

Rotary

Club de Vila Nova de Gaia





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



www.lancasterschool.pt

www.facebook.com/lancasterschool



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
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

CONSELHO DIRECTOR

PRESIDENTE – Maria Mercês Ferreira
PRESIDENTE ELEITA – Inês Ferraz
SECRETÁRIO EXECUTIVO DIRECTOR – Rui Amandi de Sousa
1.º VICE PRESIDENTE – Ana Povo
2.º VICE-PRESIDENTE – João Camarinha
1.º SECRETÁRIO – Inês Ferraz
2.º SECRETÁRIO – Henrique Lopes Cardoso
1.º TESOUREIRO – Américo Camarinha
2.º TESOUREIRO – Inês Ferraz
1.º PROTOCOLO – Maria de Fátima Passos
2.º PROTOCOLO – “Mizi” Reis

COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

PRESIDENTE – João Camarinha
PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Maria de Fátima Passos, Marta Pereira & Vanessa Martins
COMUNICAÇÕES – Carlos Marques, Inês Ferraz & João Camarinha
“WEBSITE” e Estratégias “WEB” – Henrique Lopes Cardoso, Cláudia Magalhães & Inês Ferreira
EVENTOS SOCIAIS – Fátima Meira, Maria Raquel Lima & Rogério Cardoso

COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

PRESIDENTE – Eurico Basto
RETENÇÃO DE SÓCIOS – Américo Camarinha, Fernando Jorge Rocha & Rui Amandi de Sousa
ORIENTAÇÃO A NOVOS ASSOCIADOS – Artur Lopes Cardoso, Bartolomeu Pereira & Maria de Fátima Passos
INFORMAÇÃO ROTÁRIA – Américo Camarinha, Jorge Silveira & Rui Amandi de Sousa

COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM

PRESIDENTE – Henrique Lopes Cardoso
RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL – Artur Lopes Cardoso, Fernando Jorge Rocha & João Camarinha
BOLETIM DO CLUBE – Artur Lopes Cardoso & Marta Pereira
PUBLICIDADE & MARKETING – Carlos Marques, Fernando Jorge Rocha & Maria Raquel Lima

COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

PRESIDENTE – Inês Ferreira
SERVIÇOS À COMUNIDADE – Cláudia Magalhães, Maria de Fátima Passos & Vanessa Martins
SERVIÇOS PROFISSIONAIS – Fernando Jorge Rocha, Filomena Frazão de Aguiar & Jorge Silveira
SERVIÇOS À JUVENTUDE – Francisca Neves, João Camarinha & Marta Pereira
SERVIÇOS INTERNACIONAIS – Carlos Marques, Cláudia Magalhães & Rogério Cardoso
INTERACT – Artur Lopes Cardoso, “Mizi” Reis & Vanessa Martins
ROTARACT – João Camarinha, Mónica Gonçalves & Mónica Povo
CAPTAÇÃO DE RECURSOS – Bartolomeu Pereira, João Camarinha, Maria do Céu Gonçalves & Rogério Cardoso
ALDEIA SOS – Américo Camarinha, Maria de Fátima Passos & Ângelo Sá

COMISSÃO DE THE ROTARY FOUNDATION

PRESIDENTE – Rui Amandi de Sousa
DOAÇÕES ANUAIS – Ângelo Sá, António Meira & Jaime Poças
SUBSÍDIOS – Maria do Céu Gonçalves & Manuel Júlio Santos
FUNDO PERMANENTE – Américo Camarinha & Artur Lopes Cardoso
“POLIPLUS” – Filomena Frazão de Aguiar, Francisca Neves & Mónica Povo
BOLSAS DA PAZ MUNDIAL – Carlos Marques, Eurico Basto, Maria Mercês Ferreira & Inês Ferreira
BOLSAS EDUCACIONAIS – Henrique Lopes Cardoso, Marília Raro, “Mizi” Reis & Maria Raquel Lima

DELEGADOS

REVISTA “PORTUGAL ROTÁRIO” – Artur Lopes Cardoso

Presidente da “CASA DA AMIZADE” - Ana Sá

BOLETIM MENSAL | ANO XXXVIII • N.º 467 | FEVEREIRO DE 2022

A SAGA DA PAZ E DA COMPREENSÃO MUNDIAL

Fevereiro é tempo especialmente dedicado pelo Rotary à gesta da Paz e da Compreensão Mundial. Ademais é o mês do aniversário do nosso Movimento, agora o 117.º.

Admitem os entendidos na matéria que as civilizações humanas surgiram a partir de África. Sendo, pois, assim, talvez não surpreenda que tenha sido na África do Sul, um dos países que, historicamente, mais se evidenciou como força de bloqueio contra a compreensão mundial e a paz, designadamente através do seu tristemente famoso regime do “apartheid”, e que tenha sido no seio deste mesmo país que surgiram as extraordinárias figuras que são emblema imorredouro de campeões da luta pela Compreensão Mundial e pela construção da Paz Mundial: Nelson Rolihlahla Mandela, respeitosamente tratado por “Madiba” (1918-2013), e Desmond Mpilo Tutu (1931-2021). Caso de se meditar que, então, tudo surgiu a partir de África e que salvação virá de África também...

Mandela nascera em Mvezo e veio a finar-se em Houghton, subúrbio de Joanesburgo. Foi um notável advogado que se evidenciou na defesa dos direitos fundamentais do Homem, o que lhe valeu ter cumprido 27 anos de prisão que sofreu em três diferentes presídios. Mesmo assim, acabou por ser eleito democraticamente para Presidente da África do Sul, funções que exerceu de 1994 a 1999. Recebeu o Prémio Nobel da Paz em 1993.

O Arcebispo Anglicano Desmond Tutu foi o primeiro de raça negra a ascender a este múnus na cidade do Cabo, onde faleceu recentemente, em 26 de Dezembro passado, com 90 anos. Tutu foi o primeiro Primaz Anglicano da África Austral. Nascera em Klerksdorp. Também foi laureado com o Prémio Nobel da Paz, mas em 1984. Era, através de um espírito francamente optimista como era o seu, um acérrimo defensor da concórdia universal e da absoluta não discriminação racial. Chegou mesmo a denominar a África do Sul como “país arco-íris”.

Quer Nelson Mandela, quer Desmond Tutu, foram apoiantes de causas sustentadas pelos Rotários, muito especialmente da Campanha de Erradicação Global da Polio, e o seu espírito de tolerância, de alegria e de perseverança foi sempre fortemente inspirador das nossas acções.

O legado de qualquer destes notabilíssimos cidadãos africanos fica a lembrar tudo e todos que vale a pena resistir e lutar em cada dia e a cada hora, de maneira pacífica e sempre tendo em vista a dignidade das pessoas e a construção da Paz e da Compreensão Universal. E isso o que torna credível o Rotary, porque o é!

ALC

Na nossa capa: Nelson Mandela e o Arcebispo Desmond Tutu.

PROGRAMA PARA O MÊS DE MARÇO

DIA 3

REUNIÃO N.º. 2424 20,00 h. – Jantar com Cônjuges e Convidados em local a definir.
Palestra pela Sr.ª. Dr.ª. Mafalda Guedes, *Corporate Brand and Sustainability Manager* da SOGRAPE, sobre “Desafios Empresariais face aos Eventos Ambientais e de Sustentabilidade”, com prova de vinhos.

DIA 10

REUNIÃO N.º. 2425 21,30 h. – Reunião “on-line” em <https://tinyurl.com/RCVNGaia>.
COMPANHEIRISMO.

DIA 17

REUNIÃO N.º. 2426 21,30 h. – Reunião “on-line” em <https://tinyurl.com/RCVNGaia>.
COMPANHEIRISMO.

DIA 24

REUNIÃO N.º. 2427 20,00 h. – Jantar com Cônjuges e Convidados no Hotel Holiday Inn.
Palestra pelo Sr. Dr. Miguel Lemos, CEO de “Águas de Gaia”, sobre “Os Novos Desafios da Gestão da Água vs Adaptação e Mitigação das Alterações Climáticas”.

DIA 31

REUNIÃO N.º. 2428 21,30 h. – Reunião “on-line” em <https://tinyurl.com/RCVNGaia>.
COMPANHEIRISMO.

ÍNDICE

A Saga da Paz e da	do Rotary	12
Compreensão Mundial ... 1	Factos e Feitos da nossa	
Programa para o mês	História	13
de Março	Ao serviço – 3 em 1.....	14
Companheirismo	O que a Europa já teve...	15
Página da Presidente	A Política	15
Curiosidades do Mundo ... 4	Boas Notícias em	
Secretaria.....	Português	16
Ciência.....	Frases que marcaram.....	17
Noticiário Rotário	Rotários assim	
O Rotary e a Vacinação ... 8	disseram	18
A motivação como motor	Conheça os seus	
do movimento rotário.....	Maiores	19
Cabaz amigo	Culinária Internacional ...	20
Calamidades		
Apontamentos Históricos		

COMPANHEIRISMO

Em Março irão comemorar os seus aniversários os seguintes Companheiros ou os seus Cônjuges:

NATALÍCIOS

Dia 8 – António José Gomes Ferraz
Dia 9 – Ana Margarida Pinheiro Povo
Dia 19 – Mónica Sofia Pinheiro Povo
Dia 21 – Dr.ª. Maria Antonieta Abreu Freire Diogo Cardoso
Dia 23 – Dr.ª. Margarida Rosa Pinheiro Sousa Poças
Dia 24 – Jaime Alcino Lopes Filipe Poças
Fernando Jorge Teixeira Rocha
Dia 25 – Mónica Manuela do Espírito Santo Gonçalves
Dia 30 – Cláudio da Silva Esteves

DE CASAMENTO

Dia 21 – Maria Raquel Ribeiro Lima
José Diogo da Silva Fontes Coelho

Sendo o objetivo do Rotary, servir os outros, promovendo e apoiando o companheirismo como forma de criar oportunidades de servir, **a vossa participação ativa nas nossas reuniões e atividades é fundamental.** Temos a responsabilidade de sentir e por em prática a nossa **PROVA QUÁ-DRUPLA:**

“o que pensamos, dizemos ou fazemos

1. **É a VERDADE?**
1. **É JUSTO para todos os interessados?**
2. **Criará BOA VONTADE e MELHORES AMIZADES?**
3. **Será BENÉFICO para todos os interessados?”**

EM FESTA NO NOSSO DISTRITO

Em Março celebrarão o aniversário da sua admissão no Rotary International o Rotary Club de Figueira da Foz, no dia **8**, o Rotary Club de Felgueiras, no dia **11**, o Rotary Club de Vila do Conde, no dia **12**, o Rotary Club de Tondela, no dia **16**, e os Rotary Clubes de Albergaria-a-Velha e de Guimarães, no dia **22**.

Damos muitos parabéns aos nossos Companheiros

PÁGINA DA PRESIDENTE



Maria Mercês Duarte Ramos Ferreira
Presidente 2021-22

Caros companheiros,

Este é o mês dedicado à PAZ e à COMPREENSÃO MUNDIAL, tema cuja pertinência de reflexão nos nossos dias é muito relevante. Vivemos momentos em que estes valores da PAZ e da COMPREENSÃO MUNDIAL são joias preciosas que começam a escassear.

Sendo nós um grupo de pessoas que se uniu para fazer o bem e servir os outros, devemos parar para reflectir e fazer a nós próprios algumas perguntas:

- Sou, de facto, um bom cidadão que age em prol da paz no mundo?
- Serei eu um bom Rotário, nas minhas acções do dia-a-dia, que se pauta por promover consensos e evitar conflitos?
- Nos nossos universos mais restritos, na família, no trabalho, no seio do nosso clube, estaremos nós nesse bom caminho?

Estamos a assistir ao início de um conflito às portas da Europa, um conflito que nos pode atirar para uma nova guerra! Nos tempos que correm, depois do que já vivemos em guerras anteriores, depois desta pandemia e ainda depois de avisos da natureza e seu poder, continuamos a ter este EGOÍSMO HUMANO que governa o mundo com guerras, em vez de promover a paz e consensos para enfrentarmos os verdadeiros problemas da Humanidade?

Enfrentamos, sem dúvida, momentos muito difíceis em que somos desafiados de diversas formas, e por isso convocados a reforçar a nossa determinação e união em prol da paz e da promoção de BOAS PRÁTICAS DE CIDADANIA NO MUNDO, para que a Paz impere nas nossas comunidades.

Procurar consensos, com um clube mais amigo, mais motivado para alcançar estes nobres desígnios.

As dificuldades vividas nestes últimos dois anos não podem servir para desmobilizar. Passaram já sete meses e restam cinco meses de trabalho, neste ano rotário de 2021/2022, para trabalharmos em conjunto com vista a atingirmos estes objectivos e servir melhor a nossa comunidade, cada um com o seu saber e as suas capacidades. **Todos somos poucos!**

CURIOSIDADES DO MUNDO



O rio Amazonas tem tão forte caudal que, a partir da sua foz, ainda é visível a sua água um tanto barrenta a 160 kms. no oceano Atlântico.



O volume de água do Amazonas é equiparável à soma dos volumes das águas dos demais oito maiores rios do mundo.



90% do gelo existente na Terra está na Antártida, que tem 60% da água do nosso Planeta.



A Antártida, porém, é o mais seco lugar da Terra.



O topónimo Canadá significa "povoado grande" e o topónimo Espanha significa "terra de coelhos".



O país que tem maior o maior número de lagos no mundo é o Canadá.



A mais antiga cidade que se conhece é Damasco, que data de 753 aC (anterior a Roma).



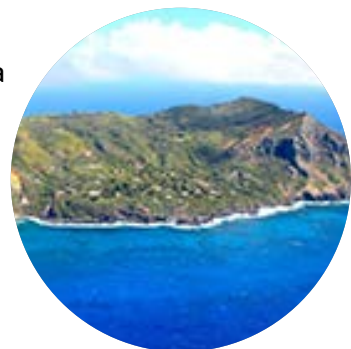
A Sibéria tem 25% das florestas existentes no nosso mundo.



O verdadeiro nome completo de Los Angeles (EUA) é El Pueblo de Nuestra Señora la Reyna de los Angeles de la Porciúncula.



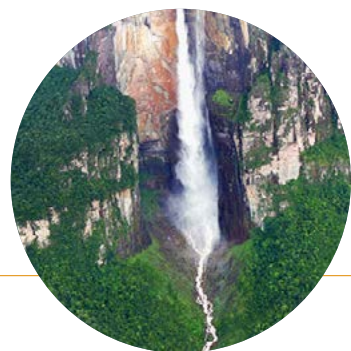
O menor país do mundo é a Ilha de Pitcaian, na Polinésia, com um território de apenas 4,3 kms².



A mais pequena entidade soberana é a Soberana Ordem Militar e Hospitalária de S. João de Jerusalém, de Rodes e de Malta (SMOM), com sede em Roma. Tem uma população de 80 pessoas e uma área que equivale a dois campos de ténis.



O maior buraco existente no mundo é o "Kola Super Deep Bocehole", na Rússia, com 12 kms. de profundidade. E a mais alta catarata é o "Salto do Anjo", na Venezuela, com 979 ms..





Comp.ª Inês Amorim Ferraz

SECRETARIA

Janeiro

RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Leça da Palmeira – o Comp.º. Eurico Basto; no Interact Club ESAS/Vila Nova de Gaia – os Comp.ºs. Artur Lopes Cardoso e “Mizi” Reis; em reunião conjunta com o Rotary Club de La Rochele-Atlantic – os Comp.ºs. Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso, Bartolomeu Pereira, Eurico Basto, Fátima Passos, Filomena Aguiar, Inês Ferraz, Mercês Ferreira, “Mizi” Reis, Raquel Lima e Rogério Cardoso.

DERAM-NOS A HONRA E O PRAZER DAS SUAS VISITAS

Do Rotary Club de Coimbra – o Comp.º. António Amorim da Costa; do Rotary Club de Gaia-Sul – o Comp.º. Duarte Besteiro; do Rotary Club de Leça da Palmeira – o Comp.º. João Cadilhe; do Interact Club ESAS/Vila Nova de Gaia – o Comp.º. ITC Sérgio de Carvalho; do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia – os Comp.ºs. RTC Bruno Almeida, Carolina Reis e Rodrigo Moura.

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

O nosso Boletim e o programa mensal, para todos os Companheiros e todos os Rotary Clubes do Distrito. “E-mails” para todos os membros do Clube para suscitar inscrições na deslocação a fazer até ao Rotary Club de La Rochele-Atlantic, até ao fim deste mês.

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de **Janeiro** dos Rotary Clubes de Caldas das Taipas, Coimbra, Ermesinde, Esposende, Santo Tirso, Vila do Conde e Vizela.

Comunicações – Da Secretaria do Governador a informar do falecimento do Comp.º. António Rodrigues, do Rotary Club de Porto-Aliados. Da Governadoria, a solicitar adesão ao projecto “Prenda de Reis”, doação a favor de *The Rotary Foundation*, e a comunicar a indicação do Comp.º. António Simões Pinto, do Rotary Club de Estarreja, para Governador do Distrito em 2024-25. Do Representante Distrital ao Conselho de Legislação de 2022, PGD Joaquim Branco, a informar acerca do ponto de situação das propostas já formalizadas e a solicitar o envio doutras e sua carta a solicitar indicação do Delegado do Clube. Do Rotary Club do Entroncamento

a divulgar o seu Programa PARE. Dos Rotary E-Club do Distrito 1970 e Rotary Club de Viseu, a informar dos adiamentos, respectivamente, da homenagem a profissional e da sua VOG. Pedido de auxílio do Rotary Club de Itabuna (Brasil) a favor das vítimas das graves inundações verificadas no Estado da Bahia. Programa dos Auditórios Municipais e comunicações de cancelamento de alguns dos eventos agendados em resultado da pandemia.

Convites – Dos Rotary Clubes de Aveiro, Coimbra, Figueira da Foz, Oeiras, Porto e Rotaract Club do Porto e Vila do Conde, para suas respectivas reuniões com palestra. Dos Rotary Clubes de Águeda, Lisboa e do Porto, para as respectivas reuniões festivas de aniversário. Dos Rotary Clubes de Espinho, Porto-Aliados e de Viseu, para as suas VOG respectivas. Do Rotary Club de Douro e Vouga Internacional, para a 3ª “Rotary Talks”. Dos Rotary Clubes de Cascais-Estoril e Lisboa-Olivais, para o “Passeio de Automóveis Antigos” que organizam juntamente com o Clube Português de Automóveis Antigos. Dos Rotary E-Club do Distrito 1970 e Rotary Club de Monção, para suas respectivas homenagens a profissionais. Da IPSS “Apoio”, para mais uma “Noite de Poesia”. Do Auditório Municipal de Vila Nova de Gaia, para programa.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Portugal Rotário”. Carta Mensal do Governador. Boletins dos Rotary Clubes de Coimbra-Saúde, Estarreja e Fafe.

PRESIDENTE INDICADO 2023-2024

Tendo-se realizado em 20 de Janeiro passado a Assembleia Geral do nosso Clube, um dos seus pontos da Ordem de Trabalhos foi o da eleição de Presidente para o ano rotário de 2023-24. Em consequência, foi, por unanimidade e aclamação, eleito para dirigir o nosso Clube no referido ano o Comp.º. ARTUR LOPES CARDOSO, no que já será a terceira vez a servir em tais funções. Com efeito, foi já Presidente em 1982-1983 e em 2012-2013. Servirá sob a presidência do R.I. do Comp.º. Gordon R. McNally, da Escócia, e sendo Governador do nosso Distrito o Comp.º. Duarte Besteiro.

CIÊNCIA

A Doutora Mónica Bettencourt-Dias é a actual Directora do Instituto Gulbenkian da Ciência (IGC) e, na sua actividade científica de investigadora, ainda quando, em Cambridge (Reino Unido), se ocupava no seu pos-doutoramento, identificou a molécula PLK4..



como o nosso mundo funciona. Nada menos que oito em cada dez dos fármacos que actualmente são utilizados em clínica médica surgiram dela: por exemplo, o desenvolvimento das vacinas, mais recentemente a contra o “corona-vírus” (descoberta do “mRNA” que se encontra na base das vacinas desenvolvidas pela “BioNTech/Pfizer” e da “Moderna”). Tratou-se especialmente da resposta à questão de se saber como é que a informa-

O que preocupava a Doutora Mónica em 2005, era perceber a questão da multiplicação das células do corpo humano. Tratou, assim, de tirar um gene à célula e observar o que isso ocasionaria. Assim fez e descobriu que, faltando esse gene, a célula passava a ter em falta uma peça importante na sua estrutura. Todavia, continuava a desconhecer-se como se formava a sua estrutura.

Ela logrou então determinar que é a molécula PLK4 que forma a estrutura celular e essa descoberta veio permitir que, por todo o mundo, muitos outros cientistas fizessem diversas outras descobertas, designadamente o facto de demasiadas estruturas de tal molécula serem origem de cancro. Decorrem agora ensaios clínicos para testes de fármacos que sejam inibidores da molécula PLK4 para obviar à progressão do cancro.

A investigação científica, como foi o caso atrás mencionado, está na base de todo o progresso através da obtenção de um cada vez melhor conhecimento acerca de nós mesmos e de

ção é transmitida dentro do corpo e a decifração do nosso código genético ocorrida nos anos 60 do século XX.

E, por outro lado, os testes de PCR (*polymerase chain reaction*), que permitem conhecer o genoma do SARS-CoV2 e até doutros microrganismos.

No IGC a investigação já realizada permitiu concluir que existem vírus que podem apresentar-se sob o estado líquido, isto além do habitual estado sólido, o que deverá desencadear uma consequência significativa no que tange à forma através da qual poderão ser combatidos. E um outro estudo em progresso no referido Instituto incide sobre a maneira como a electricidade se move dentro do nosso corpo, tendo determinado que os campos magnéticos regulam a forma de como as células se movem, um aspecto que se afigura fulcral para a área do combate a infecções ou às metástases do cancro.

A conclusão a que já se chegou foi extraordinária: no nosso corpo temos mais células de micróbios que células humanas!

NOTICIÁRIO ROTÁRIO

Vai realizar-se em Houston, Texas (EUA), no próximo dia 3 de Junho, mais uma cimeira do Grupo de Acção "World Water", do Rotary. Terá as modalidades presencial e "on line".



Quando, em 1988, se iniciou a Campanha de Erradicação Global da Polio – então denominada "PolioPlus" - os casos de incidência da doença no mundo andavam pelos 350.000 e verificavam-se em 125 países. Em 2021 verificou-se uma redução de casos na ordem dos 99,9%.



Os Rotários já fizeram doações em apoio da Campanha de Erradicação da Polio no valor global de mais de 2,2 mil milhões de dólares.



A Campanha de Erradicação Global da Polio conduziu já à protecção de mais de 3 mil milhões de crianças e em 122 países.



Dados estatísticos de actualidade referem que os Rotários eram 1.201.314 (Rotárias 278.220), os Rotary Clubes 37.049 e o Rotary existia em 218 países e regiões geográficas. Os Distritos Rotários eram 530. Os Interactistas eram 383.102

e havia 16.872 Interact Clubes em 160 países. Os Rotaractistas ascendiam a 232.273, sendo os Rotaract Clubes 11.917 e em 178 países. Os NRDC eram 11.917 e tinham ao serviço 215.260 voluntários. Havia-os em 130 diferentes países.



O Rotary está fortemente empenhado na luta contra a pandemia "sars-Covid-19". Veja o que tem sido feito nesta sede pelo Centro de Recursos do Rotary em <rotary.org/covid19>.



De 18 a 20 de Março próximo terá lugar em Veneza (Itália) mais uma Conferência Presidencial na Europa. Será dedicada à temática "Economia e Ambiente em Harmonia". Veja toda a informação acerca deste evento em <www.rotaryconferencevenice.org>.



Tendo reunido no passado dia 7 de Janeiro, a Comissão de Indicação para Governador do Distrito 2024-2025 indicou para o cargo o Compº. António Simões Pinto, que é sócio do Rotary Club de Estarreja.

O ROTARY E A VACINAÇÃO

Vem já de data distante a especial atenção do Rotary International quanto às questões relacionadas com a saúde pública. Haja em vista não só a já longa campanha para a Erradicação Global da poliomielite, mas também todos os abundantíssimos investimentos que tem feito, através da concessão de subsídios para os mais diversos projectos desenvolvidos por Clubes e Distritos no âmbito da luta contra as doenças, tudo sem perder de vista que a preocupação pela saúde se mostra presente em mais que uma das áreas de enfoque do Rotary.

Numa acção conjunta, o Conselho Director do R.I. e o Conselho de Curadores de The Rotary Foundation divulgaram recentemente uma Declaração de Posicionamento sobre a vacinação do teor que a seguir se transcreve, tendo bem presente a pandemia da “Covid-19”.

“Na sua qualidade de primeira Organização a imaginar um mundo livre de polio através da vacinação infantil em massa, o Rotary acredita que a decisão de nos vacinarmos é um dever huma-

nitário. Por assim ser, o Conselho Director do R.I. e o Conselho de Curadores da Fundação Rotária declaram acerca deste assunto:





1. A vacinação é o caminho certo para se atingir o fim da pandemia pelo que incentivam veementemente a vacinação de todos os indivíduos, inclusivamente os nossos associados.

2. A desinformação dificulta a luta contra a "Covid-19" mas todos nos encontramos comprometidos em fornecer aos associados informações baseadas na Ciência.

3. O Rotary está empenhado em garantir a equidade no acesso à vacina colocando-a à disposição de todas as pessoas. Recorrendo a esforços conjuntos com a "Aliança Gavi", estamos a aplicar a nossa experiência com a poliomielite para facilitar a distribuição da vacina.

4. O Rotary agradece aos profissionais de saúde de todos os lugares o continuarem a prestar serviços que salvam vidas. Nós recomenda-

mos vivamente aos Clubes que os homenageiem e lhes dêem todo o apoio.

5. O Rotary e os Rotaract Clubes são incentivados a redobram os seus esforços no apoio a iniciativas de prevenção e de vacinação contra a "Covid-19".

6. Como são um dos maiores avanços da medicina moderna, as vacinas são seguras, eficazes e salvam milhões de vidas anualmente. Elas já eliminaram ou controlaram inúmeras doenças, como a poliomielite, a varíola, o sarampo e o ébola, e agora dão-nos a oportunidade de acabar com a pandemia da "Covid-19".

Como é a primeira Organização a imaginar um mundo livre de poliomielite, por meio da vacinação em massa, o Rotary acredita que a decisão de todos nos vacinarmos é o cumprimento de um dever humanitário."

ARTUR LOPES CARDOSO
ADVOGADO

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



A MOTIVAÇÃO COMO MOTOR DO MOVIMENTO ROTÁRIO

Bruno Almeida

Presidente do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia

Quando nos iniciamos no Movimento Rotário vamos observando que os companheiros com mais tempo no clube têm sempre uma postura e experiência diferentes das dos restantes. Normalmente, os seus ensinamentos ajudam os mais novos a integrar a filosofia do Movimento Rotário e a contribuir da melhor forma, de acordo com a sua especialidade, no clube e na comunidade.

Porém, em qualquer movimento de natureza social e associativa torna-se necessária uma predisposição para participar nestas jornadas com um sentido de confiança e compromisso. Assim, a motivação é a palavra-chave de qualquer causa ou movimento. Por um lado, ajuda os que participam nesse movimento a cumprir os objectivos e a dar respostas consistentes aos propósitos do movimento, e, por outro, tem resultados muito mais benéficos para que, futuramente,

esse movimento possa prosperar, progredir e evoluir.

A postura de “estar em Rotary” passa pelos valores e atitudes que retemos da formação rotária e também da nossa motivação enquanto rotários, rotaractistas ou interactistas. Neste sentido, devemos ultrapassar as barreiras e entraves que vão surgindo na vida do clube, nas dinâmicas entre companheiros e principalmente na nossa vida pessoal, pois a aprendizagem em Rotary oferece-nos ferramentas que nos ajudam a combater qualquer entrave ou aborrecimento. Para isso, o fundamental será trabalhar na nossa personalidade com inspiração, de modo a marcarmos a diferença dentro e fora do clube, pois toda a comunidade espera que o movimento cumpra com a sua função mediante a sua máxima de ajuda e resposta social.

Por fim, o rotário tem de estar ciente de que precisa de um auto-

-conhecimento e duma motivação claros e firmes de modo a servir o seu clube e a comunidade da melhor forma possível, pois, caso contrário, o seu propósito acaba por ser muitas das vezes colocado à prova perante os desafios.

Mas, como somos todos humanos, devemos aprender com o que nos rodeia e seguir sempre o nosso percurso com a máxima motivação e vontade de melhorar a nossa “performance”, independentemente dos momentos menos bons que nos põem à prova durante a nossa jornada que denominamos vida.

Termino com a reflexão de Yi-Fu Tuan, no seu livro *Topophilia*: -“E os problemas humanos, sejam eles económicos, políticos ou sociais, dependem do pólo psicológico da motivação, dos valores e das atitudes que direccionam as energias para os objectivos”.

CABAZ AMIGO

O Interact Club ESAS/Vila Nova de Gaia realizou em Dezembro último, o projecto “Cabaz Amigo” que consistiu na elaboração e

distribuição de cabazes alimentares por 18 famílias carenciadas da comunidade educativa da ESAS (Escola Secundária António Sérgio) e da comunidade de Vila Nova de Gaia em geral.

Este projecto iniciou-se com uma recolha de alimentos em Oliveira do Douro e realizámos outra na própria ESAS, tudo com grande adesão por parte da comunidade educativa. O mesmo procedimento voltou a ser adoptado em Oliveira do Douro e realizámos ainda compras de alimentos no Pingo Doce. Todos estes bens foram distribuí-

dos pelas referidas famílias para que pudessem ter uma ceia de Natal mais aconchegada. A acção descrita contou com uma parceria estabelecida com a ADNP.

Contamos ainda com o apoio, além do Pingo Doce, a ADNP Portugal – Assembleia de Deus Novas de Paz. A ADNP ajudou-nos na identificação das famílias carenciadas.

Agradecemos a todos que contribuíram para o sucesso do projeto.

Sérgio de Carvalho

(Vice-Presidente ITC ESAS Vila Nova de Gaia)



CALAMIDADES

O TERRAMOTO DE LISBOA

Era o dia 1 de Novembro de 1755, Dia de Todos-os-Santos. Lisboa tinha nessa altura cerca de 275.000 habitantes. Eram aproximadamente 9,40 horas e os sinos das igrejas repicavam chamando os fiéis para a Missa, pois que se tratava de dia de festa litúrgica.

Ouviram-se, então, um barulho estranho e mesmo assustador, como um ribombar surdo e distante de trovoadas. De repente, os edifícios foram sacudidos até às fundações. Seguiu-se uma breve acalmia, já com muita da população em pânico, porém, e logo vieram mais abalos ainda mais destrutivos com grande fragor. A cidade estremeceu e muitos dos seus edifícios, já abalados pelo primeiro estremeção, começaram a ruir: parte da Sé e da Igreja de Santo António, muitíssimos outros em número que se estimou nas 17.000 edificações.

Cerca de um quarto de hora depois, ocorreu mais um tremor.

A partir do Rio Tejo, formaram-se ondas gigantescas (chegaram a altura de 15 metros!) que atingiram a zona ribeirinha de Lisboa. Milhares de



pessoas morreram em incêndios que se seguiram na cidade e em inundações devastadoras provocadas por um "tsunami". E seguiu-se terrível pilhagem...

É do facto do enorme "tsunami" ocorrido que veio até nós a conhecida frase "rés vés Campo de Ourique".

As ondas sísmicas foram registadas em Inglaterra por volta das duas horas da tarde e chegaram às Antilhas umas quatro horas depois.

O número de mortos crê-se que terá superado 30.000 dos residentes, se bem que haja es-

timativas que apontam para mais de 75.000. A zona sudoeste do País sofreu também extensos danos e o terramoto foi sentido em cidades de Marrocos e em outros locais do norte de África, onde também ocorreram sérios prejuízos, assim como em Espanha e mesmo em regiões do sul da França.

O terramoto de 1755 foi um dos maiores de sempre!



APONTAMENTOS HISTÓRICOS DO ROTARY

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

1 – Foi em 1982 que o Rotary arrancou com um plano estratégico de longo prazo: a realização de “fora” em torno do tema da Paz. Nasceu assim o programa, de realização em duas vezes em cada ano e em diversas partes do mundo, de “fora” sobre a Paz com o apoio de *The Rotary Foundation*.

2 – Nos inícios deste século, foram lançados pela Fundação Rotária os Centros Rotary de Estudos Internacionais na área da paz e da resolução de conflitos, com a organização de cursos de mestrado com a duração de dois anos.

3 – Os Centros Rotary de Estudos Internacionais estão instalados em Universidades parceiras do Rotary: a Universidade del Salvador (Buenos Aires – Argentina), a University of Bradford (West Yorkshire – Inglaterra), a University of Queensland (Brisbane – Austrália), a Sciences Po (Paris – França), a International Christian University (Tóquio – Japão), University of Berkeley (Califórnia – EUA), a University of Chapel Hill e a Duke University (ambas na Carolina do Norte – EUA). Mais tarde, também a Uppsala University (Uppsala – Suécia).

4 – Além dos Centros atrás referidos, para cursos de mestrado de dois anos, veio anos depois a ser criado um outro Centro Rotary que duas vezes por ano leva a efeito cursos intensivos de 3 meses junto da Chulalongkorn University (Banguecoque – Tailândia).

5 – Os que obtiverem aproveitamento nos cursos ministrados nos Centros Rotary de Estudos Internacionais poderão depois trabalhar em organizações internacionais como as Nações Unidas, a União Europeia, o Banco Mundial e nos corpos diplomáticos e em ONGs ligadas às questões da paz.

6 – *The Rotary Foundation* já concedeu mais de 40.000 Bolsas de Estudo para estudantes de 110 diferentes países, tudo no valor global de mais de 500 milhões de dólares. Em Intercâmbios de Grupos

de Estudos já participaram cerca de 50.000, num investimento da ordem dos 100 milhões de dólares.

7 – Em Subsídios Equivalentes, a Fundação Rotária do R.I. aplicou quase 200 milhões de dólares, assim dando apoio a cerca de 20.000 projectos em 166 países.

8 – A Fundação Rotária gasta mais de 100 milhões de dólares em cada ano nos programas que desenvolve.

9 – Muita gente de todas as partes do mundo faz doações a favor de *The Rotary Foundation*, sendo que boa parte desses doadores o fazem em nome de outras pessoas e como maneira de as homenagear: Madre Teresa, Nelson Mandela, Kofi Annan, o Rei Balduino da Bélgica, Habib Bourguiba da Tunísia, Vaclav Havel da República Checa, Carlos de Inglaterra, Indira Ghandi, Yitzhak Rabin de Israel, Luciano Pavarotti, Hussein da Jordânia, Aga Khan, João Paulo II, etc.

10 – Nas primeiras reuniões que fazia o Rotary Club de Chicago (o clube n.º 1), os Rotários começavam por jantar no “Sherman Hotel” e, após o jantar, iam para um dos quartos do hotel e era nele que tratavam dos assuntos próprios do Rotary. Aqui, uns sentavam-se na cama, outros no chão e até havia quem se sentasse no peitoril da janela.

11 – Foi o Rotário Rufe Chapin quem, em 1925, afirmou que era objectivo dos Rotários “a remoção do véu da comiseração, egocentrismo e pompa para que o verdadeiro homem se manifestasse”, o que determinou a abolição do uso de títulos académicos nos Rotary Clubes.

12 – É costume antigo nos Clubes a cobrança de “multas” que acabam por se traduzir em fonte de rendimento seu: comparência sem emblema na reunião, por exemplo. E é ao “Protocolo” a quem cabe a cobrança...

FACTOS & 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...

A BATALHA DO SALADO

Foi esta batalha, travada a 30 de Outubro de 1340, que pôs fim à última ameaça da presença dos muçulmanos na Península Ibérica.

Com efeito, nesse ano o Rei de Granada Yusef Abdul Hagiag pediu ao Rei de Fez, Abul Hassan, ajuda para a guerra que ele vinha mantendo contra os cristãos já desde o ano anterior. Obtida a ajuda que solicitara, Yusef atravessou o estreito de Gibraltar com uma frota de mais de uma centena de navios.

O Rei de Castela, Afonso XI, procurou alcançar auxílios militares que lhe permitissem enfrentar as forças mouras (que já tinham destruído a armada castelhana) e, a despeito de já desde 1336 Portugal andar em guerra com Castela por causa de desavenças entre Afonso IV de Portugal e o dito Rei de Castela, genro dele, deu-se uma interrupção deste conflito fundamentada na necessidade de se fazer frente à ameaça islâmica.

O “nosso” Afonso IV acedeu, pois, ao pedido de ajuda e enviou uma frota comandada pelo almirante Manuel Pessanha e acabou por ir ele mesmo também com um exército de mil lanças. Foi-se para Sevilha e, alguns dias mais tarde, as forças reunidas pelos dois reis seguiram para Tarifa, na costa mediterrânica.

Naquele dia 30 de Outubro, pelas seis horas da manhã, os cavaleiros levados por Afonso XI atravessaram a ribeira do Salado e



atacaram a cavalaria de Abul Hassan, do mesmo passo que as forças de Yusef Abdul Hagiag, na serra, foram atacadas pelo nosso Afonso IV apoiado pelo Prior do Crato D. Álvaro Gonçalves Pereira (pai de Nuno Álvares Pereira), pelos arcebispo e bispo de Braga e de Évora e pelo Mestre de Avis.

As hostes lusas ergueram, a certa altura, a Vera Cruz de Marmelar o que lhes acrescentou o ímpeto na batalha e levou a que, pelo meio dia, os muçulmanos fugissem derrotados, abandonando as bagagens dos Reis de Fez e de Granada. Até o harém! Depois disso, os muçulmanos que ainda havia na Península Ibérica refugiaram-se em Granada mas daqui acabaram por ser expulsos pelos Reis Católicos, Fernando e Isabel, cerca de século e meio mais tarde.



AO SERVIÇO – 3 EM 1!

Na tarde do passado dia 18 de Dezembro foram ultimadas as acções de recolha de bens alimentares e outros desenvolvidas pelo nosso Clube, uma em favor da nossa “velha” parceira, a Aldeia de Crianças SOS, de Gulpilhares, a outra em favor da IPSS “BomSamaritano” e a terceira em apoio à acção desenvolvida pela IPSS “Atreve-te a Ajudar”, que dá ajudas a diversas famílias de escassos recursos económicos residentes na área da paróquia de Mafamude. De salientar que boa parte do que pudemos levar se ficou a dever às Comp^{as}. “Fátimas” (Meira e Passos).

Uma delegação nossa, tendo à frente a nossa Presidente, Comp^a. Mercês Ferreira e composta ainda pelos Comp^{os}. Américo Camarinha, Ângelo Sá, Fátima Passos e Inês Ferraz, foi-se até à Aldeia SOS entregar para as crianças da “nossa” Casa o já tradicional Cabaz de Natal, cabaz com roupas, calçado, brinquedos e livros. Na Casa residem agora a Mariana (7 anos), o Rodrigo (8 anos) e o Leandro (11 anos). A nossa deputação foi, na altura, acolhida pelo Manuel, actual Director Pedagógico desta Aldeia SOS.



A nossa delegação posa em frente da fachada da “Casa dos Rotários” da Aldeia de Crianças SOS, de Gulpilhares.

Em seguida, fomos entregar um conjunto de 6 Cabazes de Natal, um a cada uma das famílias que presentemente habitam os apartamentos do imóvel (que está a precisar de obras de reabilitação) da IPSS “Bom Samaritano”, ali para os Carvalhos. Trata-se de casas que o nosso Clube mobilou quando foi concluída, há anos, a edificação.



No acto da entrega às famílias residentes no prédio da IPSS “Bom Samaritano”, estando a Comp^a. Fátima Passos em primeiro plano.

Finalmente, “saltou-se” à Igreja Paroquial de Mafamude e aí foi deixada uma abundante quantidade de bens alimentares não perecíveis recolhidos para o efeito e destinados ao apoio da actividade desenvolvida pela “Atreve-te a Ajudar”.



Alguns dos produtos alimentares que foram entregues à “Atreve-te a Ajudar”.

O QUE A EUROPA JÁ TEVE

O chamado “Velho Continente”, a nossa Europa, conheceu ao longo do tempo Estados que foram soberanos mas que tiveram vida efêmera, em maior ou em menor grau. Se calhar o leitor nunca deles ouviu já falar, porventura de algum ou alguns deles. Mas ... veja, então.

LIVÓNIA

Foi um Estado criado pela Ordem dos Irmãos da Espada, ou Ordem dos Cavaleiros Teutónicos da Livónia, em 1237. Situava-se na costa leste do Mar Báltico.



Em 1558 sofreu a invasão da Rússia e foi o seu território dividido entre a Lituânia, a Polónia e

a Suécia. Mas, em 1721 seria totalmente anexado pela Rússia.

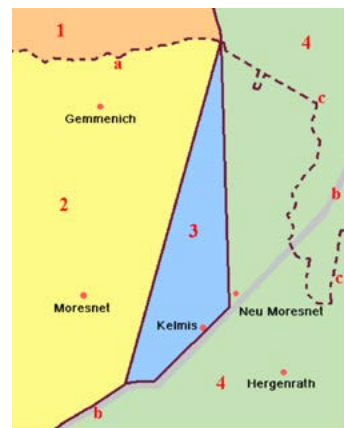
Após a 1ª Grande Guerra, a Livónia foi dividida entre a Letónia e a Estónia.

MORESNET

Ficava a leste da Bélgica.

Foi um Estado saído do Congresso de Viena, realizado em 1815, nas instalações do Hotel Prissz, na Bélgica.

Em 10 de Janeiro de 1920 foi integrado na Bélgica mercê da assinatura do Tratado de Versalhes.



A POLÍTICA...

Em 55 aC, Marco Túlio Cícero aconselhou:

- O orçamento deve ser equilibrado.
- O Tesouro Público deve ser reposto.
- A dívida pública deve ser reduzida.
- A arrogância dos funcionários públicos deve ser moderada e controlada e a ajuda a outros países deve ser eliminada para que Roma não vá à falência.
- As pessoas devem novamente aprender a trabalhar, em vez de viverem à custa do Estado.



BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS

CANOAGEM



Fernando Pimenta voltou a sagrar-se Campeão do Mundo em K1-1.000 ms., em 2021, nos campeonatos desta modalidade desportiva que se disputaram em Copenhague (Dinamarca).

CICLISMO



João Almeida, natural de Caldas da Raíña e com 23 anos de idade, foi o brilhante vencedor da Volta ao Luxemburgo de 2021.

CINEMA



O cineasta Luís Costa, de Lisboa, viu o seu filme "O Nosso Reino" ser distinguido como a melhor curta-metragem europeia e portuguesa na 15ª edição de terror no Festival Internacional de Cinema de Terror de Lisboa, MOTELX.

HOQUEI EM PATINS



A equipa do Sporting Club de Portugal ganhou a Taça Continental, edição de 2021, tendo derrotado a do Lleida por 3-1, competição que se realizou na Catalunha.

MILHA



O atleta Isaac Nader, de Faro, onde nasceu em 1999, ganhou a "Milha Internacional de Bilbao", em 2021, tendo estabelecido um novo record da prova com 4 minutos e 14 segundos.

ESPAÇO



João Lousada, natural de Lisboa e com 32 anos de idade, vive na Alemanha. É engenheiro aeroespacial e foi designado para Director de Voo do Centro de Controle "Columbus", da Estação Espacial Internacional Europeia.

MARINAS



A marina de Vila Moura (Algarve) foi, em 2021, considerada como sendo a melhor do mundo.

"KARATÉ"



Leonor Gonçalves, atleta do Sporting Clube de Braga, ganhou a Medalha de Ouro no torneio "Lion Cup 2021", na classe juvenil -50 kgs, que se disputou no Luxemburgo.

JUDO



Bárbara Chianca Timo, portuguesa nascida em Rio de Janeiro em 1991, ganhou a Medalha de Ouro em 63 kgs. no "Grand Slam de Paris 2021", tendo vencido na final Lucy Renshall por *wazari*.

*

Maria Ribeiro arrebatou a Medalha de Ouro no Europeu DSISO, o Euro TRIGAMES, que se disputou em Ferrara, na Itália.



NATAÇÃO ADAPTADA

No Europeu DSISO em piscina curta, disputado em Ferrara (Itália) – EUROTRI-GAMES – Vicente Pereira foi considerado o melhor nadador masculino nos 25 ms. mariposa (15.00) com novo record mundial. João Vaz alcançou a Medalha de Ouro nos 50 ms. bruços. A equipa constituída por Diogo Matos, Rui Pestana, Filipe Santos e Vicente Pereira ganhou a estafeta 4 x 50 ms. livres, e a integrada por Diogo Matos, Vicente Pereira, Filipe Santos e André Almeida a de 4 x 100 ms. livres.



PRAIA



A praia fluvial da Tapada Grande, na Mina de S. Domingos, Mértola, foi considerada como sendo o melhor destino europeu em praias interiores pelo "+ 37 World Travel Awards".

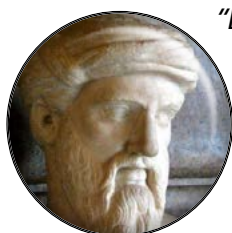
FRASES QUE MARCARAM



nos."

Jean de La Bruyère (1645-1696)

"Os lugares de chefia fazem maiores os grandes homens, e mais pequenos os homens peque-



Pitágoras (582-497 aC)

"Eduquem as crianças e não será necessário castigar os homens."



Leibniz (1646-1716).

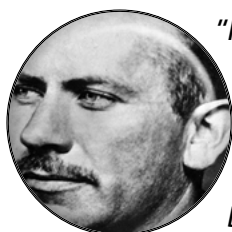
Uma força menor aplicada com persistência equivale a uma força maior."



promessas."

Marquês de Maricá (1773-1848)

"É tão fácil o prometer e tão difícil o cumprir que há bem poucas pessoas que cumprem as suas



John Steinbeck (1902-1968)

"Pela grossura da camada de pó que cobre a lombada dos livros de uma biblioteca pública pode medir-se a cultura de um povo."



questões."

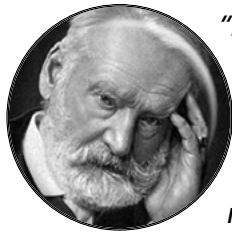
Woody Allen (1935- ...)

"O amor é a resposta mas, enquanto esperamos pela resposta, o sexo levanta ótimas



Winston Churchill (1874-1965)

"Sucesso não é o final, falhar não é fatal: é a coragem para continuar o que conta."



Victor Hugo (1802-1885)

"Iniciativa é fazermos o que está certo sem ser preciso que alguém nos diga para fazermos tal."



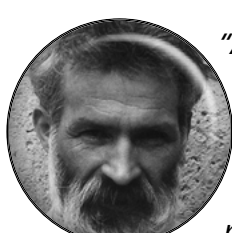
Francisco Sá Carneiro (1934-1980)

"Áreas como a Saúde, Educação e outras fazem parte das atribuições e são responsabilidade do sector público."



Edme Beauchêne (1748-1824)

"O fim da ambição é como o horizonte: recua à medida que se avança."



Edward Steichen (1879-1973)

"A fotografia é uma força muito importante para explicar o homem ao homem."



o criar."

Fernando Pessoa (1888-1935)

"Nenhum homem tem o privilégio de entender o futuro, a não ser que esteja preparado para

ROTÁRIOS ASSIM DISSERAM

"Mais que tudo, ser Rotário fez-me entender e aplicar o ditado *Think globally, act locally* (Pense globalmente e aja localmente)."

Young Woo Kang, Rotário de Indiana (EUA) em 1967.



"Acima de tudo, devemos preservar a democracia no Rotary."

Paul Harris, em 1916.



"O espírito democrático é essencial ... pois é ele que torna o Rotary relevante e o faz florir."

Idem.



"Acho que a melhor analogia para entender a eficácia do Plano de Liderança Distrital é compará-lo à construção de um prédio com base em uma excelente planta."

William E. Skelton, Presidente do R.I. 1983-84.



"Não podemos simplesmente exigir que os voluntários acatem e executem as decisões tomadas pelo Conselho Director. Com o Plano,

clubes e distrito formarão líderes que os levarão ao sucesso."

Idem.



"É nobre o comprometimento do Rotário com a prestação de serviços."

Royce Abbey, Presidente do R.I. em 1988-89.



"Somos criados para nos dedicarmos a algo, seja aos negócios, à filantropia ou competindo saudavelmente para a vitória de causas meritórias... A recompensa é a satisfação pessoal do dever cumprido."

Idem.



"Duas crianças maravilhosas – Luís Fermin, do Perú, e Mum Chanty, do Camboja – representam os últimos casos de polio em suas respectivas regiões. Mais ainda, elas simbolizam a vitória histórica do Rotary contra esta doença nefasta. Uma das minhas memórias mais afáveis do Rotary foi a de administrar nas crianças a preciosa vacina contra a poliomielite... Acredito que os melhores dias da minha vida são os de hoje, graças à grande façanha do Programa PolioPlus."

William T. Sergeant, que foi Presidente da Comissão Internacional PolioPlus.

CONHEÇA OS SEUS MAIORES

AIRES BARBOSA



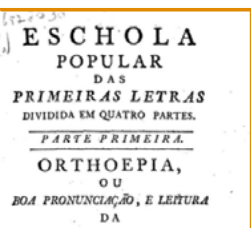
Foi um notável humanista do Renascimento, mestre de André de Resende. Um grande prosador e poeta que viveu de 1456 a 1530.

ANTÓNIO MARIA BARBOSA



Grande médico que foi professor na Escola Médica de Lisboa. Era natural da Ilha do Faial (Açores), onde nasceu em 1825, e foi autor de importantes obras sobre patologia e higiene. Faleceu em 1892.

JERÓNIMO SOARES BARBOSA



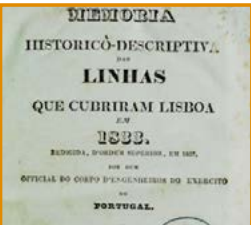
Escritor e filósofo natural de Ansião, aqui nascido em 1737. Deixou obras como "Gramática Filosófica" e "Análise dos Lusíadas". Finou-se em 1816.

FORTUNATO JOSÉ BARREIROS



General, par do Reino e escritor militar nascido em 1797 e falecido em 1885.

CLÁUDIO LAGRANGE M. BARBUDA



Escritor que viveu de 1803 até 1845. Escreveu, dentre outras obras, "Uma Viagem de Duas Mil Léguas".

MANUEL M. DE BARBUDA E VASCONCELOS



Magistrado e poeta que viveu de 1607 até 1679. Foi o autor da obra "Virginidos", um poema de 20 cantos e oitava rima, além doutras obras de poesia.

AUGUSTO C. BARJONA DE FREITAS

Um grande parlamentar nascido em 1834 e falecido em 1900. Foi por diversas vezes Ministro. A ele se devem leis liberais e importantes como a da abolição da pena de morte e a do casamento civil.



EDUARDO MONTUFAR BARREIROS

Escritor que viveu de 1839 até 1914. Dentre outras obras escreveu "Arma" e "Caça".



D. ANTÓNIO BARBOSA LEÃO

Viveu de 1860 a 1929. Foi Bispo de Angola e do Algarve. Opôs-se vigorosamente à Lei da Separação do Estado e das Igrejas pelo que, em 1912, veio a ser condenado a dois anos de expulsão da diocese. Em 1919 foi eleito Bispo do Porto, cidade onde faleceu".



GASPAR BARREIROS

Natural de Viseu, foi apreciado escritor autor de obras como "Corografia de Alguns Lugares ... desde Badajoz até Milão, em Itália" e "Commentarius de Ophiria Regione". Um grande humanista clássico que veio a falecer em 1574.



BELCHIOR NUNES BARRETO

Jesuíta e missionário no extremo-orient. Andou pelo Japão com Fernão Mendes Pinto e foi o primeiro Missionário a entrar na China. Viveu de 1520 a 1571.



CULINÁRIA INTERNACIONAL

ESPAÑA

Mestre Saborini, usou de prudência e ... não foi para longe: ficou-se pela vizinha Espanha.

GASPACHO

(sopa fria para almoçar)

Ingredientes: 2 pimentos doces
2 dentes de alho
2 fatias de miolo de pão duro
2 tomates grandes
metade de um pepino médio
azeite, vinagre e oregãos a gosto



Preparação: passe por máquina de picar carne os pimentos, os alhos e o miolo de pão. Ponha esta mistura dentro do passador e junte os tomates. Esprema tudo junto com o auxílio de umas gotas de água para desfazer bem o pão. Numa terrina, deite o produto e junte a quantidade de água suficiente para fazer a sopa. Tempere com azeite, um pouco de vinagre e um ramo de oregãos desfeito com os dedos. Parta à mão uma porção de pão e deite-a na terrina, assim como os pepinos já cortados em rodela muito finas.

OVOS "TROCADERO"

Ingredientes: 5 ovos
8 fatias de pão de forma
fatias de fiambre q.b.
manteiga, sal e pimenta a gosto

Preparação: frite as fatias de pão em manteiga e vá-as arrumando num tabuleiro que possa ir à mesa e ao forno. Cubra-as com fatias de fiambre

cortadas bem finas. Bata os ovos, tempere-os com um pouco de sal fino e pimenta em pó, e deite tudo por cima das



fatias. Salpique-as com bocadinhos de manteiga e guarde. Este cozinhado deve ser feito cerca de uma hora antes de servir o almoço para as fatias abeberarem. Já perto da hora de ir para a mesa, meta o tabuleiro no forno para coalhar os ovos. Sirva logo.

TORTILHA DE PEIXE À ESPANHOLA

Ingredientes: 2 postas de peixe cozido
400 grs. de batata
1 cebola
4 ovos
alho, salsa, sal e azeite a gosto



Preparação: corte as batatas às rodela e frite em azeite, deixando as rodela um pouco moles. Desfie o peixe e frite também ligeiramente a cebola cortada às rodela. Misture tudo e junte um dente de alho picado, salsa picada, as gemas dos ovos e as claras já batidas "em castelo". Faça uma tortilha.

Precioso!!!



SAIMÓVEIS

SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados
na Compra e Venda de:

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

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

Farmácia Portela

ABERTO 24 HORAS

Homeopatia
Fitoterapia
Ortopedia
Podologia
Equipamentos para geriatria e deficientes

Rua Marquês Sá da Bandeira, 238
4400-217 Vila Nova de Gaia
Telefone: 223 750 719 • Fax 223 744 106



disponibilizamos-lhe um
serviço personalizado

Almeida & Xavier, Lda.

Saniax


PME líder

Inovação em
ambientes
cerâmicos



Decoração de
Salas de Banho

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

Telf.: 223 745 922 | Fax: 223 745 929
geral@saniatx.pt



Rotary Club de Vila Nova de Gaia

O magnífico “4 Estrelas” no qual reunimos, na Rua Diogo Macedo, 220

4400-107 Vila Nova de Gaia

Telef.: 22 374 75 00

Fax: 22 374 75 76

email: info@hiportogaia.com

Informações e reservas: +351 223 747 500

Internet: www.holidayinn.com

Nossas reuniões: 5^{as} feiras, às 21.30 horas (1^{as}, 2^{as}, 4^{as} e 5^{as});
às 20.30 horas (3^{as})