portanto, evite tentar fazer bolas.
- 9 Aquela “casinha” é o confessionário, não o quarto-de-banho.
- 10 Evite apoiar-se na imagem de Nossa Senhora e muito menos abraçá-la.
- 11 Foi louvável a iniciativa de convidar o público a cantar, mas foi demais organizar um comboiinho a correr pela igreja fora.
- 12 A água benta serve para se benzer, não para refrescar a nuca.
- 13 Nunca celebre a Missa sentado na escada do altar.
- 14 As hóstias são para distribuir pelos fiéis, nunca servidas como aperitivo para acompanhar o vinho.
- 15 Jesus nasceu em Belém mas isso não significa que ele seja paraense.
- 16 Quem peca é um pecador e não um filho da ...
- 17 Quem peca vai para o inferno e não “para a ...”



SECRETARIA MÊS

JULHO

Compº. Fernando Jorge Rocha



RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Espinho – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, Fernando Jorge Rocha e Mizi Reis; no Rotary Club da Feira – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, António Meira, Jorge Silveira e Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Gaia-Sul – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, António Meira, Jorge Silveira, Mizi Reis e Rogério Cardoso; no Rotary Club de Leça da Palmeira – o Compº. Eurico Basto; no Rotary Club de Sandim – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, António Meira, Jorge Silveira e Mizi Reis.

TIVEMOS A HONRA DE SER VISITADOS

pelos Doutores Gianluca Castelnuovo e Giada Pirrabissa. O Compº. Manuel Bastos Pinto, Assistente do Governador, do Rotary Club de Oliveira de Azeméis. O Compº. Joaquim Santos Bento, do Rotary Club de Senhora da Hora. Compº. Alves Pinto, com sua mulher, do Rotary Club de Senhora da Hora.

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

“E-mails” a enviar o Boletim e o programa do mês de Julho para todos os Rotary Clubes do Distrito e para todos os membros do Clube. Para todas as Escolas Secundárias do Concelho a pedir a indicação dos seus melhores alunos do 12º ano no ano lectivo de 2015-2016. De agradecimento à Vereadora Drª. Elisa Cidade. “E-mail” a confirmar a presença de representação do Clube na sessão de homenagem do Município a Nadir Afonso. “E-mails” a todos os membros do Clube com o Plano de Actividades para 2016-2017. “E-mail” para o Presidente do Rotary Club de Boulder, Colorado (EUA), Compº. William D. Meyer, a enviar-lhe texto alusivo ao nosso Clube e fotografia de capas do nosso Boletim.

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de Julho dos Rotary Clubes de

Barcelos, Braga, Caldas das Taipas, Coimbra, E-club, Estarreja, Fafe, Feira, Porto, Santo Tirso, Póvoa de Lanhoso e Vizela, e do Rotaract Club de Vila Nova de Famalicão. Para o mês de Agosto, dos Rotary Clubes de Coimbra e Porto.

Comunicações: Listagem das Escolas Secundárias de Vila Nova de Gaia enviada pela Vereadora Drª. Elisa Cidade. Do Secretário da governadoria, lista dos clubes do Distrito e seus contactos. Documentação de suporte para a Assembleia Geral da Aldeia SOS. Agradecimentos e felicitações pelo Boletim do Rotary Club de Ponte da Barca e dos Compºs. Cecília Sequeira, Fausto de Sá e Alberto Borges, e felicitações ao nosso Clube dos Compºs. Filipe de Sousa e Miguel Alves Pinto. “E-mails” da Secretaria do Governador a informar da realização do Instituto Rotário, GETS e Seminário de The Rotary Foundation em Madrid, a enviar o Guia Distrital e a dar notícia do falecimento da mãe da Compª. Gracinha Tavares. “E-mails” do Compº. William D. Meyer, do Rotary Club de Boulder, Colorado (EUA), um a solicitar informações sobre o nosso Clube, e o outro a agradecer os elementos que lhe foram fornecidos a esse respeito. Do Rotaract Club de Vila Nova de Famalicão a informar da entrega de cadeira de rodas adaptada. Factura de Julho do R.I..

Convites: da APPDA-Norte, para evento que organiza. Do Rotary Club da Feira, para sua reunião com palestra. Do Rotary Club de Gondomar, para a reunião festiva do seu 25º aniversário e da VOG. Da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, para sessão com palestra pelo Dr. Rui Rio e para sessão de homenagem a Nadir Afonso.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Portugal Rotário”. Boletins dos Rotary Clubes de Fafe, Leiria e Senhora da Hora.

PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS

“O Gaiense”. “Novo Audiência”.

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
UMA NOVAÇÃO PERSONALIZADA

**Inovação em
ambientes
cerâmicos**

Saniax

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 saniamx@netc.pt

ARTUR LOPES CARDOSO
ADVOGADO

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



TRATAMENTO
com implantes

JORGE SILVEIRA
MÉDICO DENTISTA

BRANQUEAMENTOS
dentários

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

Rua do Mocelo, 204
4525-136 Canedo - Feira
Telfs. 227 634 438 • Tim. 929 101 119 | 934 926 143
clinicadentariadrjorgesilveira@gmail.com



A Menção Presidencial para este Ano

O Presidente do R.I. neste ano de 2016-17, John Germ, atribuirá a sua Menção Presidencial aos Clubes que para tanto se qualifiquem, o que significa que o Clube terá de ter completado duas actividades das obrigatorias e das adicionais em diversas categorias. A maior parte das suas actividades será automaticamente confirmada através dos dados registados no Rotary International. Outras serão verificadas com base nas informações que o Clube tenha fornecido ao Rotary Clube Central.

É, pois, importante utilizar o registo no Rotary Clube Central e, pela primeira vez, a avaliação é, por isso, aproveitadora da totalidade do ano, ou seja de 1 de Julho a 30 de Junho de 2017.

No que se refere a Menção Distrital, o Presidente concedê-la-á aos Distritos nos quais:

- ▶ pelo menos 51% dos seus clubes recebam a Menção Presidencial;
- ▶ pelo menos 20% do FDUC for canalizado para o PolioPlus;
- ▶ tenha havido um aumento de 5% nas doações para o Fundo Anual na comparação com o ano anterior;
- ▶ tenha havido um aumento de 3% no seu quadro social.



No que concerne aos Rotary Clubs, receberão Menção Presidencial se:

I – no quadro social respetivo:

- ▶ admitirem pelo menos 1 associado, líquido, sendo o clube de quadro inferior a 50 e 2 associados se o clube dispuser de quadro superior a 50;
- ▶ aumentarem a taxa de retenção pelo menos em 1% ou mantiverem a totalidade dos seus associados;
- ▶ admitirem novos sócios de idade inferior a 40 anos, sendo 2 em clube com menos de 50 sócios e 4 nos clubes com mais de 50, e todos se cadastrarem no “Meu Rotary”.

II – para The Rotary Foundation – 3 das metas que seguem:

- ▶ fazer uma doação de, pelo menos 536 dólares, por clube;
- ▶ cada Rotário doar pelo menos 26,50 dólares;
- ▶ fazer um total de pelo menos 2.650 dólares de doações a favor da PolioPlus;
- ▶ fazer doações de, no mínimo, 100 dólares *per capita*, para o Fundo Anual;
- ▶ atingir o valor mais alto dos últimos 5 anos em doações para TRF, com uma contribuição mínima de 26,50 dólares *per capita*;
- ▶ aumentar em mais 1 o número de Benfeiteiros e de membros da Sociedade de Doadores Testamentários.

III – nos registos “on-line” - 2 das seguintes metas:



- ▶ promover que pelo menos 50% dos sócios tenham registado os dados da sua respectiva formação e dos seus interesses no “Meu Rotary” e desbloqueiem essa informação;
- ▶ inserir 1 iniciativa, pelo menos, no “Rotary Showcase”;
- ▶ inserir 1 projecto de serviço no “Rotary Ideas” ou apoiar 1 projecto inserto no “site”;
- ▶ ter pelo menos 2 sócios a participar em grupos de discussão no “Meu Rotary”.

IV – nos Serviços Humanitários – 3 das seguintes metas:

- ▶ patrocinar pelo menos 1 Núcleo Rotary de

Desenvolvimento Comunitário (NRDC);

- ▶ inscrever pelo menos 1 membro em algum dos Grupos de Rotários em Acção *;
- ▶ patrocinar pelo menos 1 projecto financiado por Subsídio Global ou Distrital;
- ▶ enviar pelo menos 1 sócio ao Seminário sobre Gestão de Subsídios *;
- ▶ implementar 1 projecto com um dos parceiros em serviço do Rotary *;
- ▶ estabelecer uma parceria para a realização de 1 projecto com, pelo menos, uma empresa, uma entidade governamental ou uma ONG *;
- ▶ aumentar a dimensão e a visibilidade de 1 projecto, fazendo parceria com, pelo menos, 5 Rotary Clubes da região *.

V – nas Novas Gerações – 1 das metas que seguem:

- ▶ patrocinar ou co-patrocinar 1 Rotaract Clube;
- ▶ patrocinar ou co-patrocinar 1 Rotaract Clube baseado na comunidade;
- ▶ patrocinar ou co-patrocinar 1 Interact Clube;
- ▶ ter pelo menos 1 sócio do clube a servir como mentor de 1 Rotaractista ou de 1 Interactista;
- ▶ envolver Rotaractistas ou Interactistas em projectos ou em eventos do clube *;
- ▶ patrocinar ou receber ao menos 1 estudante do Intercâmbio de Jovens *;
- ▶ patrocinar 1 participante num RYLA *.

VI – na Imagem Pública – 1 das metas seguintes:

- ▶ realizar 1 evento público para informar a comunidade quanto ao Rotary e quanto ao Centenário de TRF * ;
- ▶ alcançar a cobertura pela Comunicação Social de 1 projecto importante do Clube *;
- ▶ envolver a Comunicação Social em, pelo menos, 1 evento, 1 projecto ou em 1 campanha de angariação de fundos *.

* - é necessário registar no “Rotary Club Central”.



Pontes

Dr. Henrique Regalo



“São muitas as pontes de Entre-Douro-e-Minho que alguns estimarão em duzentas, o que me paresse que pode ser, entre as quais ham muitos caminhos...”

Dr. João de Barros, in “*Geographia D'Entre Douro e Minho e Trás-os- Montes*”.



Se a arquitectura das pontes é, de facto, a parte “maior” da História da Arte, como sustentava Vitrúvio – sublinhando as suas características fundamentais – como *firmitas, utilitas, uetustas* – mas também a sua harmonia com a paisagem – pelo engendar de volumes e espaços, pela sua utilidade, firmeza, beleza e ainda pela íntima relação com os poderes e meios técnico-financeiros a que obriga, pelo diálogo que exige a patrocinadores, artífices e usufrutuários e pela sua integração no território que organiza, então há que (re)conhecer as que nos estão mais próximas como dispositivos ordenadores do espaço que habitamos e por vezes ignoramos.

Desde remotos tempos que os rios e a rede hidrográfica em geral, sendo graves focos de divisão entre as regiões, se constituíram, também em fixadores de identidades. A vau ou em toscas jangadas, os nossos antepassados lograram vencer esses obstáculos naturais, aguardando a assunção da romanidade que, com suas pontes de pedra, normalizaram e aproximaram os mais longínquos territórios. De facto, para o poder romano, a travessia a pé enxuto de um rio era tão preciosa que a encomendava a engenhosos técnicos mas também a sagrados sacerdotes, os pontífices (fazedores de pontes) que as abençoavam para um futuro de conquistas.



Nos tempos medievos, mais fechados, mais ensimesmados sobre a paróquia cristã, a freguesia (*fili ecclesiae*) dos crentes e pacíficos do seu agro de subsistência (*sub sino*), os povos atribuíam as pontes ao génio do diabo (“*Misarela*”) - trazia por vezes a guerra e a peste – mas por vezes também como *opera sancta*, que unia os povos no comércio e nos casamentos (S. Gonçalo de Amarante).

Nos tempos modernos, as pontes não só permitiram as invasões dos exércitos, a passagem de comboios... e das ideias, o que contribuiu para unir o mundo e aumentar as nações à luz de um crescimento económico e social imparável que nos conduziu ao conceito tão divulgado quanto fundamental das *acessibilidades* de um território em vias de desenvolvimento.





Dentro do imaginário de cada um de nós sempre houve o nome da Ponte do Rio Kwai, da Ponte de Waterloo, da Ponte Vecchio, da Ponte dos Suspiros, da Ponte de S. Gotardo ou da Ponte 25 de Abril. Mas ... quem conhece a Ponte do Diabo, a do Mouro, em Lamas, ou a da Misarela, em Montalegre? Quem já desceu à garganta profunda e escura do Adrão, sob a Ponte da Ladeira, no Soajo. Conhecemos o nosso território?

O Parque Nacional da Peneda-Gerês (PNPG) inclui na sua área protegida alguns dos vestígios mais representativos e monumentais duma ocupação humana, velha de milénios. Entre eles, as pontes ocupam com certeza um lugar de destaque pelo seu peso no ordenamento do território e na localização dos mitos de identidade das gentes da montanha noroestina. Aqui, no PNPG, só as pontes de Albergaria (S. Miguel) apresentam fábrica romana, sendo os restantes monumentos de origem tardo-medieval ou moderna, o que de forma alguma lhes retira merecimento. Assim, da Ponte de Portos à Cavada Velha, da Ponte da Bordença à Ponte dos Eixões, da Ponte do Saltadouro à Ponte de Tourém, sente-se o mesmo esforço titânico do homem na luta contra os elementos, contra uma orografia adversa, contra uma natureza desordenada em vias de domesticação.

Aquilo que se diz e porquê

A cada passo, quando falamos, usamos expressões e frases para explicar uma ideia, expressões e frases que nos vieram de geração em geração e cuja origem em muitos casos ignoramos mas cujo significado apenas intuímos. Vamos, pois, tentar explicar ao leitor fiel a origem e o significado de algumas delas. É que ... o saber não ocupa lugar ...

ERRO CRASSO



Cometer um erro crasso significa cometer um erro grosseiro.

Num dos triunviratos que governaram o Império Romano (governo de três Generais), um houve que foi constituído por Caio Júlio César, Pompeu Magno ou só Pompeu, e Marco Licínio Crasso. Crasso (115-53 aC) foi incumbido de atacar o pequeno povo dos Partos e, absolutamente confiante numa vitória rápida e fácil, decidiu abandonar todas as regras das formações e das técnicas de combate dos Romanos e simplesmente atacar. Para o não chega, até escolheu um caminho estreito para a progressão e de escassa visibilidade. Apesar

de em menor número, os Partos levaram de vencida as hostes romanas e foi mesmo Crasso um dos primeiros a morrer na luta que se travou em Harã, hoje Turquia. Daí em diante, sempre que de alguém que tem tudo para acertar mas comete um erro estúpido, usamos dizer que cometeu um “erro Crasso”.

TER PARA OS ALFINETES

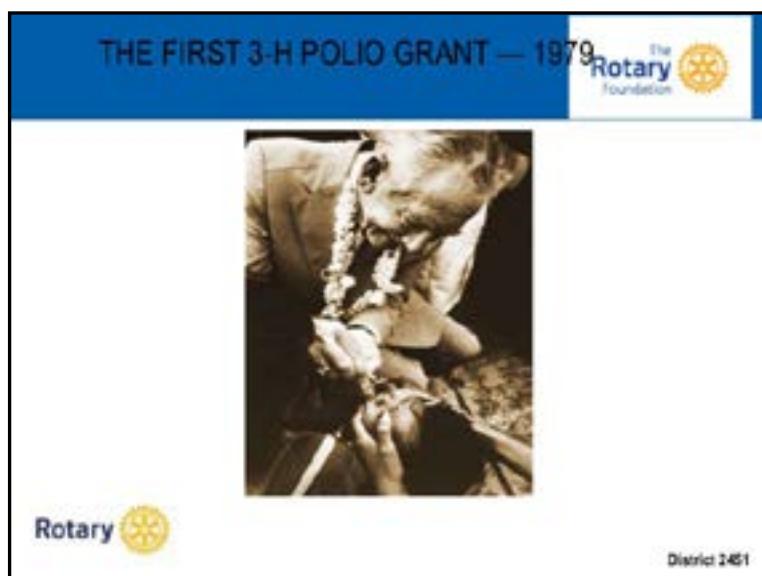
Significa que se tem dinheiro para viver.

Antigamente, os alfinetes eram objectos de adorno das senhoras. É daqui que é oriunda a frase, que significava o dinheiro poupadão para a respectiva compra, pois eram caros os alfinetes. Volvidos muitos anos, os alfinetes tornaram-se utensílios, ou seja objectos não somente para enfeite mas também utilitários e acessíveis. A expressão “alfinetes” veio mesmo a ter consagração legal: no Código Civil de 1867, por exemplo, o art. do Código Civil 1.104º tinha a alusão expressa a “alfinetes” da mulher.



Dicas Históricas do Rotary

OS SUBSÍDIOS “SAÚDE, FOME E HUMANIDADE” (3H)



meta era o fomento da compreensão, da boa vontade e da paz no mundo inteiro.

Um dos primeiros Subsídios “3H” foi concedido à Filipinas e acabou por dar origem à Campanha de Erradicação Global da poliomielite através do Programa “PolioPlus”.

Actualmente, estes Subsídios deram lugar aos Subsídios Globais no âmbito do novo Programa de Subsídios entretanto adoptado pela Fundação Rotária.

Surgiram em 1978 e foram lançados pela Fundação Rotária do R.I. para possibilitarem a implementação de projectos de prestação de serviços de larga dimensão, tão larga que não estivessem ao alcance da capacidade do Clube ou mesmo de grupo de Clubes.

Desde 1978, chegaram a ser concedidos mais de trezentos Subsídios “3H” e para projectos desenvolvidos em cerca de 80 diferentes países, o que atingiu um valor global de quase 100 milhões de dólares.

Os Subsídios 3H eram aplicados no combate à fome, na melhoria das condições de saúde, na elevação da qualidade de vida e na promoção do desenvolvimento cultural e social entre os povos. A





Christophe Olivier

Climas & Civilizações

Rotary Club de Avignon Villeneuve

De novo se nos deparou na bela Revista “Le Rotarien” um texto de enorme interesse para todo o leitor e ao qual não resistimos à iniciativa de o traduzir e, com a devida vénia, o colocar à fruição dos nossos leitores. Ele é da autoria de

(continuação da edição anterior)

A riqueza das cidades reposava no tamanho dos seus rebanhos, na extensão das suas áreas cultivadas e na quantidade de cereais conservados. Estes tipos de bens que se podiam deter de maneira apropriada e eram revendáveis, o que determinou que se multiplicassem as guerras. As primeiras muralhas foram erguidas pouco após a ocorrência do Dilúvio; em breve, cada cidade construiu as suas e sustentava um grupo de homens armados. Desde Nankin a Changai, a civilização “Liangzu” assentava sobre a irrigação e a fertilização de grandes searas. Na embaçadura do rio Balsas, os Olmèques descobriram o milho e a maior parte dos legumes que ainda hoje são conhecidos. Nas terras quase planas, entre o Tigre e o Eufrates, os Sumérios dominavam sobre uma rede de canais e muitos campos de cereais. A leste destas imensas plantações, a população do Egípto concentrava-se nas margens do Nilo e das suas cheias benfeitoras. Na Índia, ao longo do Sarasvati, o povo indu colonizava a água e implantava fontes e esgotos, e também canais de água corrente.



Por volta de 2250 aC., quatro correntes frias seguiram em direcção ao equador e aproximaram-se da costa a ponto de aí terem criado pontos frios (a sudoeste e a noroeste de África, no centro leste da América do Sul e ao nível da Califórnia). Aí, já não se evaporam as águas. Os ventos marítimos contornariam estas zonas frescas até criarem quatro linhas de desertos (Namíbia-Kalahari, Mojave-Sonora, Atacama e Sahara). O regime das monções começou a aproximar-se do equador, concentrando as chuvas numa faixa mais estreita. Esta deslocação das precipitações, tornando estéreis terras que até aí tinham beneficiado, constrangeram as populações a levar os seus rebanhos consigo em demanda de novas pastagens. Os agricultores migraram na demanda de áreas irrigadas. Os exércitos colocados no terreno defendiam os seus territórios das pretensões dos povos nómadas. Até que Namer veio a governar o Egípto, um povo emigrou por causa da sede e buscou aproximar-se do Nilo: numa batalha apenas, o faraó capturou 120.000 escravos, 400.000 bovinos e 422.000 caprinos.

Esta mudança climática volta a detectar-se na história dos homens: todas as civilizações dominantes desaparecem e são suplantadas por novas. Na China, os “Longsham” perderam a supremacia que tinham em benefício dos “Erlitou”. Os Sumérios baquearam perante os Acádios. Do fulgor da antigo império egípcio, veio a cair-se nos afros do médio império e dos Hititas; o Sahara secou irremediavelmente, os imensas searas que se estendiam do Atlântico ao Nilo tornaram-se num deserto; girafas e antílopes desapareceram das pradarias egípcias; não surgiram mais construções de pirâmides.

Por cerca de 1600 aC., pouco após a erupção do Santorin, as temperaturas começaram a subir inexoravelmente, uns 3°C, e até cerca de 1066 aC.. Após a instabilidade do segundo período intermédio (Hyksos), o Egípto descobriu o fulgor do novo império.

(continua na próxima edição)



Poesia

O HOMEM NA PAZ DE UM LIVRO

José Jorge Letria

Abre o livro e lê o mundo, com terno vagar,
não esquecendo o mar, o vento, os rios e as aves,
tudo o que engrandece, exalta e liberta.
Faz do livro a tua casa e tudo quanto
nele aprenderes será a chave mansa da paz que buscas.
Não te cances e abre os braços para a luz,
e quem são os que fogem das armas e dos medos,
e são tantos e têm rostos feridos pelos ferros
dos temores mais antigos, da fome e da insónia.
Nunca terás paz enquanto eles a não tiverem.

Constrói a escola com tudo o que já sabes
e dá-lhe um tecto de estrelas e uma porta de pedra
rija como o coração dos homens quando lutam.
Não desistas nem te rendas, que outros dias virão,
delicados como pérolas arrastadas pela brisa,
pelo sopro das velhas paixões que nos desarmam.
Essa será a tua paz, a que vem nos livros
e se mantém secreta no vago perfume das casas.

Abre o livro e lê o mundo, lê o que sabes
e o muito que te falta saber, aprendiz do assombro
que há num voo de borboleta ou na ternura branca
de um animal apaixonado pela vida.
Será sempre essa a tua escola, maior que tu
e que as guerras que nos cercam e mortificam.

E quando fechares o livro, adormece com a paz
que te dá agasalho, cama, pão e vinho.
O que vier depois será sempre mais livre e forte,
asa de ave valente encostando o homem
ao pano de linho que o limpa e protege, para sempre.

ARDÓSIA

José Manuel Mendes

Restos de uma noite em fuga
e contraponto, água sob os ramos
dos cavalos,
esse silêncio no horizonte até à ferida,
o grito coagula,
gesso, terra à deriva por lugar
algum.
Vestígios, círculos decompondo-se,
ou então estratos e policromia enquanto
os versos jazem
aos pés do espelho,
ardósia agora, véspera e
amanhecer.

OIRO, DISSONÂNCIA

Plumagem e alvoroço ao rés das horas
correndo como água da palmeira
junto ao mês onde moras e não moras
viagem minha sem eira nem beira
chegam versos navios aquém-mar
sem fábula de oiro e dissonância
lenha barro vertigem a arpoar
manhãs estremecidas na distância
a mão os colhe assim rasos de anil
ao ritmo vegetal da melodia
e queimam centro e margens são perfil
das cascatas à luz do pensamento -
que leme para os fumos deste dia
gomo de uva raiz do próprio vento?



Em Ano de Centenário

O ano em curso de 2016-2017 assinala o primeiro Centenário da Fundação Rotária do Rotary International. Ao longo dele, pois, o nosso Boletim irá evocar os mais importantes passos da que é actualmente uma das maiores, porventura mesmo a maior, fundação privada que o mundo tem.



Foi tudo ideia de Archibald (Arch para os amigos) C. Klumph, o Presidente do Rotary em 1916-17, ou seja o 6º. Em 1917, realizando-se a Convenção na cidade de Atlanta, na Geórgia (EUA) – tal como a próxima –, Klumph disse mais ou menos as seguintes palavras: – "Avançando consoante vamos, com tanta diversidade de serviços prestados às comunidades, afigura-se claramente apropriado que deveríamos aceitar doações com a finalidade de fazer o bem no mundo."



Arch Klumph era um homem a todos os títulos notável. Nascera no seio dumha família modesta de Conneautville, na Pensilvânia (EUA), em 1869, e, com os pais e dois dos irmãos, veio a transferir-se para Cleveland, no Ohio, era ainda menino. Para ajudar no sustento da família, deixou os estudos quando apenas tinha 12 anos e foi-se para o mundo do trabalho. Aos 16 anos, foi admitido como "moço-de-recados" na empresa "Cuyahoga Lumber" e, por iniciativa própria, foi frequentar a escola nocturna, na qual ia às aulas após duros dias de trabalho. E para isso, ainda tinha de calcorrear quatro milhas a pé, quer para ir, quer para regressar, a fim de poupar nos transportes.

Quando os negócios da "Cuyahoga Lumber" começaram a falhar, o dono da empresa (que tinha o mesmo nome) fê-lo gerente dela. Klumph deu-lhe a volta e tornou-a numa das mais florescentes do ramo no Midwest. Veio a comprar a empresa.

Depois, aos poucos, aquele rapazito que começara por ser um simples moço-de-recados,

foi surgindo como presidente e como vice-presidente de diversas outras empresas, incluindo de um Banco e dumha linha de transportes em navios a vapor.

Aos 18 anos, Arch resolveu aprender sozinho a tocar flauta e, três anos mais tarde, era de tal modo virtuoso em tal instrumento musical que foi admitido na Orquestra Sinfónica de Cleveland, na qual se manteve por catorze anos.

Entrou para o Rotary em 1911, tendo ingressado no Rotary Club de Cleveland com a classificação "lumber – comércio geral e a retalho". Foi presidente do clube logo em 1912 e viria a ser presidente da Associação Internacional de Rotary Clubs em 1916-17. Fulgurante ascensão, pois.

Num discurso que proferiu aquando da cessação da presidência do seu clube, Klumph sugeriu então: – "Devíamos criar um fundo de emergência de tal sorte que o nosso clube pudesse fazer muitas coisas nos anos futuros." Klumph viria a ser o presidente da Comissão encarregada de redigir os novos estatutos do Rotary International e foi do seu pensamento que saiu a ideia de dividir o Rotary em distritos, cada um com seu governador, assim como a da realização anual da Conferência do Distrito. Mas jamais abandonou a ideia de se criar um Fundo para possibilitar a expansão dos bons trabalhos do Rotary, um fundo que começou por ter a designação de "Fundo Rotário de Dotações" e viria a transformar-se na The Rotary Foundation.



BOAS NOTÍCIAS

EM PORTUGUÊS

NA CANOAGEM



Fernando Pimenta, na modalidade de "K-1" e nas distâncias de 1.000 e de 5.000 metros, arrebatou as respectivas Medalhas de Ouro nos Campeonatos da

Europa de canoagem que se disputaram em Moscovo (Rússia), ele que já fora também campeão da Europa no ano passado nos escalões júnior e sub-23, em "K-1", nos 1.000 metros.

NA OFTALMOLOGIA



Numa apreciação realizada a nível europeu entre 620 oftalmologistas, não menos que 12 oftalmologistas portugueses ficaram classificados entre os vinte primeiros!

NO "JIU-JITSU"



O atleta nortenho Guilherme Jardim, da Equipa de Manoel Neto de "Jiu-Jitsu", sagrou-se novamente campeão do mundo nesta modalidade, categoria "BLUE/Adult/Male/Medium Heavy", no campeonato que, em Junho passado, se disputou na Califórnia (EUA). Guilherme Jardim já tinha sido campeão do mundo em 2015, mas nessa altura na categoria de faixa branca.

NO BTT (XCM)



O atleta viseense Tiago Ferreira foi o brilhante vencedor do Campeonato do Mundo de Maratonas BTT (XCM) que se disputou na França, em Laissac. Poucas semanas antes, Tiago Monteiro já tinha ficado em segundo lugar no Campeonato da Europa, que teve lugar na Letónia, e vai agora representar o nosso País nos Jogos Olímpicos que se disputarão no Rio de Janeiro, Brasil.

BICAMPEÃO DO MUNDO EM

ORNITOLOGIA



Natural de Alcains, distrito de Castelo Branco, mas a residir em Coimbra, Sílvio Duarte foi o brilhante vencedor, e pela segunda vez, do campeonato mundial em periquitos, vitória que conquistou graças a dois periquitos de cor, um macho série azul com asas claras (obteve 93 pontos em 100) e uma fêmea série azul opalina (obteve 92 pontos). A competição (Campeonato do Mundo de Ornitologia) decorreu em Leça da Palmeira nos finais do passado mês de Janeiro, e ao certame concorreram cerca de 22 mil aves oriundas de 22 diferentes países e de 2.800 criadores de quatro Continentes.

OLIMPÍADA DA CIÊNCIA DA UE



Dois estudantes do Agrupamento de Escolas Nuno Álvares, de Castelo Branco (Guilherme Vilela Alves e Raúl Pombo Monteiro) e um outro da Escola Secundária Aurélia de Sousa, do Porto (Luís Miguel Costa e Silva) conquistaram Medalhas de Ouro na Olimpíada da Ciência da União Europeia que decorreu em meados de Maio em Tartu, na Estónia. Tratou-se de um feito até agora inédito no que se refere a Portugal.

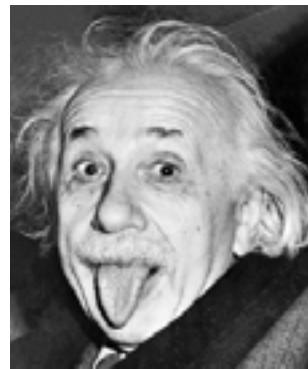


Frases Que Marcaram



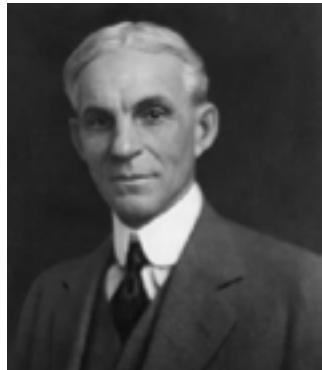
“O sucesso não é definitivo, o falhanço não é fatal: o que conta é a coragem de continuar”.

Winston Churchill (1874-1965)



“No meio da dificuldade encontra-se a oportunidade”.

Albert Einstein (1879-1955)



“Não é o empregador que paga os salários. Ele apenas gere o dinheiro. Quem paga os salários é o cliente”.

Henry Ford (1863-1947)



“Os vencedores adquirem imediatamente os vícios dos vencidos”.

Roger Martin du Gard (1881-1958)



“Quando as luzes se apagam no cinema e o filme começa, é sempre mágico. Não interessa sobre o que é o filme, podem ser oito horas de Shoah ou o Caça-Fantasmas”.

Steven Spielberg (1946-)



“Desculpar-se antes do tempo é culpar-se”.

Gracián y Morales (1601-1658)



“Chorar sobre as desgraças passadas é a maneira mais segura de atrair outras”.

William Shakespeare (1564-1616)



“Quando visitas uma comunidade, caminha, não voes”.

Provérbio da Papuásia/Nova Guiné



PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



NOTA – Foi Director e Vice-Presidente do Rotary International em 1988-90. É membro do Rotary Club de Calgary, Alberta (Canadá), com a classificação “Aquecimento e Ar Condicionado”.

Entrei para o Rotary exactamente pelas mesmas razões que Paul Harris tinha em mente quando organizou a primeira reunião rotária. Eu era então um jovem engenheiro mecânico que chegara a Calgary para começar a trabalhar para um homem que tinha sido membro do Rotary Club de Calgary durante vários anos. Antes de sair da cidade, por se ter reformado, sugeriu a um arquitecto seu amigo que ele me deveria propor para “ocupar a minha cadeira” no Rotary.

Quando fui realmente convidado para aderir, fui colocado perante o sistema das classificações e disseram-me que, haver membros com uma forte representação no mundo dos negócios e das profissões existentes na comunidade, faria elevar o leque das acções de serviço. Como recém chegado à cidade, isso pareceu-me uma excelente oportunidade de conhecer mais pessoas, de fazer novos amigos que muito possivelmente poderiam vir a ser meus clientes. Claro que fiz novos amigos, amigos melhores do que jamais tinha imaginado. Contudo, em breve tomei consciência de que o objectivo do Rotary nada tinha que ver com a ideia de promoção de novos negócios. À medida em que mais e mais me fui envolvendo apercebi-me de que ser Rotário contribui para a criação de uma atmosfera de confiança e de companheirismo quando os Rotários trabalham em conjunto e mesmo quem não é Rotário sente respeito pela imagem do Rotary e pelo que o anima.

Desde que entrei para o Rotary, o quadro social triplicou. A Fundação Rotária é agora reconhecida como a maior entidade disponibilisadora de Bolsas de Estudo no mundo e a “Prova Quádrupla” veio a ser aceite em toda a parte. Ela teve um extraordinário efeito na minha vida, tal como fez relativamente a milhões doutros que têm passado pelo quadro social do Rotary ou mesmo se se limitaram a ter com o Rotary alguma espécie de contacto.

Uma particularidade do Rotary é a de que me deu inúmeras oportunidades de fazer amizade com muita gente de muito diversas confissões religiosas, o que fez desenvolver em mim uma boa capacidade de compreender os outros.

Minha mulher e eu sempre temos estado activos em Rotary o que foi inspiração para os nossos filhos, que cresceram com um pensamento de corresponsabilidade social e sentido de melhoria das condições de vida no mundo. Dois deles são já Rotários também. O Rotary teve uma enorme influência na nossa família. Tocou-me o coração e continuará a inspirar os meus pensamentos e as minhas acções.

G. H. Galbraith



Conheça os seus Maiores

PEDRO FRANCISCO MACHADO

Nasceu nos Açores, em Porto Judeu (Angra do Heroísmo – Terceira), em 9 de Julho de 1760, e veio a falecer em Richmond, Virgínia (EUA) em 16 de Janeiro de 1831. Parece que foi raptado em menino e apareceu no estado de Virgínia, abandonado, onde acabou por ficar. A esse tempo ainda não existiam os Estados Unidos, e grassava a guerra da independência entre as Colónias Americanas e a Coroa Inglesa. Pedro Francisco (que viria a mudar o nome para Peter Francisco) alistou-se ainda jovem no exército rebelde acompanhando George Washington, a quem salvou a vida numa batalha. Tornou-se num dos maiores apoiantes da causa da independência norte-americana. Era homem muito alto e dotado de grande força, a ponto de Washington ter mandado fazer para ele uma espada própria que seria o terror dos ingleses. Designou-o por “one army's man”, o que evidencia a bravura de que era dotado e que evidenciou em diversas ocasiões. Mas também veio a ser cognominado como “O Gigante da Virgínia”, “O Gigante da Revolução” e até como “O Hércules da Virgínia”. É hoje considerado um herói dos EUA.



JOSÉ RAMOS COELHO

Nasceu em 1832 em Lisboa, e aqui faleceu em 1914. Foi um notável poeta e historiador. Dentre outras obras, escreveu “História do Infante D. Duarte, Irmão de D. João IV” e diversas poesias. Traduziu a obra poética “Jerusalém Libertada”, da autoria de Tasso.



VISÃO REDENTORA:
DRAMA EM 5 ACTOS

FRANCISCO RANGEL DE LIMA

FRANCISCO RANGEL DE LIMA

Nasceu em 1839 e faleceu em 1909. Dramaturgo, escreveu diversas peças de teatro no número das quais “A Pedra de Escândalo”, “Visão Redentora” e “Ao Calçar das Luvas”.



HIPÓLITO RAPOSO

Nasceu em 1885 e faleceu em 1953. Foi um notável advogado, escritor e professor de português. Exerceu as funções de professor do Conservatório de Lisboa e foi um dos principais doutrinadores do “Integralismo Lusitano”. Escreveu várias obras como “Amar e Servir”, “A Questão Ibérica”, “Pátria Morena” e “Dois Nacionalismos”.



JOSÉ NICOLAU RAPOSO BOTELHO

General do Exército, nascido em 1850 e falecido em 1914. Foi professor, escritor militar e didáctico. Lente da Escola do Exército e Director do Colégio Militar e da “Revista Militar”. Deixou várias obras da sua pena como “Princípios de Álgebra”, “Geografia Geral”, “Tratado de Aritmética Prática” e “História Universal”.



CULINÁRIA INTERNACIONAL

Continuamos no Verão e Mestre “Saborini” resolveu viajar até ao Oriente Médio, mais exactamente visitando Israel e aí degustando manjares delicados e fresquinhos.

ISRAEL



Barbo gelado à moda de Israel

Ingredientes:

- 1 barbo grande
- 3 dls. de azeite
- 3 cebolas grandes
- 125 grs. de cogumelos
- 2 dentes de alho
- 1 pé de aipo
- 2 folhas de louro
- 1 colher de café de cominhos
- 6 cravos da Índia
- 1 colher de chá de colorau
- 1 colher de sopa de farinha
- salsa, sal, pimenta e noz-moscada a gosto



Preparação: amanhe o barbo e dê-lhe 3 ou 4 golpes de viés em ambos os lados. Tempere com sal grosso. Corte as cebolas às rodelas e coloque estas no fundo dum tabuleiro já untado com azeite. Ponha por cima o barbo e regue com azeite e polvilhe-o com farinha. Pique o alho e distribua-o por cima do peixe. Tempere com sal, pimenta, noz-moscada, colorau, cominhos e cravos da Índia. Com uma linha, atam-se o aipo, a salsa e o louro e colocam-se também dentro do tabuleiro. Tape este com papel grosso untado e leve a cozer no forno ou em lume brando por cerca de 1 hora. Depois, retire o barbo do molho e coloque-o numa travessa. Passe o molho por um passador após retirar o aipo, a salsa e o louro. Junte os cogumelos e deixe apurar o molho por 10 a 15 minutos. Deite o molho sobre o peixe e sirva bem gelado.

“Bortsch” gelado

Ingredientes:

- 500 grs. de beterrabas
- 200 grs. de pepino
- 150 grs. de batatas
- 1 cebola grande
- 2 colheres de sopa de vinagre
- 1 colher de sopa de mostarda
- 1 ovo cozido
- 1,5 dls. de natas azedas
- funcho ou salsa



Preparação: junte o vinagre a 1,5 ls. de água gelada. Coza as batatas e corte-as em quadradinhos. Corte as beterrabas em juliana e o pepino em quadradinhos. Pique as cebolas e o ovo cozido. Coloque numa tigela as beterrabas, as batatas, o pepino, a cebola e o ovo cozido. Regue tudo com água gelada e a mostarda já desfeita nas natas. Mexa tudo e sirva polvilhado com o funcho ou com salsa picada.

Shalom!!!





Lancaster King's School

The future is now!

Cursos

Ingles
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



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})