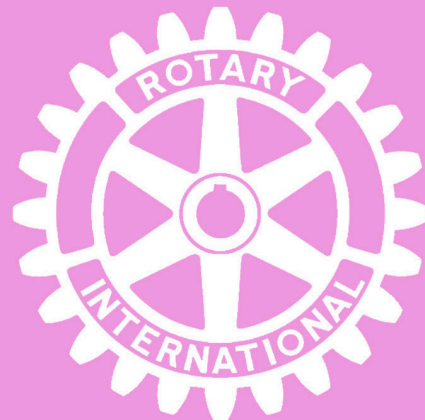
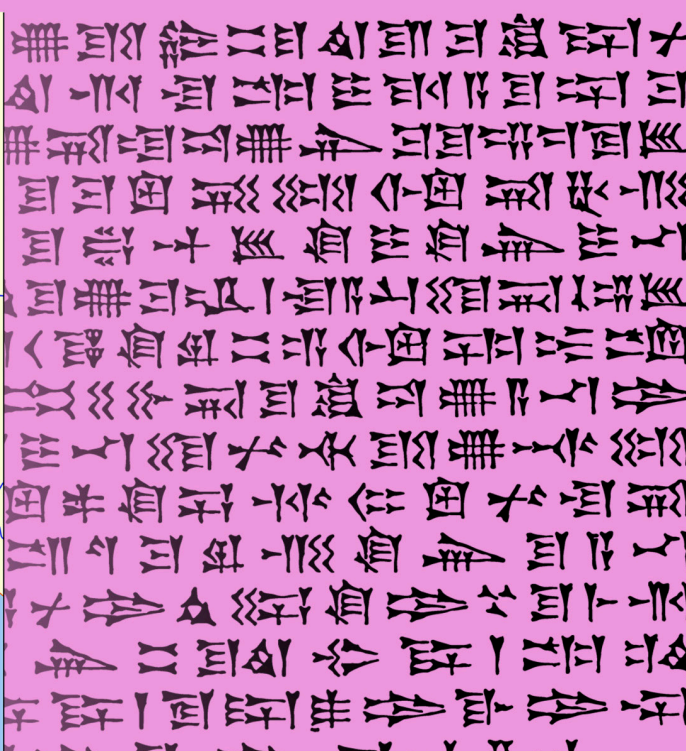


# Rotary

## Club de Vila Nova de Gaia



nº 506 | boletim mensal ano XLII maio de 2025



Lugares na Mesopotâmia mencionados pelo Cilindro de Ciro





# SAIMÓVEIS

SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados  
na Compra e Venda de:

LOJAS • ESTABECIMENTOS • ARMAZÉNS  
ESCRITÓRIOS • ANDARES • APARTAMENTOS  
QUINTAS • TERRENOS

Praceta 25 de Abril, 109 - 1º E  
4430-257 Vila Nova de Gaia  
Portugal  
Telefone: 223 771 660  
Fax: 223 703 212  
E-mail: [samil@salmoveis.pt](mailto:samil@salmoveis.pt)  
Web: [www.salmoveis.pt](http://www.salmoveis.pt)

## Estamos disponíveis para si!

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



GRUPO  
BANDEIRA PINTO  
E CAMARINHA

### FARMÁCIA PORTELA



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

### FARMÁCIA SÃO JOÃO



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

### FARMÁCIA CORREIA

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

Membro n.º 12 028 do Rotary International  
Admitido em 13 de Janeiro de 1973, então no Distrito 176 – actualmente Distrito 1970

Pessoa colectiva n.º 501 765 751  
Reúne às Quintas-feiras no HOTEL HOLIDAY INN PORTO--GAIA

Rua Diogo de Macedo, 220, 4400-107 Vila Nova de Gaia Tel.: 22 374 7500: Fax 22 374 7576

\*

Associação Pro-Boletim do Rotary Club de Vila Nova de Gaia Pessoa colectiva n.º 503 231 053

\*

**SECRETÁRIO EXECUTIVO DIRETOR** – Américo Camarinha  
**CONSELHO DIRETOR**

**PRESIDENTE** – Filomena Aguiar  
**PRESIDENTE ELEITA** – Raquel Lima  
**VICE PRESIDENTE** – Artur Lopes Cardoso  
**1º SECRETÁRIO** – Raquel Lima  
**2º SECRETÁRIO** – Alexandra Fontes Pinto  
**3º SECRETÁRIO** – Henrique Lopes Cardoso  
**1º TESOUREIRO** – Maria do Céu Gonçalves  
**2º TESOUREIRO** – Justa Castro  
**1º PROTOCOLO** – Rogério Leal Cardoso  
**2º PROTOCOLO** – Inês Ferraz  
**3º PROTOCOLO** – Francisca Neves

#### COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

**PRESIDENTE** – Bartolomeu Pereira  
**PROGRAMAÇÃO SEMANAL** – Artur Lopes Cardoso, Filomena Aguiar, Raquel Lima  
**“WEBSITE” e estratégias**  
**“WEB”** – Henrique Lopes Cardoso, Alexandra Fontes Pinto  
**EVENTOS SOCIAIS** – Ana Maria Cunha, Rogério Cardoso  
**MANHÃS CULTURAIS** – Artur Lopes Cardoso, Fátima Passos  
**SEDE** – Américo Camarinha, Marco Gomes

#### COMISSÃO DE DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

**PRESIDENTE** – Jorge Silveira  
**ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS** – Ângelo Sá, Inês Ferraz, “Mizi” Reis  
**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Manuel Júlio Santos, Ângelo Sá  
**FORMAÇÃO/INFORMAÇÃO** – Artur Lopes Cardoso, Inês Ferraz

#### COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM

**PRESIDENTE** – Henrique Lopes Cardoso  
**RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL** – Henrique Lopes Cardoso  
**BOLETIM DO CLUBE** – Artur Lopes Cardoso, Fátima Passos  
**PUBLICIDADE & MARKETING** – Jaime Poças, António Meira  
**DELEGADA À REVISTA** – Alexandra Fontes Pinto

#### COMISSÃO DE PROJETOS E PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

**PRESIDENTE** – Fátima Passos  
**SERVIÇOS À COMUNIDADE** – António Meira, Maria de Fátima Meira  
**SERVIÇOS PROFISSIONAIS** – Francisca Neves, Mónica Gonçalves, João Camarinha  
**SERVIÇOS À JUVENTUDE** – Marília Raro, “Mizi” Reis, Marco Gomes  
**SERVIÇOS INTERNACIONAIS** – Rogério Cardoso, Manuel Júlio Santos  
**ALDEIA SOS** – Américo Camarinha, Ana Maria Cunha, Ângelo Sá

#### COMISSÃO DE THE ROTARY FOUNDATION

**PRESIDENTE** – Rogério Leal Cardoso  
**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças, Artur Lopes Cardoso, Mercês Ferreira  
**SUBSÍDIOS** – Justa Castro

**CASA DA AMIZADE:** Antonieta Cardoso

BOLETIM MENSAL | ANO XLII • Nº 506 | MAIO DE 2025

## UMA LÁSTIMA...

É bem antiga, por sinal, a ideia de se definirem os Direitos Humanos fundamentais. As aturadas pesquisas históricas a tal respeito levaram a que se remontasse aos tempos do rei da Pérsia Ciro II (nasceu em Ansã e faleceu em Pasárgada, no Irão) que reinou de 559 a 530 aC e ficou conhecido com os cognomes de “O Grande” ou “Presbítero”. Foi o fundador do Império Aqueménida. Ciro, sábio que era, entendeu definir direitos humanos essenciais a cujo conhecimento se chegou após muito tempo decorrido até que se encontrou o famoso “Cilindro de Ciro”, em barro cozido, no qual, em escrita cuneiforme e na língua da Arcádia, após a conquista da Babilónia Ciro mandou gravar os Direitos Humanos essenciais então reconhecidos. Estava-se em 539 aC.

O conteúdo do “Cilindro de Ciro” é hoje considerado como o precursor da “Magna Carta” (1215), ou da “Petição de Direitos” (1628), da Constituição dos Estados Unidos da América do Norte (1787) ou da “Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão”, da França (1789).

Viria a ser assimilado na Declaração Universal dos Direitos Humanos sufragada pela ONU na sua Assembleia Geral realizada em 10 de Dezembro de 1948 e foi votada favoravelmente pelo nosso País, aliás membro de pleno direito da ONU e mesmo elemento co-fundador dela.

Hoje em dia temos como Dia Internacional dos Direitos Humanos o dia 10 de Dezembro, assim como a nossa Assembleia da República determinou o assinalar de tal dia em 1998.

Para defesa dos Direitos Humanos há um órgão jurisdicional internacional, ou seja o Tribunal Europeu dos Direitos Humanos. Tem sede em Estrasburgo e resultou da Convenção Europeia dos Direitos Humanos realizada em Roma a 4 de Novembro de 1950. Ficou instalado e começou a funcionar em 3 de Setembro de 1953. A ele pode recorrer qualquer cidadão que se veja prejudicado nos seus direitos fundamentais.

Ora, tem-se verificado que o Estado Português é um dos mais frequentemente levados à “barra” deste tão importante tribunal internacional graças a suas más práticas violadoras de Direitos Humanos, estas da parte de alguns dos seus organismos. Desde há vários anos que o nosso Estado é demandado no referido Tribunal e aí condenado sucessivas vezes em multas e no pagamento de avultadas indemnizações a favor de cidadãos e outros por violar os referidos Direitos Fundamentais. E não se julgue que se tratará de coisas de somenos importância. Longe disso, porquanto estamos a falar em valores de ... milhões! Além duma desqualificada imagem internacional que, como será natural, emerge de tal quadro negro...

Mas, pior ainda, existem mesmo casos de condenações do Estado Português (um dos maiores “clientes” do referido Tribunal Europeu, o que se afigura, de todo, lamentável) transitadas em julgado desde há mais de 5 anos, ainda por cumprir pelo relapso Estado!

E, veja-se, estamos a falar de País (o nosso...) co-criador do referido Tribunal e desde sempre subscritor da Declaração Universal!!! Uma clara hipocrisia.

Não sei o que acha o leitor. Porém, a mim... este indecoroso quadro deixa-me envergonhado.

ALC

**Capa:** o “Cilindro de Ciro”.

# Programa para o mês de Junho

## DIA 5

**REUNIÃO Nº. 2573** 15 horas - Na ALDEIA DE CRIANÇAS SOS, em Gulpilhares.  
Visita à CASA DOS ROTÁRIOS após as obras de reabilitação a que foi sujeita.  
Lanche de Companheirismo.

## DIA 12

**REUNIÃO Nº. 2574** 21 horas - Café.  
COMPANHEIRISMO – Formação e pre-organização da reunião festiva de Transmissão de Mandatos (a).

## DIA 19

Cancelada por ser Feriado Nacional e Dia Santo.

## DIA 26

**REUNIÃO Nº. 2575** 20,30 horas - Jantar festivo no Hotel Holiday-Inn Porto/Gaia com cônjuges e convidados.  
Homenagem a Profissional Distinto: o Sr. Prof. Doutor Ricardo Fontes de Carvalho, Director do Departamento de Cardiologia do Centro Hospitalar de Gaia/Espinho.

(a) – reunião na nossa Sede.

## Índice

Uma lástima .....	1
Programa para o mês de Junho .....	2
Companheirismo .....	2
Página da Presidente .....	3
O Castelo de Gormaz .....	4
Secretaria .....	5
Viagem de Geminação .....	6
Noticiário Rotário .....	9
Uma nova liderança .....	10
Saiba quem foi ... ..	11
Momentos Históricos do Rotary .....	12
Factos e Feitos da nossa História .....	13
Boas Notícias em Português .....	14
Frases que Marcaram .....	15
Remodelação SOS .....	16
Rotários assim disseram .....	17
“Comely Bank” .....	18
Conheça os seus Maiores .....	19
Culinária Internacional .....	20

# Companheirismo

Em Junho assinalarão festivamente aniversários:

## DE NASCIMENTO

Dia 3 – Compª. Maria Raquel Ribeiro Lima

Dia 11 – Compº. Ângelo Gomes de Sá

Compº. Luís Jorge Moreira Pinto da Silveira

Dia 30 – D. Maria Lisette Castro Pinto Areias de Sousa

## Clubes em Festa

Os Rotary Clubes de Amarante, Coimbra-Saúde, Feira e Régua – no **dia 1**.

Os Rotary Clubes de Celorico da Beira, Ermesinde e Murtosa – no **dia 5**.

Os Rotary Clubes de Aveiro e Penafiel – no **dia 7**.

O Rotary Club de Valongo – no **dia 9**.

Os Rotary Clubes de Coimbra, Douro e Vouga Internacional, Seia e Vila Verde – no **dia 11**.

O Rotary Club de Fafe – no **dia 19**.

O Rotary Club de Pombal – no **dia 21**.

O Rotary Club de Senhora da Hora – no **dia 23**.

Os Rotary Clubes de Douro-Saúde e de Lamego – no **dia 24**.

Os Rotary Clubes de Porto-Foz e da Trofa – no **dia 25**.

O Rotary Club de Porto-Oeste – no **dia 27**.

O Rotary Club de Arouca – no **dia 30**.

Um apertado abraço a todos!!!



# Página da Presidente



Filomena Frazão de Aguiar

Presidente 2024-25

## Maio: Mês dos Serviços à Juventude

Queridos Companheiros e Amigos,

Maio é, no calendário rotário, o **Mês dos Serviços à Juventude** - um tempo especial que nos lembra da nossa responsabilidade de inspirar, apoiar e capacitar os jovens que são, afinal, o presente e o futuro das nossas comunidades.

No Rotary Club de Vila Nova de Gaia, acreditamos que investir na juventude é semear esperança, liderança e cidadania.

Através de programas como o **Interact**, o **Rotact**, as **Bolsas de Estudo**, os **Concursos de Mérito** e tantos outros projetos de apoio educativo e social, damos ferramentas aos jovens para sonharem mais alto e serem agentes de mudança.

Este mês convido todos a reforçarmos o nosso compromisso com os mais novos - a escutá-los, a dar-lhes espaço, a envolvê-los e a mostrar que o **companheirismo e o serviço** também se constroem com o

entusiasmo da juventude. Porque quando confiamos nos jovens, estamos a construir um mundo mais justo, mais inclusivo e mais solidário.

Com o calor humano que nos une, vamos continuar a **servir a juventude com coração e visão**.

Porque juntos, fazemos a diferença - hoje e sempre.

Com amizade e gratidão,



## A MAGIA DO ROTARY

# O Castelo de Gormaz

Fica em Espanha, mais exactamente no Município de Gormaz, Província de Sória, norte da Península Ibérica, ou seja na Comunidade Autónoma de Castela e Leão. É uma enorme fortificação erigida numa montanha, que permite fazer o controle das rotas dirigidas ao norte e o Rio Douro.

A elevação na qual o castelo se encontra foi cobrada ao longo dos séculos IX e X. O castelo foi edificado pelos muçulmanos e conquistado pela cristandade em 912. Viria, porém, a ser retomado por aqueles no tempo do califado de Aláqueme II. Este ampliou-o com obras que se estenderam de 955 a 966.

Os Cristãos retomaram-no em 978 e nele ficaram até 983, ano em que o castelo foi retomado por Almanzor. Foi alvo de sucessivos ataques até 1060. Em 1060, D. Fernando I, de Castela, reconquistou-o em definitivo.

Rodrigo Diaz de Vivar, “El Cid”, tornou-se Senhor de Gormaz desde 1087, ano em que foi realizada a fundação da povoação.

O Castelo de Gormaz é monumento nacional de Espanha desde 1931.

É, ainda nos actuais tempos, a maior fortificação da Europa-, com um enorme perímetro de muralhas de 1.200 ms. de extensão, 446 ms. de largo e 28 torres cilíndricas. É de planta alongada que se desenvolve de este para oeste. O castelo constitui um conjunto de duas partes, separadas por um fosso.

É relativamente perto de si, leitor. Pelas suas extraordinárias dimensões, a sua imponência e o seu agradável estado de conservação e muito mais, merece mesmo a sua visita.

Vá, pois, admirá-lo.







Comp.ª Maria Raquel Lima

## Secretaria A b r i l

### RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Amman-Oeste (D. 2452 - Jordânia) – as Comp.ªs. Filomena Frazão de Aguiar, Inês Maria Ferraz, Justa Castro, Maria de Fátima Passos e Maria do Céu Gonçalves; no Rotary Club de Sandim – os Comp.ªs. Américo Camarinha, António Meira, Artur Lopes Cardoso, Elsa Oliveira, Filomena Aguiar, Inês Ferraz, Justa Castro, Maria do Céu Gonçalves, Maria Raquel Lima e Rui Amandi de Sousa; na 17ª Grande Noite Rotária de Fado, em Esposende – os Comp.ªs. Ana Maria Cunha, Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Bartolomeu Pereira, Inês Maria Ferraz, João Oliveira da Costa, Maria de Fátima Passos e Rogério Cardoso.

### DERAM-NOS A HONRA E O PRAZER DAS SUAS VISITAS

Do Rotary Club da Maia – a Assistente do Governador, Comp.ª. Gracinha Tavares. Do Rotary Club de Porto Alegre Norte (Brasil – D. 4670), Comp.ª. Dani Schultz com sua esposa, Jennifer. Os Exm.ªs. Srs. Drs. Ana Mafalda Vasconcelos, Ana Paula Dias, Carla Almeida, Filipa de Macedo, João Mourão Neto, Maria do Carmo Couto, Vitor Pereira e D. Marise Cabreira e D. Rosalina Alves.

### CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

O nosso Boletim Mensal e Saudações Pascais para todos os Companheiros e todos os Clubes do Distrito. Convites para o jantar solidário “Juntos pelo Bruno” e para o Encontro Distrital de Amizade, em Celorico de Basto, dirigido a todos.

### CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas dos Rotary Clubes de Águas Santas/Pedrouços, Celorico de Basto, Coimbra, Esposende, Fei-

ra, Felgueiras, Guimarães, Maia, Monção, Oliveira de Azeméis, Ovar, Póvoa de Varzim, Senhora da Hora e Vizela.

**Comunicações** – dos Rotary Clubes de Senhora da Hora, Viana do Castelo e de Viseu – a comunicar os falecimentos dos Comp.ªs. Rogério Castela, Serafim Afonso da Silva Baganha e Álvaro Ártico, respectivamente. Inscrições para a 42ª Conferência Distrital. Factura do consumo de água na Sede.

**Convites** – do Governador do Distrito – para o Encontro Distrital de Amizade, 11 de Maio, em Celorico de Basto e com a presença da Presidente do R.I., Stephanie Urchick. Dos Rotary Clubes de Braga, de Bragança, de Covilhã, de Gondomar, de Matosinhos, de Valongo e de Viana do Castelo – para homenagem a profissional distinto. Dos Rotary Clubes de Barcelos, de Ílhavo, da Maia e de Mangualde – para as comemorações dos seus respectivos aniversários. Do Rotary Club de Estarreja – para a sua “Gala Anual”. Do Rotary Club de Póvoa de Lanhoso – para o RYLA 24/25. Dos Rotary Clubes de Mafra e de Vila Real, para o Chá Poético Rotário Luso-Brasileiro sob o tema “A Mulher e a Poesia”. Do Rotary Club do Porto – para o “Concerto da Rotary World Jazz Orchestra”, na Casa da Música, seguido de jantar festivo na ANJE. Dos Rotary Clubes de Águas Santas/Pedrouços, Coimbra, Gaia-Sul e Montemor-o-Velho – para suas reuniões com palestra. Do Rotary Club de Vila Nova de Famalicão, para o “LAP50 – Ultratrail”. Do Rotary Club de Sandim, para reunião-a-três. Do Rotary Club de Esposende – para a 17ª Grande Noite Rotária de Fado.

### PUBLICAÇÕES RECEBIDAS

“Portugal Rotário”. Cartas Mensais dos Governadores. Boletim do Rotary Club de Fafe. A revista “Cuidar”, de Aldeia de Crianças SOS.

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

# Viagem de Geminação

## Uma Ponte Entre Culturas: Portugal e Jordânia Unidos pelo Rotary

Filomena Frazão de Aguiar

Presidente do RCVN de Gaia 2024/2025

É com enorme entusiasmo que apresentamos os pormenores da viagem de geminação que concretizou a histórica parceria entre o Rotary Club de Vila Nova de Gaia e o Rotary Club Amman West.

Esta iniciativa representa não apenas um marco na história do nosso Clube, mas também uma oportunidade única de intercâmbio cultural, fortalecimento de laços internacionais e ampliação dos horizontes rotários.

### Datas e Participantes

A delegação portuguesa, composta por 22 Membros, 6 Clubes Rotários presentes, visitaram a Jordânia de 9 a 18 de abril de 2025.

Esta viagem cuidadosamente planeada permitiu aos participantes vivenciar a rica cultura, história e hospitalidade jordanas.

### Cerimónia de Geminação

O ponto alto da viagem foi a reunião “ROTARY FAMILY DAY” em Salt, numa quinta privada do Comp.º Muhsen Mufleh - RCAW, agendada para sexta-feira, 11 de abril de 2025, onde ocorreu a cerimónia oficial de assinatura do acordo de geminação.

Este momento simbolizou o compromisso mútuo de colaboração, troca de experiências e desenvolvimento de Projetos comuns entre os dois Clubes du-

rante os próximos dois anos, e, nela, onde como Presidente do Rotary Club de Vila Nova de Gaia, partilho convosco o meu discurso:

### Discurso

*Queridos Companheiros, Distintos Convidados, Amigos de cá e de além-mar;*

*Há momentos na vida Rotária que nos marcam para sempre.*

*Hoje é, sem dúvida, um desses dias.*

*Com enorme alegria e profundo orgulho, celebramos a primeira geminação do Rotary Club de Vila Nova de Gaia com um Clube do Médio Oriente – o Rotary Club Amman West, da Jordânia.*

*Este não é apenas um acordo entre dois clubes. É um abraço entre culturas. É um sinal claro de que, quando se partilham ideais nobres, como os do Rotary, não há distâncias, línguas ou geografias que nos separem.*

*Pelo contrário, somos unidos pela amizade, pelo serviço e pelo desejo comum de construir um mundo melhor.*

*O documento que hoje assinamos é muito mais do que palavras. É uma promessa.*

*Uma promessa de respeito mútuo, de intercâmbio de experiências, de solidariedade entre nações.*

*É uma ponte que agora se constrói entre Vila Nova de Gaia e Amã, entre o Oceano Atlântico e o Deserto da Jordânia, entre o Douro e o Vale do Jordão.*

*Ao longo dos próximos dois anos, vamos trocar informações, partilhar histórias, projetos e sonhos.*

*Vamos encontrar-nos – presencialmente ou virtualmente – e, sempre que um dos nossos Membros visitar o outro Clube, será recebido como um Irmão.*

*Faremos questão de nos reencontrar em Projetos comuns e em ações que transcendam fronteiras.*







*E mais do que tudo... iremos cultivar a Amizade, esse valor que está no coração do Rotary e que transforma simples encontros em laços verdadeiros.*

*Queremos que esta geminação seja viva, ativa, inspiradora — e que sirva de exemplo para outros Clubes que, como nós, acreditam na força da União e no poder do entendimento global.*

*Em nome do Rotary Club de Vila Nova de Gaia, deixo um agradecimento muito especial aos nossos Companheiros de Amman West: obrigada pela confiança, pela disponibilidade e pela vontade de caminhar conosco neste percurso que hoje começa.*

*E deixo também uma certeza: Gaia estende-vos hoje a mão — e com ela, o coração.*

*Que este seja o início de uma bela amizade e de um futuro promissor.*

*Muito obrigada. Juntos, fazemos mais.*

## Itinerário Cultural

A viagem combinou na perfeição os compromissos Rotários com uma imersão profunda na cultura e história da Jordânia:

**Amman:** Exploração da capital jordana, incluindo a Cidadela, o Teatro Romano e o Souq tradicional

**Jerash:** Visita às impressionantes ruínas da cidade romana, conhecida como a “Pompeia do Oriente”

**Petra:** Descoberta da cidade nabateia, uma das maravilhas do mundo antigo

**Wadi Rum:** Aventura no deserto com passeio de jipe 4x4, seguindo os passos de Lawrence da Arábia

**Mar Morto:** Experiência única de flutuação nas águas mais salgadas do mundo

• **Locais bíblicos:** Visitas ao Monte Nebo, Madaba e ao Local do Batismo de Jesus (Betânia Além-Jordão)

• **Castelos do Deserto:** Exploração dos impressionantes castelos Omíadas no deserto oriental

## Alojamentos

O grupo ficou hospedado em hotéis de qualidade em regime de meia pensão (pequeno-almoço e jantar incluídos):

- **Amman:** Radisson Amman (4 noites)
- **Petra:** Petra Canyon Hotel (2 noites)
- **Wadi Rum:** Sun City Camp em “bubbles” (1 noite)
- **Aqaba:** Luxotel Aqaba Hotel (1 noite)
- **Mar Morto:** Dead Sea Spa Hotel (1 noite)

## Significado da Geminação

Esta viagem marca o início de uma parceria que transcende fronteiras geográficas e culturais. Confor-







me referido no discurso de geminação, esta união representa:

Uma ponte entre Vila Nova de Gaia e Amman

Um laço entre o oceano Atlântico e o deserto da Jordânia

Uma ligação entre o rio Douro e o Vale do Jordão

Durante os próximos dois anos, esta geminação promoverá:

- Intercâmbio de informações e experiências
- Desenvolvimento de projetos comuns
- Fortalecimento da amizade internacional
- Encontros presenciais e virtuais
- Receção fraterna de Membros visitantes

## Conclusão

Esta viagem de geminação representa muito mais que turismo – é a materialização dos ideais rotários de amizade internacional, serviço e entendimento global. A experiência promete ser transformadora tanto a nível pessoal quanto institucional, fortalecendo os laços entre Portugal e Jordânia através do espírito rotário que nos une.

Como diz o lema: “Juntos, fazemos mais.” Esta geminação é prova viva desse compromisso, expandindo os nossos horizontes e abrindo novos caminhos para a cooperação internacional.

Um agradecimento muito especial ao estimado Comp.º MUHSEN MUFLEH pela excelente organização da logística desta geminação, ao SALAH ALAMRAT pela magnífica organização da viagem bem como a forma carinhosa como recebeu o Rotary Club de Vila Nova de Gaia e restantes 5 Clubes que se fizeram representar nesta viagem.



Ao Diretor do PETRA CANYON HOTEL, pela excelente hospitalidade, acolhimento e especial atenção para com o RCVNGaia, excedendo as expectativas da nossa estadia na encantadora e mágica cidade de Petra.

Aos Membros do RCVNGaia e restantes Clubes, aos ilustres Empresários, Amigos e convidados que confiaram e nos deram o privilégio da sua presença e companhia inigualável nesta viagem MEMORÁVEL, o meu / nosso mais sincero MUITO OBRIGADA de ❤️

*“Quando se partilham ideais Nobres, como os do Rotary, não há distâncias, línguas ou geografias que nos separem.”*

**ARTUR LOPES CARDOSO**  
ADVOGADO

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



# Noticiário Rotário

Os números estatísticos do Rotary reportados a meados do passado mês de Fevereiro referiam que os Rotários(as) em todo o mundo eram 1.157.486, sendo os Rotaractistas 129.588 e os Interactistas 372.784. Havia, a esse tempo, 36.456 Clubes Rotários, os Rotaract Clubes eram 9.257, os Interact Clubes 16.203 e os Núcleos Rotary de Desenvolvimento Comunitário (NRDC) 13.828.



Vai realizar-se no Canadá, mais concretamente na cidade de Calgary, a Convenção anual do *Rotary International* de 2025, ocupando os dias 21 a 25 de Junho. Presidida pela nossa Presidente Stephanie A. Urchick, terá como tema central “Magia por Toda a Parte”. Faça a sua inscrição sem demora em <convention.rotary.org>.



A Inteligência Artificial será tema do maior destaque na Convenção do R.I. de Calgary, designadamente quanto ao seu melhor aproveitamento pelos Rotary Clubes no sentido da optimização de processos e da melhoria da eficiência das acções e projectos de serviço humanitário dos Clubes.



No assinalar dos 120 anos do Rotary, os 13 Rotary Clubes algarvios, adidos dos Interact e Rotaract Clubes de Quarteira e de Tavira, deram corpo ao “Jardim da Paz”, um espaço que criaram na área do Aeroporto Internacional Gago Coutinho, arredores de Faro.

No referido “Jardim da Paz” foi plantada uma oliveira e instalado um “Poste da Paz” (haverá já mais de 250.000 destes Postes em todo o mundo!) adquirido no âmbito do “Rotary Peace Pole Project”.



Os Rotaract Clubes dos Distritos 1960 e 1970 deram adesão à iniciativa “Vive Rotaract Iberoamérica” criada para ligar Rotaract Clubes de Portugal, Espanha e de países da América Latina. Trata-se de campanha que já conta com participações de mais que vinte Distritos Rotários. Em termos de redes sociais, o leitor pode conhecer mais em <#ViveRotaractIberoAmerica>.



Neste mês, os nossos Distritos levam a cabo as respectivas Conferências. No Distrito 1960, ela será de 9 a 11 e os seus trabalhos decorrerão nas instalações da Escola Superior de Comunicação Social e sob o tema “Uma Eco Conferência para um Presente com Futuro”. No Distrito 1970, decorrerá de 23 a 25 em Estarreja sob o tema “Caminhos para a Paz”. Os Governadores, respectivamente, Comp<sup>os</sup>. Paulo Taveira de Sousa e António Simões Pinto, contam com a melhor das adesões ... e bem as merecem.

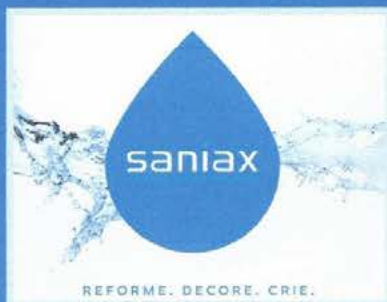


A Convenção do R.I. de 2026 está apontada para ter concretização de 13 a 17 de Junho e em Taipé (Taiwan). Será Presidente do R.I. nessa altura o Rotário do Brasil, Mário César Martins de Camargo.

Renove a sua Sala de Banho com qualidade e design



Serviço personalizado



Materiais de excelência e atendimento especializado



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

Email: geral@saniax.pt  
Telefone: 223 745 920/2



Saniax by Almeida & Xavier

# Uma nova liderança para o Rotaract Club de Vila Nova de Gaia



sua ligação inicial ao grupo. Ao ser convidada para se juntar ao clube, teve oportunidade de conhecer melhor todos os membros, e percebeu o que é ter o sentimento de pertença e de compromisso, juntamente com um grupo empenhado e unido em trabalhar por um bem maior. É descrita pelos companheiros do clube como “Uma pessoa fantástica, com uma personalidade única e com uma forma ímpar de conseguir ajudar o clube!”.

Leitora assídua e apreciadora de tempo passado ao ar livre, a Ana traz consigo a vontade de aprender, colaborar e crescer com todos nós. Desejamos à Companheira Ana um mandato repleto de sucesso, conquistas e inspiração!

A partir de Julho, o Rotaract irá iniciar mais um ano rotário e desta vez sob a liderança da Companheira Ana Saraiva.

A Companheira Ana é natural de Vila Nova de Gaia, nasceu a 8 de outubro de 2001 e 19 anos depois, em 2020, juntou-se ao nosso clube, desempenhando atualmente o cargo de tesoureira. Agora está a terminar o mestrado em Bioengenharia, no ramo de Engenharia Biomédica, área que reflete o seu interesse em intervir positivamente na saúde e no bem-estar da comunidade. Para além disso, tem uma forte ligação às causas ambientais e da sustentabilidade — sendo vegetariana e adotando práticas alinhadas com um estilo de vida mais consciente e amigo do planeta.

Tal como grande parte dos membros do clube, estudou na Escola Secundária António Sérgio, o que contribuiu para a





# Saiba quem foi ...

Vamos evocar memórias de Rotários eminentes que já partiram mas deixaram uma dedada rotária significativa e perene.

## RODRIGO FERREIRA DIAS

Nasceu no Porto, a 1 de Janeiro de 1892 e era seu nome completo Rodrigo António Ferreira Dias Júnior.

Um bem sucedido industrial ligado à área madeireira. Foi membro fundador do Rotary Club do Porto e exerceu profícua actividade política enquanto deputado.

Serviu como Governador do, então, Distrito 65 nos anos rotários de 1949-50 e de 1950-51, uma época de, ainda, muitas dificuldades na aceitação do Movimento Rotário, fosse a nível da Igreja Católica, fosse a nível do Estado Português.

Na verdade, e por aquela época, designadamente em 1949, fora publicado um decreto que impunha a todos os dirigentes de associações de carácter internacional, assim como a todos os respectivos membros, que requeressem ao Ministério do Interior, e dele alcançassem, autorização para poderem associar-se e funcionar. O que era, ainda, exigido para a filiação de associações portuguesas em organismos internacionais.

Tais exigências levaram a que o Gov. Rodrigo Ferreira Dias (o que seria expressamente referido pelo então Secretário Europeu do R.I., Walter Panzar, ao Secretário-Geral do Rotary Philip Lovejoy, em sua carta de 31 de Agosto de 1949) escrevesse nessa altura:

“No passado dia 13 de Junho, o governo português emitiu um decreto (nº. 37.477) pelo qual, através do seu artigo 25º, os quadros dirigentes das associações internacionais e os seus membros, para poderem continuar as suas actividades, ficam obrigados a pedir permissão ao respectivo gabinete governamental (Ministério do Interior e da Justiça).

Com o objectivo de evitar problemas aos Rotary Clubes deste Distrito, eu próprio decidi ir a Lisboa por forma a tornar claro o problema com o nosso governo. Agora estou um pouco mais tranquilo e tenho o prazer de informar que a declaração assinada por mim e pelo



Estado, na qual assumi toda a responsabilidade pelas actividades de direcção dos vários clubes durante o ano de 1949/50, foi aceite e aprovada pelo governo. Os clubes deste Distrito (alguns dos quais tinham, entretanto, suspenso as suas reuniões semanais) foram, assim, legalmente autorizados a reunirem, o que realmente tem acontecido”.

Enfim: tempos duros e difíceis que só a tenacidade e o empenho de verdadeiros Rotários, como foi o Gov. Rodrigo, conseguiram vencer.

# Apontamentos Históricos do Rotary

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

**1** – Na Convenção de 1910 foram tratados os seguintes assuntos:

- actividades sociais;
- qualificações para associação e crescimento do quadro social;
- pagamento de quotas;
- reciprocidade nos negócios entre os sócios;
- criação de um emblema;
- compensação para os dirigentes;
- dados demográficos de cidades elegíveis para terem Rotary Clube;
- número de Clubes possíveis numa mesma cidade.

**2** – Foi no discurso de encerramento que Arthur Frederick Sheldon proferiu a célebre frase “Mais se beneficia quem melhor serve”.

**3** – No remate desta Convenção tinha sido adoptado um Estatuto e um Regimento Interno, e foi criada a Associação Nacional de Rotary Clubes da América, ficando Paul Harris como seu Presidente.

**4** – A primeira reunião do jovem seu Conselho Director realizou-se logo no dia seguinte.

**5** – A sua primeira deliberação foi no sentido de repor ao Rotary Club de Chicago o valor de quase US\$360 das despesas havidas com a organização da Convenção.

**6** – Foi nessa altura escolhido um Secretário-Geral para administrar a “jovem” Associação: Chesley “Ches” Perry.

**7** – Este foi, nessa altura, escolhido temporariamente, ou seja “até que se encontrasse outra pessoa...”.

**8** – Porém, ele acabaria por permanecer no cargo

durante 32 anos: só o deixou em 1942, quando já contava 65 anos.

**9** – Paul Harris decidiu inaugurar o que se tornaria uma tradição: na primeira metade do seu primeiro mandato escreveu a obra “Rational Rotarianism” onde analisava a valia do Rotary em termos dos negócios e das profissões.

**10** – Nela escreveu: “Se, por algum motivo, me encontrar em posição de estar perante todos os Rotários, e tiver direito a proferir apenas uma palavra, esta seria Tolerância”.

**11** – Paul pediu a Perry que tirasse 2.000 cópias desse texto para serem distribuídas aos Rotários dos 23 Rotary Clubes que a esse tempo existiam.

**12** – Contudo, “Ches” objectou que não havia fundos para tal despesa e sugeriu que se editasse tal documento com espaços para inserção de mensagens publicitárias pagas.

**13** – Foi, fruto dessa sugestão, que veio a surgir em Janeiro de 1911 a primeira edição da revista “The National Rotarian”.

**14** – Ela representou um custo de US\$25,44 e “Ches” achou que ela seria única...

**15** – Porém, foram tantos os pedidos de continuidade que, em Julho desse ano, veio a lume a segunda edição.

**16** – Em Agosto desse ano de 1911 realizou-se nova Convenção, agora em Portland (Oregon - EUA).

**17** – Nesta Convenção viria a ser decidida a criação duma revista periódica que veio ter a designação de “The National Rotarian” cuja assinatura importava em 25 centavos, individuais.

# Factos e Feitos da Nossa História

*É indubitavelmente rica a história do nosso País. Contudo, aqui e além poderemos topar com mitos e verdades forjadas que é preciso desmontar em abono da verdade ... verdadeira...*

## AFONSO HENRIQUES V/ TERESA

É coisa comumente ouvida que o nosso primeiro Rei, D. Afonso Henriques, terá, em determinada altura, batido na mãe, D. Teresa. Esta é atoarda que terá raízes na IV Crónica Breve de Santa Cruz de Coimbra.

Afonso Henriques (1109-85) foi filho do Conde D. Henrique de Borgonha, do Condado Portucalense, e de D. Teresa, uma verdadeira beldade daquela época. Com a morte do pai, e com somente 19 anos, tratou de alargar o território do Condado à custa de conquistas alcançadas pelas suas forças sobre os muçulmanos e o Reino de Leão. Começara, porém, por derrotar os apoiantes da mãe Teresa na famosa Batalha de S. Mamede (próximo de Guimarães) em 24 de Junho de 1128.

A independência do novo reino que queria iniciar só viria a ser reconhecida bem mais tarde: em 1143, pelo Rei de Leão, e, depois, em 1179, pelo Papa, mediante a bula “Manifestis Probatum”.

Entretanto, o jovem Afonso procurou por diversas maneiras afirmar o seu valor. Na batalha de S. Mamede, contra a mãe, saiu vencedor e até teria batido nela, o que, todavia, será pouco merecedor de crédito. Mandou-a, de facto, prender e, a avaliar do que ficou exarado na citada IV Crónica Breve, em más condições.

Reza assim: “Afonso Anriquez, meu filho, prendeste-me e metestes-me em ferros, Rogo a Deus que preso sejades, assi como eu são. E porque me metestes nos meus pees ferros, quebrantadas sejam as tas pernas com ferros e deserdaste-me da terra que me leixou meu padre, e quitastes-me de meu marido. E mande Deus que se compra esto.”

Praga, pois, rogada pela mãe que viria a ter concretização cerca de 30 anos mais tarde, em 1158, em Badajoz...





# Boas Notícias em Português

## DISTINÇÃO



O Dr. Rui Santos Ivo, que pontifica no Infarmed, assumiu a presidência do Conselho de Administração da Agência Europeia de Medicamentos (EMA).

## MÚSICA



A compositora Andreia Pinto Correia, de Lisboa e com 54 anos de idade, ganhou a 1ª edição do Prémio Trienal Norte-Americano SOREL

\*



Carlos Ferreira, nascido no Porto em 1993, notável clarinetista da Banda Filarmónica de Vilela (Paredes), é agora Clarinete Principal da Orquestra do “Real Concertgebrow”, de Amesterdão (Países Baixos). Já tinha sido 1º Clarinete na “Philharmonia”, de Londres (UK), e na “Orchestre National de Lille” (França).

## DIRIGISMO



Jorge Nuno Pinto da Costa (1937-2025) foi o dirigente desportivo com o maior número de anos em funções, a nível mundial: durante 42 anos (equivalente a 15 mandatos). Ganhou 2.591 títulos diversos em 21 diferentes modalidades desportivas!

## CICLISMO



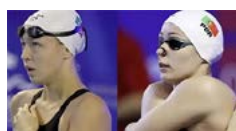
Lúri Leitão, com 26 anos, é Campeão da Europa em ciclismo de pista por pontos. O título foi alcançado na Bélgica, concretamente em Hensden-Zolder.

## MATRAQUILHOS



Ângela Costa, da Covilhã, é a campeã do mundo nesta modalidade, título por si alcançado em Paris (França).

## NATAÇÃO



Mariana Cunha e Camila Rebelo ganharam as Medalhas de Ouro, respectivamente nos 100 ms. mariposa, e nos 400 ms. estilos, no “Open” de Espanha que se disputou em Sabadell.

## LANÇAMENTO DO PESO



Jéssica Incê, atleta do Sporting Club de Portugal, obteve a Medalha de Ouro na Taça da Europa de Lançamentos que decorreu em Nicósia (Chipre). Lançou o peso a 19,21 ms..

## TODO-O-TERRENO



João Ferreira, com 25 de idade e em “mini”, venceu a Taça do Mundo em automóveis “todo-o-terreno” em competição que se realizou na “Baja” do Dubai.

## HOMENAGEM



A “Mairie” de Paris (França) atribuiu o nome de Agustina Bessa-Luís à Biblioteca Municipal.

## ECOLOGIA



A cidade de Guimarães foi eleita Capital Verde Europeia de 2026, pela União Europeia.

## TURISMO



Lisboa foi considerada como “Melhor Cidade Património Mundial” e Funchal como “Melhor Destino City Breack do Mundo” pelos “World Travel Awards – 2024” na sua sessão que teve lugar no Funchal.

# Frases que Marcaram

*“A massa nunca se eleva ao padrão do seu melhor membro; pelo contrário, degrada-se ao nível do pior.”*

■ **Henry David Thoreau (1817-1862)** ■

*“Enquanto houver vontade de lutar, haverá a esperança de vencer.”*

■ **Agostinho de Hipona (354-430)** ■

*“O que realmente enriquece um homem não é a experiência: é a observação.”*

■ **Henry Louis Mencken (1880-1956)** ■

*“Todos os sistemas são empreendimentos do sistema contra si mesmo.”*

■ **Paul Valéry (1871-1945)** ■

*“Uma utopia é mais ou menos o equivalente de uma possibilidade.”*

■ **Robert Musil (1880-1942)** ■

*“Tudo o que um sonho precisa para ser realizado é de alguém que acredite que possa ser realizado.”*

■ **Roberto Shinyashiki (1952-...)** ■

*“Em política, toda a poesia é uma mentira à qual a consciência se recusa.”*

■ **George Sand (1804-1876)** ■

*“Não espere por uma crise para descobrir o que é importante na vida.”*

■ **Platão (428-348 aC)** ■

*“Para os problemas de estilo, nada com a corrente; para os problemas de princípios, sê firme como um rochedo.”*

■ **Thomas Jefferson (1743-1826)** ■

*“O optimismo é a fé em acção. Nada se pode levar a efeito sem optimismo.”*

■ **Helen Keller (1880-1968)** ■

*“Há vitórias que exaltam, outras que corrompem; derrotas que matam, outras que despertam.”*

■ **Antoine de Saint-Exupéry (1900-1944)** ■

*“A vida contrai-se e expande-se proporcionalmente à coragem do indivíduo.”*

■ **Anaïs Nin (1903-1977)** ■



# Remodelação SOS

Anotemos a data de 1 de Abril de 1978. Foi justamente há 47 anos que se inaugurou na data referida a “Casa dos Rotários” da Aldeia SOS de Gulpilhares, um trabalho exemplar do nosso Clube que teve ajudas de vária proveniência. Com esse empreendimento o Clube assumiu uma obrigação ... eterna: a de apoiar e manter a Casa. Neste pendor, o Clube tem sabido dedicar toda a atenção ao trabalho, que é de enorme valia, realizado na Aldeia, e à manutenção da Casa, seja no que se refere aos equipamentos a todos os níveis, seja no que concerne à conservação e rejuvenescimento do edifício em si, seja, ainda, em outras obras que tenham o sortilégio de melhorar a Aldeia no seu todo.

Entendeu o nosso Clube que estava chegada a altura de repintar no interior da Casa, (paredes e tectos), de reparar os seus soalhos e de realizar outras obras de remodelação, interiores. O que exigiu algo que se revelou esfuziante: o “despejo” temporário das crianças que, nessa altura, estavam a morar na “Casa dos Rotários”. E foi o que aconteceu: com enorme alegria (pela “novidade” de terem de fazer as malas para se mudarem provisoriamente para outra das casas da Aldeia), os jovens tiveram de sair de lá para as obras se realizarem. E as obras estão a decorrer na altura em que este texto se escreve...

As fotografias que mostramos nesta edição foram tiradas quando as obras de remodelação ainda decorriam. Estava, pois, tudo ... de pantanas.

Em próxima edição o leitor já terá o ensejo de ver como ficaram os interiores da “Casa dos Rotários” após as obras.



# Rotários assim disseram

**1.** “De todas as parcerias que desenvolvemos quando eu pertencia ao Centro Norte-Americano para Controle e Prevenção de Doenças (CDC), a mais importante foi com o *Rotary International* e os parceiros dedicados à erradicação da polio em nível global”.

**Dr. David Satcher**, Ministro da Saúde dos EUA.

**2.** “A comissão dos Estados Unidos ultrapassou a meta, levantando a quantia de US\$119.186.869, fazendo com que o total mundial seja US\$219.350.449!”.

**Herbert G. Brown**, Presidente 1995-96 do R.I..

**3.** “Se vocês não tivessem lançado o PolioPlus, em 2005 haveria mais oito milhões de crianças vitimadas pela doença, e provavelmente 800.000 óbitos decorrentes da polio teriam ocorrido”.

**Dr. Albert Sabin.**

**4.** “PolioPlus não se trata de arrecadar dinheiro; trata-se de salvar crianças”.

**Walter Maddocks.**

**5.** “Hoje temos a honra de recebê-lo oficialmente como sócio do Rotary Club de Greenwich, Inglaterra.

Como deve saber, a associação traz inúmeros benefícios, mas também grandes responsabilidades”.

**Presidente do Clube.**

**6.** “Aqui fará boas amizades e terá gosto em participar em novas reuniões e eventos. Espero que no futuro você possa dizer: *Como Rotário, acho que recebo mais do que dou*”.

**Idem.**

**7.** “Você juntou-se não apenas ao Rotary Club de Greenwich, mas também à família de 1,2 milhões de Rotários sócios dos 31.000 clubes em 166 países. Ser Rotário é o passaporte para um mundo de prestação de serviços.

O Meridiano de Greenwich, que tem início na nossa cidade, é o marco zero das linhas longitudinais que cortam o globo terrestre, sendo o ponto de base para o fuso horário mundial. Os relógios do mundo baseiam-se na hora de Greenwich, ou *Greenwich Meridian Time* (GMT), para saber as horas em qualquer ponto do Planeta. A cada quinze graus a leste de Greenwich (GMT+1), adianta-se uma hora no relógio; a cada quinze graus a oeste de Greenwich (GMT-1), atrasa-se uma hora.

É bastante interessante saber que, neste mesmo instante, Rotários de todas as etnias, religiões e nacionalidades se dedicam ao bem-estar humano, não importando o fuso horário em que se encontrem. Companheiro: saiba que, literalmente, o sol nunca se põe no mundo rotário. Seja bem-vindo ao Rotary!”.

**Ibidem.**



## “Comely Bank”

Por certo que o leitor já sabe que o nosso fundador Paul Percy Harris nasceu em Racine, no estado de Wisconsin (EUA), em 19 de Abril de 1868 e que só casou em 1910 com a escocesa Jean Thomson, nascida na Escócia (Edinburgh) em 6 de Novembro de 1881, exactamente em 2 de Julho daquele ano de 1910.

Pois em 1912 o casal Harris veio a comprar um “chalet” nos arredores de Chicago, Illinois (EUA), mais exactamente situado no Beverly / Morgan Park (10.856 South Longwood Drive). Em lembrança das origens de Jean Thomson deram-lhe a denominação de “Comely Bank”, designação que é a mesma do bairro de Edinburgh no qual Jean viera ao mundo. Aliás, pouco tempo depois da morte de Paul Harris em 27 de Janeiro de 1947, sua viúva Jean haveria de retornar à sua Escócia, sua terra natal, onde se crê que terá falecido em 1963.

O “chalet” de “Comely Bank” foi, pois, a casa de residência do casal Harris durante cerca de 35 anos e local bem aprazível com parque e belo arvoredo no qual Paul Harris recebeu e acolheu muitas notáveis figuras do Rotary e personalidades influentes da política internacional e/ou humanitária. Veio a ser vendida mas houve um forte conjunto de proeminentes Rotários que se empenhou em adquirir esta propriedade

e fazer dela uma espécie de museu histórico rotário após severa recolha de fundos que foram aplicados no restauro da propriedade, esta que chegara a conhecer degradação preocupante.

Actualmente, pois, “Comely Bank” é, por assim dizer, local de peregrinação de Rotários de toda a parte, e não só, que vão ali ver o “mundo” no qual viveu o casal Paul/Jean Harris e a partir de onde o Rotary foi engrossando. Se se deslocar para aquelas bandas, não deixe de dar um salto a “Comely Bank”.



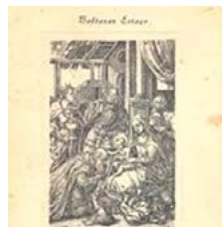
# Conheça os seus Maiores

## FLORBELA ESPANCA



Foi uma notável poetisa que viveu de 1895 a 1930. Autora de obras como “Livro de Mágoas”, “Livro de Sórora Saudade” e “Charneca em Flor”.

## Pe. BALTASAR ESTAÇO



Humanista e poeta nascido em 1570 e falecido em 1604. Escreveu “Sonetos”, “Canções”, “Éclogas” e ainda outras obras.

## RICARDO RIBEIRO DE ESPÍRITO SANTO



Nasceu em Lisboa em 1900, e aqui veio a finar-se em 1955. Foi economista, banqueiro, publicista e desportista. Um grande apreciador e conhecedor de Arte, deixou ao Estado um palacete bem recheado de muito valiosas obras de arte, hoje museu com o seu nome.

Dirigiu o Banco Espírito Santo. Criou a Fundação de Ricardo Espírito Santo.

## GASPAR ESTAÇO



Antiquário e humanista falecido em 1626. Autor de “Várias Antiguidades de Portugal” e outras obras.

## MANUEL AFONSO DE ESPREGUEIRA



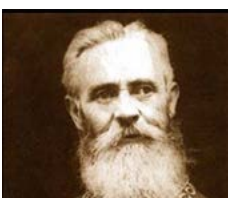
Estatista, militar e engenheiro que viveu de 1835 a 1917. Deputado e Ministro da Fazenda. Escreveu “As Despesas Públicas e a Administração Financeira do Estado”, “A Questão de Leixões”, “Salamanca” e outras obras ainda.

## D. ESTEFÂNIA



Era Princesa de Hohenzollern-Sigmaringen e foi Rainha de Portugal, casada com o Rei D. Pedro V. Só esteve casada durante catorze meses pois faleceu muito nova. Viveu de 1837 a 1859.

## SEBASTIÃO MARTINS ESTÁCIO DA VEIGA



Célebre arqueólogo que viveu de 1828 até 1891. Foi o autor da obra “Romanceiro do Algarve”.

## ANTÓNIO EUSÉBIO



Poeta popular que nasceu em 1820 e faleceu em 1911. Ficou conhecido por “Cantador de Setúbal” e era calafate de profissão, se bem que analfabeto. Apesar disso, um grande improvisador. É da sua autoria a recolha “Versos do Cantador” de 1901.

## AQUILES ESTAÇO



Notável humanista que viveu de 1524 a 1581. Escreveu “Silva de Vários Poemas” e ainda outros títulos.

## NUNO FAFES



Guerreiro do tempo do Rei D. Sancho I. Em 1195 foi enviado com uma hoste para socorrer D. Afonso VIII de Castela.



# Culinária Internacional

*Porque a Páscoa foi, neste ano, a modos que tardia, Mestre Saborini por cá se manteve.*

## ANHO À MODA DE FAJÕES

**Ingredientes** (para 6 a 8 pessoas):  
 1 anho (borrego)  
 150 grs. de banha  
 3 dls. de azeite  
 5 dls. de vinho branco  
 2 limões  
 2 cebolas  
 1 cabeça de alhos  
 piri-piri, colorau, pimenta e sal a gosto

### PARA O RECHEIO

miúdos de anho  
 150 grs. de salpicão  
 200 grs. de presunto  
 100 grs. de azeitonas pretas  
 1 ovo cozido  
 1 cebola  
 1 dl. de azeite  
 farinha de pau  
 salsa

**Preparação:** use uma assadeira de barro. Limpe e arranje o anho esaldando-o com água a ferver e passando-o por água fria. Retire a cabeça e as patas. Barre com uma papa feita com os dentes de alho, a banha e o azeite, o piri-piri, o colorau, o sal e a pimenta.

Entretanto, prepare o **recheio**: faça um refogado com a cebola picada e o azeite, junte os miúdos do anho, o salpicão, o presunto, o ovo cozido, tudo picado bem miúdo. Deixe a refogar um pouco e junte a salsa picada, as azeitonas descaroçadas e a farinha de pau necessária para obter um preparado espesso. Coloque o anho na assadeira sobre cebolas cortadas às rodela, recheando a

barriga com o preparado. Leve a assar ao forno, refrescando com vinho branco. Enfeite com os limões já cortados aos gomos. Acompanhe com batatas assadas, arroz de forno e salada.

## ARROZ DE SARRABULHO À MODA DE VILA FRANCA DO LIMA

**Ingredientes** (para 6 pessoas):  
 1 pá de porco fresca, ou fêvera  
 sangue de porco  
 presunto velho, sem gordura  
 carne de vaca  
 galinha  
 chouriço de carne caseiro  
 chouriço especial de sarrabulho  
 arroz  
 sumo de meio limão  
 cominhos  
 salsa  
 maçã ácida  
 sal e pimenta a gosto

**Preparação:** deite as carnes e o chouriço caseiro em água a ferver. Cozidas as carnes, deixe arrefecer para as desfiar finamente. Faça um refogado e junte-o à água da cozedura. Quando ferver, deite o chouriço especial de sarrabulho, previamente espetado com um alfinete, tire-o para fora, para constipar, e ponha-o novamente até que já não deite sangue. Ponha-o à parte. Rectifique o caldo, deite água que baste para a quantidade de arroz a fazer, junte pimenta e sal. Junte as

carnes desfiadas e o arroz. Estando a meia cozedura, deite o sumo do limão e, quando o arroz estiver quase pronto, deite o sangue e deixe a ferver por pouco tempo. Coloque numa travessa o arroz e, por cima, o chouriço especial de sarrabulho, cortado em rodela. Deite cominhos por cima do arroz, uma rodela de limão e um ramo de salsa. Acompanhe com rojões.

## FORMIGOS

**Ingredientes** (para 4 pessoas):  
 mel  
 pinhões  
 amêndoas  
 uvas passas  
 nozes  
 canela  
 pão  
 2 cálices de Vinho do Porto  
 4 ou 5 gemas de ovos  
 água

**Preparação:** numa panela grande, deite água, bastante mel, os pinhões, as amêndoas já torradas e descascadas, as uvas passas ou sultanas, as nozes partidas aos bocadinhos e paus de canela. Deixe a ferver por três quartos de hora. Corte pão seco bem miudinho e junte-o na panela deixando a cozer até que fique em papa bem apurada. Deite o Vinho do Porto misturado com as gemas. Deixe levantar fervura. Sirva, depois, em taças polvilhando com canela em pó.

*Que sabores!!!*





# Lancaster King's School

The future is now!

## Cursos



Inglês  
Francês  
Alemão  
Espanhol  
Italiano  
Português  
Russo  
Japonês  
Chinês



Informática

## Traduções

Técnicas e Científicas  
(com reconhecimento oficial)

## Escolas



Arcozelo - Vila Nova de Gaia  
Caldas de Vizela  
Estarreja  
Fafe  
Penafiel  
Proença-a-Nova  
Santa Maria da Feira  
Vila Nova de Famalicão  
Vila Nova de Gaia



Informações  
808 203 319

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



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



[www.facebook.com/lancasterschool](http://www.facebook.com/lancasterschool)

## S & JC – Serviços, Lda.

Contabilidade – Fiscalidade – Auditoria



Rua Júlio Dinis, 748 – 6º Esq. Sala 614  
4050 – 012 Porto

Tel.: 917 521 833  
email: [jscastro@sapo.pt](mailto:jscastro@sapo.pt)



**A MAGIA**  
DO ROTARY