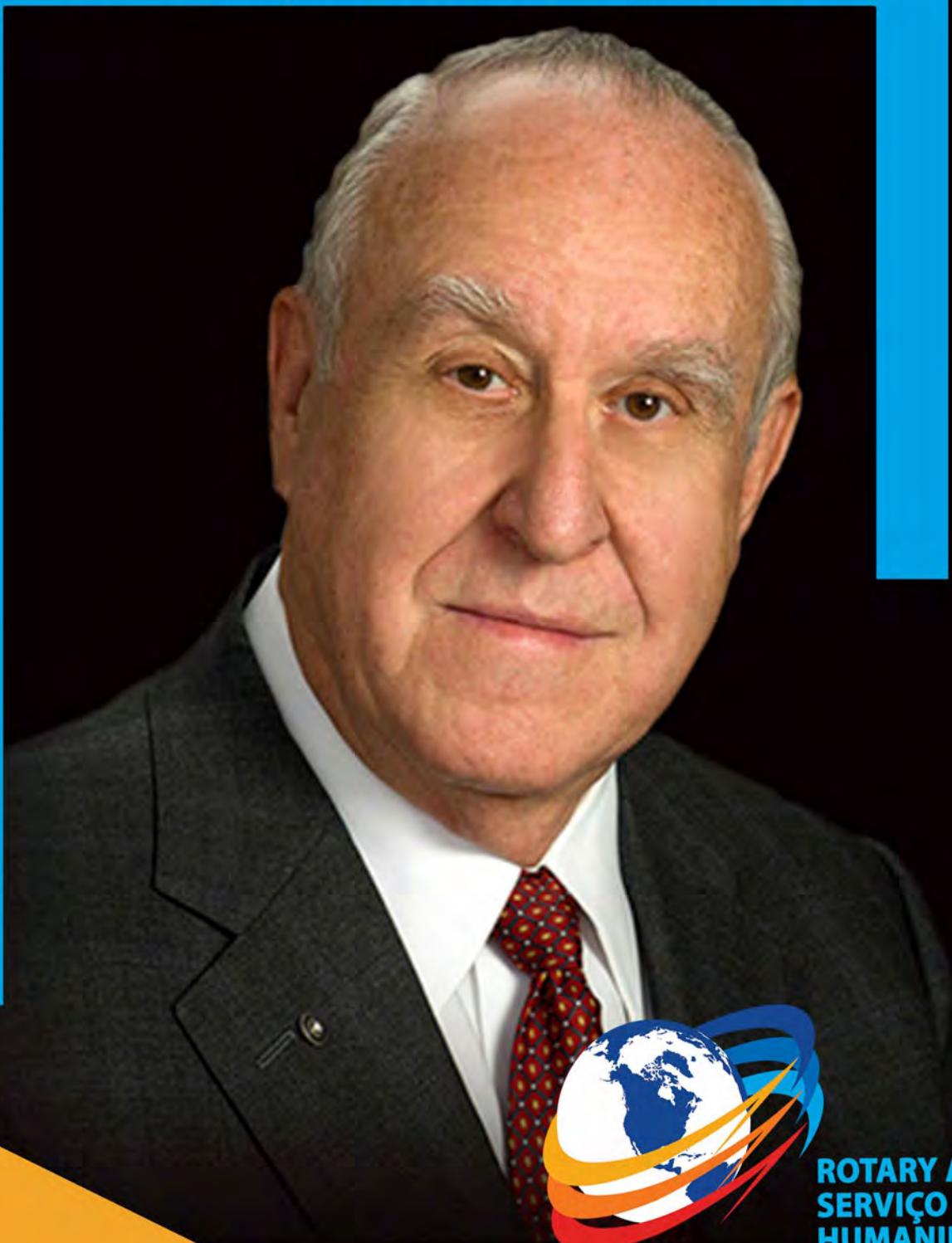


boletim mensal | ano XXXIII | nº 400 | julho de 2016



ROTARY AO  
SERVIÇO DA  
HUMANIDADE

**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 AO SERVIÇO DA HUMANIDADE”

Durante os últimos 111 anos, o Rotary teve diferentes significados para cada um. Através da nossa Organização, fizemos amizades, trabalhámos em favor das nossas comunidades e descobrimos um novo propósito. Criámos vínculos, progredimos nas nossas carreiras e vivemos experiências incríveis que não poderiam vivenciar-se noutro lugar qualquer. Em cada semana, nos nossos mais de 34.000 Clubes, os Rotários reuniram-se para conversar, trocar ideias e mesmo divertir-se. Acima de tudo, porém, unimo-nos em torno dum objectivo principal: servir a Humanidade.

Hoje, a nossa Organização atingiu um ponto importantíssimo, um verdadeiro marco histórico que determinará o seu futuro. Juntos, prestámos excelentes serviços humanitários no mundo; nos tempos vindouros, o mundo irá contar connosco para fazermos ainda mais. Chegou a hora de aproveitarmos o nosso sucesso: ao alcançarmos a erradicação da polio, impulsionaremos o Rotary com determinação e entusiasmo para que ele se torne numa força ainda maior em prol do bem.

Uma das mais importantes lições aprendidas na luta contra a paralisia infantil é também a mais simples: para levarmos o Rotary mais além temos de caminhar juntos e na mesma direcção. Garantir a continuidade na liderança (nos Clubes e nos Distritos e mesmo no Rotary International) é a única maneira de prosperarmos e atingirmos todo o nosso potencial. Não basta simplesmente conseguir novos associados e formar novos Clubes: a nossa meta não é simplesmente atingir um maior número de Rotários, mas Rotários capazes de fazer um trabalho de qualidade e com potencial para se tornarem bons líderes rotários no tempo que vem a seguir.

No final da vida, ao reflectir sobre a jornada que o levou a fundar o Rotary, Paul Harris escreveu: *“Esforços individuais podem atender a necessidades individuais, mas esforços conjuntos visam servir a Humanidade. O poder dos esforços conjuntos é ilimitado”.*

Harris não fazia, então, ideia de que mais de 1.200.000 Rotários uniriam forças e, por meio da Fundação Rotária, arranjariam recursos para servir a Humanidade. Podemos imaginar os grandes feitos que Paul Harris teria esperado do Rotary... É da nossa responsabilidade concretizá-los e é nosso privilégio continuar a tradição de colocar o Rotary ao Serviço da Humanidade.

Atenciosamente

John Germ (na capa), Presidente do R.I. 2016-2017.

## 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

**RELACIONES 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 AGOSTO

**Dia 4**

**REUNIÃO Nº. 2160** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
COMPANHEIRISMO.

## COMPANHEIRISMO

Em Agosto fazem anos os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais família:

## NATALÍCIOS

**Dia 11**

**REUNIÃO Nº. 2161** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

Dia 12 – Henrique Daniel de Avelar Lopes Cardoso

**Dia 18**

**REUNIÃO Nº. 2162** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
COMPANHEIRISMO.

Dia 14 – Dr<sup>a</sup>. Maria do Rosário Bastos de Jesus Chaves Lopes Cardoso

Dia 26 – Maria dos Prazeres da Silva Reis

## DE CASAMENTO

**Dia 25**

**REUNIÃO Nº. 2163** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO

Dia 2 – Jaime Alcino Filipe Poças

Dr<sup>a</sup>. Margarida Rosa Pinheiro Sousa Poças

## Em Festa no Nossa Distrito

Em Agosto assinalam o seu aniversário da admissão no Rotary International o Rotary Club de Leiria, no **dia 4**, e o Rotary Club do Porto, no **dia 26**.

Aqui deixamos votos de muitas felicidades aos nossos Companheiros.

## ÍNDICE

Rotary ao Serviço da Humanidade	1	Dicas Históricas do Rotary	12
Programa para o Mês de Agosto	2	Climas & Civilizações	13
Companheirismo	2	Poesia	14
Página do Presidente	3	Onde Recuperar	15
Somos Pobres!?	4	Boas Notícias em Português	16
Secretaria	5	Frases que marcaram	17
No Jubileu dos Rotários	7	Porquê sou Rotário?	18
A Transmissão de Mandatos.	8	Conheça os seus Maiores	19
A “Escrita de Alvão”	11	Culinária Internacional	20



# Página do Presidente

Jorge Silveira



Presidente 2016-17

## EA RODA RODOU...

Caros Amigos.

Chega o mês da renovação do Rotary, terminou um ano rotário (2015-2016) e abre-se um novo ciclo de serviço (2016-2017).

Sem dúvida, é a melhor tarefa realizada pelo nosso Movimento, esta da rápida sucessão dos líderes não só ao nível dos Rotary Clubs, mas também ao nível da hierarquia máxima de R.I..

Esta frescura que o Rotary traz neste dinamismo constante faz adivinhar a eternidade do mesmo.

Neste primeiro mês do calendário rotário é, pois, tempo de prestação de contas acerca de como correu o ano anterior e tempo de definir as metas e os objectivos do que está a iniciar-se.



Sob o lema “ROTARY AO SERVIÇO DA HUMANIDADE”, o novo Presidente do R.I., John Germ, que é dos EUA, afirma que nenhuma outra Organização está tão bem posicionada quanto a nossa para fazer uma diferença real e positiva no mundo.

As nossas únicas limitações são aquelas que impomos a nós mesmos.  
Vamos ao trabalho!

Um abraço amigo do  
Jorge Silveira



# Somos Pobres?

Certo cidadão de cá disse a um seu amigo norte-americano que Portugal é um país de gente pobre. Estupefacto com semelhante afirmação, o norte-americano observou-lhe:

-”Ora essa! Vocês são gente pobre como? Pois se:

- 1    vocês até são capazes de pagar por litro de gasolina o triplo do que eu pago!
- 2    vocês pagam comissões bancárias por serviços e por cartões de crédito três vezes maiores do que eu pago nos EUA!
- 3    quando podem pagar por um automóvel que me custa 12.000 dólares (€ 8.320,00), o que pagam é € 20.000,00 e pelo mesmo carro! Ou seja, dão mais de € 11.640,00 de presente ao Governo do que eu aqui!
- 4    pobres somos nós, os americanos: em Nova Iorque, o Governo do Estado, tendo em atenção a precária situação financeira dos seus habitantes, cobra apenas 2% de IVA, mais 4% de Imposto Federal, ou seja um total de 6%, o que se não compara com os 23% de IVA vigente em Portugal. E, para o não-chega, ainda pagam impostos municipais...
- 5    um Banco privado vai à falência e, apesar de nada terem que ver com isso, vocês é que pagam e protegem-no com o dinheiro que enviam para o Estado!
- 6    ao Governador do Banco de Portugal até pagam quase 2,5 vezes mais do que o que nós pagamos ao Governador do Banco Federal dos EUA!!!
- 7    até pagam o IVA com a emissão da factura, ou seja ainda antes de receberem do cliente (!), e pagam adiantamentos por conta do IRS como se todos os negócios dão ganhos, mau grado haver assaltos, o saque fiscal, a corrupção!
- 8    os pobres somos nós, os norte-americanos, pois não pagamos impostos sobre salários que sejam inferiores a 3.000 dólares mensais (o equivalente ao salário mensal de € 2.080,00 em Portugal).
- 9    vocês até pagam impostos do lixo, no consumo de água, de gás ou da electricidade, a segurança privada nos Bancos, e nós, os pobres norte-americanos, temos de nos conformar com a segurança pública, apenas!
- 10   vocês mandam os filhos para colégios privados financiados pelo Estado, mas a nós, cá nos EUA, as escolas públicas emprestam os livros aos nossos filhos pois admitem que não os poderemos comprar.
- 11   nós, nos EUA, não temos empresas públicas a perder fortunas todos os anos, nem temos PPP e outras coisas que tais, nem temos Fundações pagas pelos contribuintes!

Não, meu caro, vocês não são pobres: gastam é mal o dinheiro e, se calhar, sois tolinhos...”



# SECRETARIA MÊS

# JUNHO

Compº. Rui Amandi de Sousa



## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de **Fátima** – o Compº. Artur Lopes Cardoso; no Rotary Club da **Feira** – os Compºs. Américo Camarinha, António Meira e Ângelo Sá; no Rotary Club de **Gaia-Sul** – os Compºs. Américo Camarinha, António Meira, Ângelo Sá e Eurico Basto; no Rotary Club de **Lagos** – o Compº. Artur Lopes Cardoso; no Rotary Club de **Leça da Palmeira** – o Compº. Eurico Basto; no Rotary Club do **Porto** – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de **Sandim** – os Compºs. António Meira, Eurico Basto, Fernando Jorge Rocha e Jorge Silveira; em acção de formação do Interact, na Escola Secundária António Sérgio – o Compº. Artur Lopes Cardoso; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – o Compº. Artur Lopes Cardoso.

## TIVEMOS A HONRA DE SER VISITADOS

pelo Gov. António Vaz, com sua Mulher Marlene. Pelos Compºs. José Neves e Duarte Besteiro, este com sua Esposa Teresa, do Rotary Club de Gaia-Sul. Os Compºs. Filipe Leite de Sousa e Alzira Moreira, do Rotary Club da Feira. Os Compºs. Diogo Pereira, com sua mulher, Celeste, Álvaro Piedade e António Barbosa, do Rotary Club de Sandim. Pelo Compº. Paulo Soares, do Rotary Club de Senhora da Hora. Pelo Compº. Emílio Monteiro, com sua Mulher, Srª. Drª. Cristina, do Rotary Club de Vila do Conde. Pelo Compº. José Costa, do Rotary Club de Valongo. Pelo Compº. Henrique Maria Alves, do Rotary Club de Porto-Antas. Pelo Compº. ITC, António José Diogo, Representante Distrital do ITC. Pelos Compºs. ITC Ana Carolina Pinto da Silva, João Pedro Basílio, Carolina Silva Reis, Iolanda Carvalho Costa, Diana Brandão Rodrigues, Carmen Carmo Poças, Marta Sofia Silva, João Nuno Tabuaço, Ana Luisa Fonseca, Fábio Cristiano Sousa, Inês Domingues Pires, Gabriela Morais, Rita Abreu Romani, Mariana Álvares Moreira, Sónia Castro Lopes, Mariana Pinheiro, Joel Fabiano Ribeiro, Pedro Gustavo Matias, Ana Sofia Carvalho e Ana Margarida, do Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia. O

Sr. Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia, Artur Leite, com sua Esposa. Mestre Mário Ferreira da Silva. O Sr. Dr. Henrique Regalo. A Srª. Engª. Ana Cristina Lopes Cardoso, com suas Filhas Maria Manuel e Ana Isabel. O Exmº. Sr. Manuel Vilela, com sua Mulher, Drª. Idalina Vilela. Meninos Rodrigo e Rita Silveira, e Marta Lopes Cardoso.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

Cartas e “e-mail” a convidar para a nossa reunião festiva de Transmissão de Mandatos para o Governador do Distrito, para o Sr. Presidente da Câmara, para o Sr. Presidente da Assembleia Municipal, para o Representante Distrital do ITC, para o Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia, para a Presidente do Interact Club de ESAS-Vila Nova de Gaia, Compº. ITC Ana Carolina Pinto da Silva, para a Srª. Drª. Manuela Monteiro, para os Interactistas e para Mestre Mário Ferreira da Silva.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

**Programas** para o mês de Junho dos Rotary Clubes de Braga-Norte, Celorico de Basto, Coimbra, Espinho, Espoende, Gaia-Sul, Gondomar, Maia, Porto-Douro, Senhora da Hora e Vizela.

**Comunicações:** Mensagem do Gov. António Vaz referente a Junho. Carta do Governador a agradecer o convite para a nossa reunião festiva de Transmissão de Mandatos e a declinar-lo informando de que se fará representar pelo seu Assistente, o Cmpº. Paulo Soares. “E-mail” do Governador a apresentar candidata a eventual admissão no nosso Clube. Carta do Governador e PGD Bernardino Pereira solicitando informação do nosso Clube sobre posição acerca da incorporação do Distrito. Carta da Fundação Rotária Portuguesa com a guia de receita do trimestre. Do Gov. António Vaz, cartas de apelo a mais contribuições para a Fundação Rotária e para votação favorável à criação da Associação Rotary International - Distrito Rotário 1970. De RI Finance anunciando a emissão da factura semestral para o próximo ano rotário. Da Agência Lucas, o recibo do

pagamento da taxa do condomínio do 1º semestre de 2016. Do Rotary Club de Sandim a comunicar o cancelamento de sua reunião. Do Compº. Diogo Pedrosa, sobre o I Encontro de Clássicos e outra informando acerca dos resultados obtidos. Da Fundação Rotária Portuguesa informando da sua representação na sessão de atribuição de prémios escolares promovida pelo Rotary Club de Senhora da Hora. Facturas de Águas de Gaia, Montepio Geral (conta da “Casa da Amizade”) e jornal “Audiência”. Questionário da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia. Da Secretaria Distrital a comunicar o falecimento de Companheiro do Rotary Club de Ponte de Lima. Do Rotary Club de Espinho, a informar acerca do cancelamento de homenagem a cidadã que tinha sido anunciada. Da Fundação Rotária Portuguesa a solicitar informações sobre a composição do Conselho Director do nosso Clube em 2016-2017. Factura de consumo de electricidade da EDP. Extracto da conta do Banco Santander-Totta, da Associação Pro-Boletim do R. C. de Vila Nova de Gaia, e nota de lançamento na conta da “Casa da Amizade” do Montepio Geral.

**Convites:** do Rotary Club de Sandim, para sua reunião com palestra. Do Rotary Club de Gaia-Sul, para a cerimónia de entrega do Prémio “Helena Sá e Costa”. Dos Rotary Clubes de Marco de Canavezes e de Valongo para as suas respectivas reuniões festivas de Transmissão de Mandatos. Do Rotary Club de Espinho, para Concerto Solidário que promoveu. Do Rotary E-Clube Distrito 1970, para as cerimónias da entrega da sua Carta de Admissão em R.I.. Da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia para Concerto em que actuou Pedro Abrunhosa.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Le Rotarien”. “Portugal Rotário”. Boletins dos Rotary Clubes de Fafe e Senhora da Hora.

## PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS

“O Gaiense”. “Novo Audiência”.

VISITE O “SITE” DO NOSSO CLUBE EM:  
[www.rotaryvng.com](http://www.rotaryvng.com) ou [rotaryvng.pt](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



ESPECIALIZAMOS-NOS  
NA PRODUÇÃO PERSONALIZADA

**Inovação em  
ambientes  
cerâmicos**

**Almeida & Xavier, Lda.**

**Saniax**

**PME Lider**

**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



**TRATAMENTO  
com implantes**

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](mailto:clinica.santos1@sapo.pt)

**JORGE SILVEIRA**  
MÉDICO DENTISTA

**BRANQUEAMENTOS  
dentários**

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



# No Jubileu dos Rotários

Eurico de Lima Basto



## Todos os caminhos foram dar a Roma: o Jubileu dos Rotários em 30/04/2016

Neste dia, cerca de 9.000 Rotários estiveram na Praça de S. Pedro para uma audiência com o Papa Francisco, juntamente com outras profissões e paróquias.

O nosso Clube esteve representado pelos casais Eurico Basto e Marta e Rogério Cardoso e Antonieta.

Foi uma organização do Distrito 2080 muito deficiente, visto que nos cobraram € 40,00 por pessoa na perspectiva de ter um espaço reservado para os Rotários, o que não se verificou, ficando cada um entregue à sua sorte e, inclusive, seguramente por deficiência de informação, o próprio Papa nem nomeou a presença de tão relevante representação rotária (que incluía o Presidente e outros dirigentes do R.I.) naquela cerimónia.

Para além destas deficiências, ficou a forte impressão da simpatia do Papa e as suas magníficas palavras centradas na misericórdia que, aliadas à beleza daquela Praça, criaram uma ambiência de forte incidência espiritual que muito bafejou todos os presentes.

Uma magnífica cidade que pudemos visitar com algum detalhe e que nos inspirou com toda a carga histórica de diferentes épocas que detém e que é e será, a nosso ver, o centro do património histórico e monumental do mundo.



O Papa Francisco abençoa a multidão na Praça de S. Pedro.



# Transmissão de Mandatos

Foi noite de grande festa, e sob qualquer dos ângulos em perspectiva, aquela de 30 de Junho, justamente o dia exacto no qual terminaria o ano rotário: tivemos a grande festa da Transmissão de Mandatos da Presidente Mizi (2015-16) para o novo Presidente, o Compº. Jorge Silveira (2016-17), e a eliminação da Polónia pela selecção nacional portuguesa no Campeonato da Europa. Foi, porém, uma concorrência ... leal.

Tivemos a gentil presença do Gov. António Vaz, com sua Mulher e, presidindo pela última vez no ano a Compª. Mizi que abriu a sessão apenas com ligeiro atraso (ai! O futebol...). Fez-se, pois, a tradicional Saudação às Bandeiras e o Protocolo deu as boas-vindas e aludiu à composição da Mesa-de-Honra, ao que se seguiu a Secretaria.

Isto feito, teve lugar um dos momentos mais marcantes, qual foi a imposição dos emblemas ITC aos elementos que compõem o Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia, ao qual preside a Compª. ITC Ana Carolina. Um a um foram sendo chamados, a começar pela Presidente e, em seguida, o Clube recebeu das mãos do Governador o Certificado de Organização. E seguiu-se a Apresentação Rotária, que incluiu, já se vê, os jovens ITC. A apresentação de cada um destes foi estrondosamente celebrada com aplausos.

Jantou-se sem interrupção e, à sobremesa, reatando os trabalhos, a Mizi convidou a Presidente do ITC Ana Carolina para um momento de canto, ao que ela se não fez rogada e foi um encanto (voltaria a entoar outra canção mais tarde). E teve



A Presidente do Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia, Ana Carolina, recebe da nossa Presidente "Mizi" o respectivo emblema...



... e recebe do Gov. António Vaz o Certificado de Organização do seu Clube.



Ana Carolina encantou tudo e todos a cantar com a sua voz melodiosa e forte.



A Miita, na sua qualidade de Presidente da "Casa da Amizade", faz a sua intervenção.





*Na entrega dos títulos “Paul Harris”.*



*Presidente “Mizi” usa da palavra para descrever a trajectória do Clube em 2015-16...*



*... e distribui algumas lembranças de apreço e agradecimento.*



*Também transmitiram as Presidentes da “Casa da Amizade”: na foto, a Miita e a Patrícia, uma que sai e a outra que assume.*



*E, claro, mudaram os Presidentes: a “Mizi” passa os comandos para o Jorge Silveira.*





... Passagem de testemunho.



Acabado de tomar posse do cargo para presidir ao Clube em 2016-17, Jorge Silveira faz a sua alocução.



Eis o seu Conselho Director.

oportunidade de intervir a Presidente da “Casa da Amizade”, Miita, que, em breves palavras, descreveu o que fora a acção desenvolvida ao longo do ano e fez entrega de um cheque como donativo para o nosso Clube. Culminou com leitura de um poema motivador da sua autoria.

Outra significativa cerimónia se seguiria, qual foi a da entrega das insígnias de Companheiros “Paul Harris” um à nossa Presidente e o outro ao Compº. Rogério Cardoso. E foi chegada a altura de também proferir algumas palavras a Presidente do ITC Ana Carolina, o que ela fez com absoluto à vontade e pleno acerto (entretanto, o Polónia-Portugal ia para ... prolongamento).

No prosseguimento da reunião foi chegada a altura de competir à Presidente Mizi traçar uma panorâmica sobre como se comportara o Clube no ano da sua presidência. Fê-lo com graciosidade e recorrendo a “power-point” e bem será caso de se reconhecer que o Clube esteve particularmente activo no ano. Fez alguns agradecimentos e distribuiu algumas lembranças.

E assim se chegou ao momento (do grito de vitória da selecção portuguesa de futebol sobre a sua congénere polaca graças ao penalti defendido pelo Rui Patrício...) da “passagem do testemunho”: o Compº. Jorge Silveira recebeu da Mizi o emblema de Presidente e o colar e, por sua vez, ele impôs-lhe o emblema de ex-Presidente e foi ocupar o lugar da presidência, como cumpria.

A sonora pancada que deu no sino foi entusiasticamente aplaudida e ele teceu algumas considerações em torno do momento actual do Clube e de acções a empreender.

Deu a palavra ao Gov. António Vaz que, em curta intervenção, felicitou o Clube e deixou algumas reflexões.

E, com a vitória de Portugal a abrilhantar a noite, o Presidente Jorge deu a reunião por terminada a todos agradecendo a generosidade da respectiva participação



O Gov. António Vaz, também em termo de mandato, dirige a palavra ao Clube.

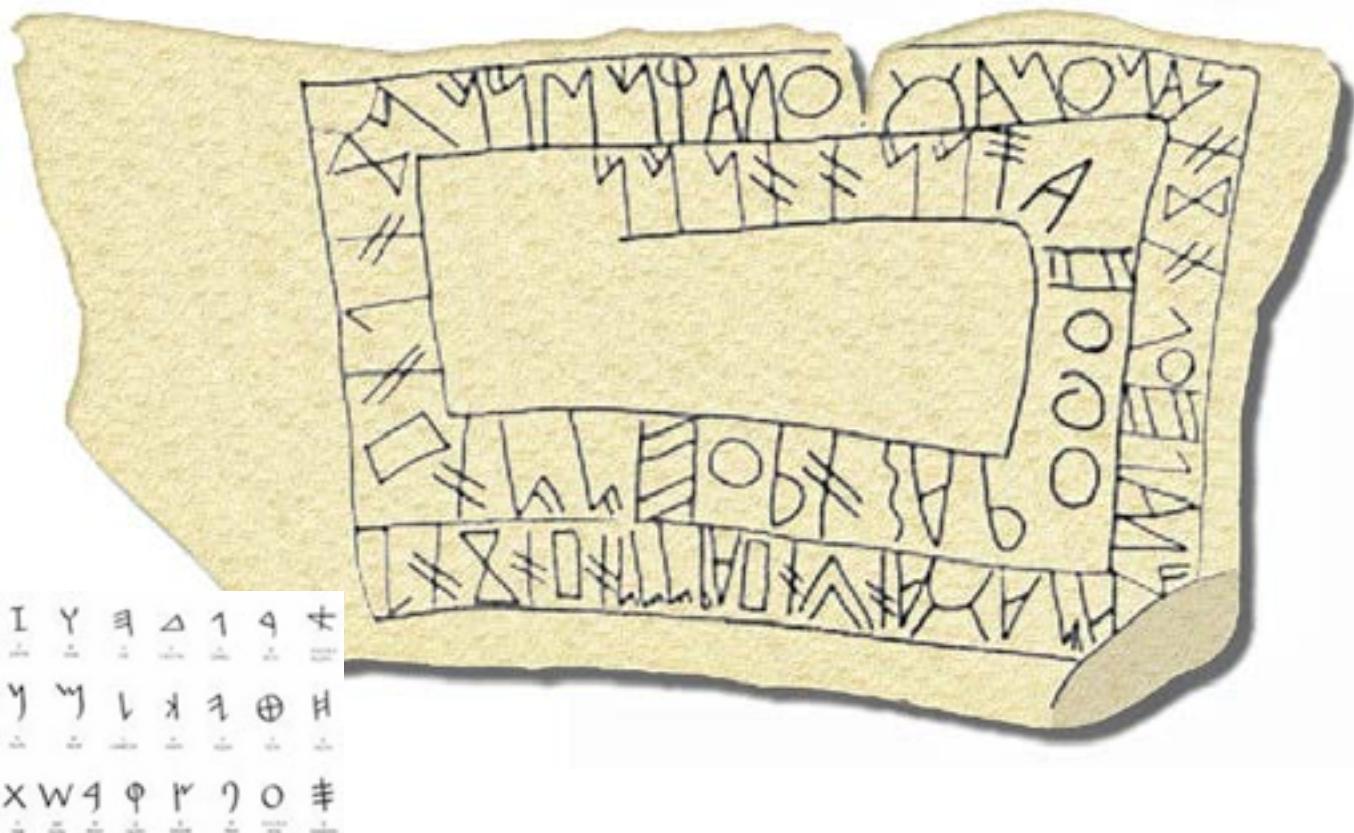


# A “Escrita do Alvão”

**E**m finais do Séc. XIX, foram encontradas na Serra do Alvão, Trás-os-Montes, junto a um dolmen, várias pedras esculpidas e gravadas com figuras idênticas às de Glozel. Foi-lhes atribuída uma antiguidade de mais de 4.000 anos. Descoberta extraordinária a que só veio a dar-se crédito quando, mais tarde, foram descobertas inscrições análogas em Glozel (França).

Têm formas de animais e de homens e mostram-se claramente gravadas com signos alfabéticos que começaram por ser classificados como ibéricos. Peritos na matéria concluíram que se trata duma linguagem desconhecida indo-europeia e já Platão afirmava que os Atlantes conheciam esta escrita, no que foi corroborado por Estrabão quanto aos Turdetanos, directos descendentes dos Tartéssios.

Assim, Portugal, e mais exactamente Trás-os-Montes, alberga estes vestígios idênticos aos encontrados em Glozel e que são expressão duma civilização perdida, porventura de finais do V milénio aC. até ao III milénio aC., e que terá construído o primeiro alfabeto do mundo há mais de 6.000 anos, porventura com raízes na Atlântida.



## Dicas Históricas do Rotary

### O INTERCÂMBIO DE GRUPOS DE ESTUDOS

Trata-se de um dos mais populares programas postos no terreno pela Fundação Rotária. O primeiro intercâmbio teve lugar em 1965 e realizou-se entre Distritos da Califórnia (EUA) e do Japão. Nas suas sucessivas edições, este programa já permitiu enriquecimento profissional a mais de 60.000 jovens profissionais de ambos os sexos e de todas as partes do mundo. Cerca de 15.000 equipas foram nele constituídas.

No essencial, funciona através do empareiramento de dois Distritos, cada um de seu país, que enviam e recebem as equipas que cada um constitui. A Fundação Rotária já aplicou neste intercâmbio cerca de 100 milhões de dólares.

No Intercâmbio de Grupos de Estudos é oferecida a oportunidade de cada participante entrar em relação com Rotários e suas famílias de país diferente, beneficiando de companheirismo e de hospitalidade.

Os profissionais que vão para outro país por alguns dias tem o ensejo de visitar explorações agrícolas, escolas, fábricas, escritórios e tudo o mais de modo a conhecer o teor de vida dos anfitriões.

Algumas equipas de IGE contribuíram mesmo para a realização de projectos humanitários levados a cabo com a participação dos cidadãos dos países envolvidos e frequentemente desta dinâmica vêm a resultar amizades que perduram no tempo.

É mesmo um programa eficaz para o desenvolvimento da paz e da compreensão mundial.





Christophe Olivier

# Climas & Civilizações

Rotary Club de Avignon Villeneuve

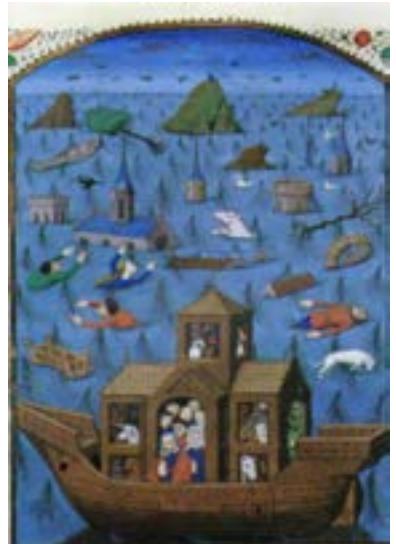
*De novo se nos deparou na bela Revista “Le Rotarien” um texto de enorme interesse para todo o leitor e ao qual não resistimos à iniciativa de o traduzir e, com a devida vénia, o colocar à fruição dos nossos leitores. Ele é da autoria de*

(continuação da edição anterior)

## O Dilúvio

Em 8.200 anos aC, um asteróide furou a crosta terrestre. Visto a partir de Pequim, sobrevoou em seguida o sul da Índia e terminou a sua viagem no Oceano Índico, ao largo das Ilhas Kerguelen. Amortecido por 3.800 ms. de profundidade, o choque foi, apesar disso, suficiente para criar uma cratera de 30 kms. de diâmetro (a cratera de Burckle). A trajectória do impacto, quase tangencial à Terra, terá provocado uma volta completa do Planeta. Tudo isto foi de tal maneira rápido (em menos de três dias) que as águas saíram brevemente do leito dos oceanos (6 dias), acabaram por se elevar até cerca de 2.200 ms. acima dos solos habitualmente emersos. Tudo o que era vegetal foi arrancado: abaixo desta altitude, o Dilúvio deixou grandes charcos de água salgada perdidos no meio de um deserto de lamas infinitas. Desapareceram brutalmente todas as civilizações, nelas incluída a mais famosa da época, o do Povo Indu.

Este cataclismo foi considerado como o fundador por todos os povos do mundo. Os poucos que escaparam encontraram-se nas zonas mais altas do Planeta (o mito de Babel surgiu imediatamente após a ocorrência do Dilúvio). Lá nos pontos altos, acima do limite do crescimento das árvores, as aldeias viviam num sistema espécie de pastoreio, cultivando alguns tubérculos e consumindo por vezes o leite das cabras. Quando os sobreviventes desceram para os vales, fundaram povoações longe da costa e rodeadas de campos e animais domésticos. Pela primeira vez em tal epopeia, os homens garantiram ter que comer, numa sobrevivência alimentar que permitiu a especialização de indivíduos no desempenho doutras tarefas. As primeiras civilizações vão aparecer, a organização por profissões vai impor-se, a noção de higiene vai retomar-se, a conservação dos víveres será norma, e vão multiplicar-se as descobertas. Rapidamente é inventada a escrita e a rede de pesca, mas ainda o elmo e o escudo. A busca propagação da agricultura e do ensino permite o aparecimento de novos grupos: artesãos, religiosos, militares e funcionários. A organização e o planeamento asseguram melhor a produção alimentar que o acaso – aleatório – da caça. Da noção de “povo” passa-se à de “civilização”. O comércio e as trocas ressurgem. A metalurgia expande-se (começando pela do bronze) e a partir da invenção do fole, passa-se a bater o ferro. Nessa época violenta do pos-Dilúvio, a maior parte dos matriarcados desaparece e impõe-se as dinastias masculinas. Da Pre-história, entra-se na História e o homem tornar-se-á em espécie dominante.



## O começo da História: a Antiguidade

Descendo das terras altas, os homens dispersam-se. As correntes oceânicas ainda se não tinham estabilizado, os regimes das chuvas espaçavam-se sem aviso prévio, prejudicando as colheitas. Das primeiras civilizações, as mais bem conseguidas, foram as que se instalaram ao longo de cursos de água orientados no sentido norte-sul e que desenvolveram sistemas de canais de irrigação.

(continua na próxima edição)



# Poesia

## POEMA SEM NOME

António Arnaut

Juro que é verdade: vi-o remexer  
com o braço exímio de pesquisador diário  
o caixote do lixo. Depois  
deu ao companheiro parte das migalhas  
e ambos mastigaram com a ansiedade  
de um rio galgando o dique  
de tantos invernos de gelo.

Eram duas crianças. Tinham olhos grandes  
doridos de cansaço e fome  
plantados na rua deserta  
naquele dia inconsequente  
de um de Janeiro de dois mil e catorze,  
ano novo para uns e ano velho  
para as crianças que começam a envelhecer  
quando a esperança está num caixote de lixo  
numa rua deserta onde lentamente  
os vejo desaparecer na indiferença da manhã.

Fechei a porta e enxuguei o sal  
a escorrer-me dos olhos até à alma  
e pus-me a escrever esta mágoa de mim  
este poema sem nome,  
não sei se por vergonha ou por revolta  
talvez por amor  
para matar também a minha fome.

## CUIDAR DE TI

António Vilhena

Cuidar de ti é trazer a Primavera cativa  
os aromas do amor num aquário azul  
peixes e beijos desenhados na boca.

Cuidar de ti é acordar corpo a corpo  
eternidade dos instantes sem pressa  
num mar de desejos em pleno fogo.

Cuidar de ti é ser tudo quanto somos  
guardar o antes e o depois na melodia  
de um verso que viva dentro de nós.

Cuidar de ti é dar-te sem que me peças  
nunca é muito se nos damos ao outro  
e ao sonho nesse mar a que regressas.

## DÁDIVA

Fernando Guimarães

Mais alto o olhar. Depois ali veremos  
aproximar-se aquilo que se espera  
há muito, como o início de um aceno  
conhecido talvez, porque era a margem

da paz que existiria noutros campos  
maiores como se fosse igual ao brilho  
que procurasse os olhos para ter  
outra razão sujeita ao novo gesto

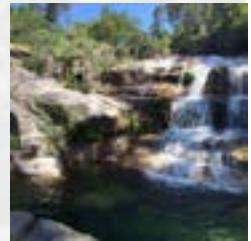
de se tornar apenas num encontro  
ainda maior. É tudo. Assim sabemos  
o que há muito se torna na certeza

de ser esta presença quase o último  
ramo da mesma árvore em que se veja  
o movimento para estarmos juntos.



# Onde Recuperar

Estamos no Verão, altura do ano de deslocações veraneantes. Todavia, importa que o leitor Rotário mantenha a sua assiduidade rotária em bom nível. E, como normalmente os do nosso Distrito se vão para terras do Distrito 1960, aqui fica um resumo de onde e quando pode recuperar neste Distrito.



**2<sup>a</sup> – feira:** Alcobaça (na Sede), Caldas da Raínha (Sede), Fátima (Hotel “Fátima”), Lisboa-Estrela (Hotel “Real Parque”), Lisboa-Lumiar (Rest. “Toledo”), Loulé (Sede), Oeiras (Sede), Portimão (Rest. “Capacho” - almoço), Sintra (Hotel “Tivoli Sintra”).

**3<sup>a</sup> – feira:** Abrantes (Rest. “Cascata”), Algés (Rest. “Caravela d’Ouro”), Almada (Hotel “Costa da Caparica”), Almeirim (Café na R. da Caridade), Angra do Heroísmo (Hotel “Caracol”), Barreiro (Rest. “Leão d’Ouro”), Cascais-Estoril (Sede), Castelo Branco (Hotel “Raínha D. Amélia”), Estoi Internacional (Pousada Palácio de Estoi - almoço), Évora (Hotel “D. Fernando”), Faro (Hotel “Eva”), Funchal (Hotel “Meliã Mare” - almoço), Lagos (Casa de Stº. Amaro - Sede), Lisboa (Hotel “Tivoli” - almoço), Lisboa-Benfica (“Lisbon Marriott Hotel”), Lisboa-Centennarium (Hotel “Zenit”), Lisboa-Parque das Nações (“Vip Executive Art’s Hotel”), Machico-Santa Cruz (Hotel “Four Views Oásis”), Moita (Rest. “A Freira”), Montijo (“Tryp Montijo Parque Hotel”), Odivelas (Rest. “Quinta do Bretão”), Praia da Rocha (Hotel “Júpiter”), Santarém (Hotel “Santarém”), Sesimbra (“Hotel do Mar”), Sines (“Casa do Médico”), Torres Vedras (Hotel “Império Jardim”), Vila Franca de Xira (“Lezíria Park Hotel”).

**4<sup>a</sup> – feira:** Almancil Internacional (“Conrad Algarve Hotel” - almoço), Entroncamento (Sede), Lisboa-Belém (Hotel “Vila Galé Ópera”), Lisboa-Norte (Hotel “Intercontinental”), Ponta Delgada (Hotel “Marina Atlântico” - almoço), Portela (Hotel “Radisson Lisboa”), Tavira (Rest. “Vale del Rei”).

**5<sup>a</sup> – feira:** Albufeira (Hotel “Alísios”), Beja Cidade (Sede), Benedita (Sede), Bombarral (Sede), Carnaxide (“Amazónia Jamor Hotel”), Horta (“Faial Resort Hotel”), Lisboa-Centro (Hotel “Corinthia Lisboa”), Lisboa-Oeste (Hotel “Sheraton” - almoço), Lisboa-Olivais (Hotel “Radisson Blue”), Loures (Sede), Olhão (Rest. “Franguinho”), Palmela (Rest. “D. Isilda”), Parede-Carcavelos (Hotel “Praia Mar”), Peniche (Rest. “Nau dos Corvos”), Pico, Portalegre (Rest. “O Martinho”), Porto de Mós (Sede), Rio Maior (Sede), Setúbal (Rest. “O Quintal”), Silves (“Holiday Inn” - almoço).

**6<sup>a</sup> – feira:** Mafra (Sede).



# BOAS NOTÍCIAS

**EM PORTUGUÊS**

## “SUB-17”



Em futebol, a Selecção Portuguesa de “Sub 17” ganhou pela sexta vez o Campeonato Europeu, tendo vencido a selecção espanhola na final do torneio que se disputou em Baku, no Azerbaijão.

## ENTRE AS 30 MAIS BONITAS!



A aldeia histórica de Monsanto, no concelho de Idanha-a-Nova, foi considerada como uma das 30 mais bonitas aldeias de toda a Europa pelas agências de viagens do Japão, constituindo mesmo a única presença portuguesa na lista que, a tal respeito, foi elaborada pela Agência de Viagens do Japão. Mais de 300 agentes de viagens e profissionais do turismo participaram na votação.

## O MÁXIMO!!!

Apesar de só ir ter lugar de 11 a 18 do próximo mês de Agosto, o “Boom Festival 2016” que se vai realizar nas proximidades de Idanha-a-Nova tem já desde o passado

mês de Dezembro a lotação esgotada, tendo sido os 33.000 ingressos respectivos vendidos em apenas 34 dias! Este, que é o mais internacional dos festivais musicais



do País e se realiza bienalmente nas margens da albufeira da Barragem Marechal Carmona, conta na sua edição de 2016 com a frequência de pessoas originárias de 161 países. O “Boom Festival” é um festival de música e também um extraordinário evento de cultura independente e multidisciplinar que reúne mais de 800 artistas de várias expressões criativas, como videoarte, pintura, instalações, “land art”, teatro, cinema, música e multimédia. Já foi reconhecido pela ONU pelo seu empenho na sensibilização ambiental.

## A MAIS MEDALHADA

A Adega do Cartaxo foi a produtora que mais medalhas conquistou no Concurso Mundial de Bruxelas, da região Tejo. O seu vinho “Bridão Alicante Bouschet 2013” foi distinguido com um Grande Ouro.



## NO TOP 50

A Escola de Economia da Universidade Católica de Lisboa tornou-se na instituição portuguesa ligada ao ensino com a maior classificação na edição de 2016 do “ranking” de formação para executivos definido pelo periódico britânico “Financial Times”. Está entre as 50 melhores do mundo!. Seguem-se-lhe as Faculdades de Economia da Universidade Nova de Lisboa e da Universidade do Porto.



# Frases Que Marcaram



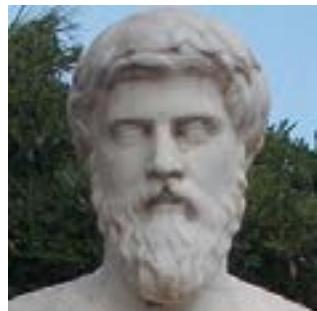
*“Mais sagrados são os braços que trabalham que os lábios que rezam.”*

**Madre Teresa de Calcutá**  
(1910-1997)



*“Homem sou e nada considero que me seja alheio, do que é humano.”*

**Terêncio**  
(190-159 aC)



*“A alma mais forte e mais bem constituída é aquela que os sucessos não orgulham e que não se abate com os revezes.”*

**Plutarco**  
(46-120)



*“As boas intenções têm sido a ruína do mundo. As únicas pessoas que realizaram qualquer coisa foram as que não tiveram intenção alguma.”*

**Óscar Wilde**  
(1854-1900)



*“Eu acho que o segredo da nossa personalidade está naquilo que nós ignoramos de nós próprios. Quando pretendemos racionalizar, as coisas escapam-nos.”*

**Natália Correia**  
(1923-1993)



*“Estamos todos obrigados, para tornarmos a realidade suportável, a cultivar algumas das nossas pequenas loucuras.”*

**Marcel Proust**  
(1871-1922)



*“Somos um povo de analfabetos. Destes, há alguns que não sabem ler.”*

**Vergílio Ferreira**  
(1916-1996)



*“Não corrigir as nossas falhas é o mesmo que cometer novos erros.”*

**Confúcio**  
(551 aC – 479 aC)

# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



**NOTA** – Foi Director e Tesoureiro do Rotary International em 1987-89. Foi Presidente do Rotary em 1996-97. É membro do Rotary Club de Arrecifes, Buenos Aires (Argentina), com a classificação “Serviços de Contabilidade Pública”.

Tinha somente 22 anos quando um amigo meu me dirigiu um convite para entrar no Rotary. Disse-me: -"Irás ter a oportunidade de ajudar os outros, de retribuir de algum modo a esta comunidade que tanto já te deu e de fazer novos amigos em toda a parte onde o Rotary existe."

Bom, aceitei. E hoje, 29 anos vão passados, estou convencido de que SOU ROTÁRIO PORQUE:

Creio nos valores espirituais do homem e no companheirismo como uma oportunidade de servir os outros.

Sei que o Rotary é uma escola na qual somos ensinados na área da boa cidadania, onde as pessoas se reúnem para aprenderem a trabalhar e para trabalharem enquanto aprendem.

Interiorizei os princípios e os ideais do Rotary na minha vida e, quando os compartilho com a minha família, me servem de guião e trazem-nos felicidade e maior união.

Creio que a minha profissão é algo de muito mais que um meio de ganhar a vida, pois é uma fascinante oportunidade de influenciar o comportamento, o pensamento e o trabalho de milhares de seres humanos através do exemplo que o Rotary me deu de ajudar os outros.

Creio que a grandeza do Rotary reside no facto de saber como liderar homens segundo um novo esquema e por um melhor modo de pensar; o Rotary ensina-os a serem práticos, generosos e a servir o seu próximo.

Creio que o verdadeiro valor do homem está na opinião que ele tem acerca de si mesmo; o que é que ele significa para a sua família, para a sua comunidade, para o seu país e para o mundo, e como é que ele se posiciona perante Deus. Ser Rotário significa para mim que encontrei o lugar justo e, na vida, um sentido verdadeiro.

Por tudo isto e ainda muito mais ... TENHO ORGULHO EM SER ROTÁRIO.

Luís Vicente Giay



# Conheça os seus Maiores

## QUIRINO DE JESUS

Nasceu em 1855 e veio a falecer em 1935. Nasceu em Lisboa e aqui se finou. Foi advogado, jornalista e economista e escreveu obras como “Nacionalismo Português”, “Lusa Epopeia” e “Crise Portuguesa”, sendo esta em colaboração com Ezequiel de Campos. Dirigiu a revista “Economista Português” e foi funcionário superior da Caixa Geral de Depósitos.



## DOMINGOS DOS REIS QUITA

Nasceu em 1728 e faleceu em 1770. Foi um notável poeta. Escreveu as tragédias “Inês de Castro”, “Hermione” e o drama pastoril “Licore”. Almeida Garrett considerou-o como o primeiro bucólico português.



## AMÍLCAR DA SILVA RAMADA CURTO

Nasceu em 1886 em Lisboa, e aqui faleceu em 10 de Outubro de 1961. Foi advogado, político, tribuno, jornalista e autor dramático. Exerceu as funções de Ministro das Finanças e do Trabalho e foi várias vezes deputado antes de 1926. Escreveu peças de teatro como “A Cadeira da Verdade”, “Recompensa” e “As Meninas da Fonte da Bica”. Também foi autor de obras jurídicas como “A Coacção no Direito Civil Português” e “O Código Civil e os Emprazamentos”.



## ANTÓNIO MONTEIRO RAMALHO

Nasceu em 1859 e finou-se em 1916. Foi apreciado pintor sendo suas principais obras “Uma Nesga de Paris” e “Claustro de Celas”. Também foi um notável aguarelista.



## JOSÉ DUARTE RAMALHO ORTIGÃO

Nasceu em 1836 e veio a falecer em 1915. Foi um extraordinário escritor distinguindo-se principalmente com “As Farpas”, obra que escreveu em parceria com Eça de Queiroz. Além desta, escreveu ainda “Em Paris”, “As Praias de Portugal”, “A Holanda”, “O Culto da Arte em Portugal”, etc. Usava de um estilo muito subtil, colorido e robusto que presidiu a textos seus em torno da moral cívica, a educação física, a ciência e a literatura, a estética e para a defesa dos valores artísticos do País.



## JÚLIO RAMOS

Nascido em 1868, finou-se em 1945 e foi um excelente pintor paisagista. Notabilizou-se sobretudo pelas suas telas dedicadas a poentes. Foi o autor de trabalhos como “Estrada de Milheiros”, “A Filha do Caseiro”, “Um trecho do Ave no Inverno”, “Paisagem e Margem do Rio Lima”.



# CULINÁRIA INTERNACIONAL

Estamos no Verão, a época do ano que mais ligada temos à ideia de praia e de mar. Então leves e frescas saladas vêm mesmo a calhar, não acha?

## PORtUGAL



### Salada de queijo e alface

**Ingredientes:**

- 4 alfases roxas
- 100 grs. de fiambre
- 4 batatas pequenas cozidas
- 100 grs. de queijo branco
- 1 alface francesa pequena
- sal e pimenta branca
- 1 colher de sopa de vinagre
- 2 colheres de sopa de azeite virgem



**Preparação:** limpar e lavar a alface roxa, cortá-la em juliana e misturar nela o fiambre, também cortado, as batatas aos cubos, o queijo em tiras e a alface francesa cortada. Forre uma saladeira com a alface francesa e disponha por cima a mistura anteriormente feita. Tempere com sal, pimenta acabada de moer, vinagre e o azeite

### Salada refrescante

**Ingredientes:**

- 200 grs. de peito de frango
- 2 colheres de sopa de vinho branco seco
- 1 cebola pequena
- sal e pimenta a gosto
- 1 colher de chá com caril
- 1 cebola roxa
- 200 grs. de feijão verde
- 10 ovos de codorniz
- 1 tomate amarelo
- 200 grs. de bolbo de funcho
- azeite virgem
- vinagre balsâmico a gosto



**Preparação:** cortar a carne e temperá-la com vinho branco, cebola picada, sal e pimenta moída grosseiramente e caril. Ponha a assar no forno por uns 15 minutos. No mesmo tabuleiro asse a cebola roxa descascada e embrulhada em papel de alumínio. Coza à parte o feijão verde e os ovos. Corte a carne em fatias e deixe arrefecer. Escorra o feijão verde e corte aos bocados em viés. Descasque os ovos e corte-os ao meio. Misture numa saladeira a carne, o feijão, os ovos, a cebola roxa cortada, o tomate em meias-luas e o funcho cortado em tiras. Regue tudo com o azeite e o vinagre balsâmico e misture.

E tenha um bom apetite e umas reparadoras férias!





### 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](mailto:geral@lancasterschool.pt)

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

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