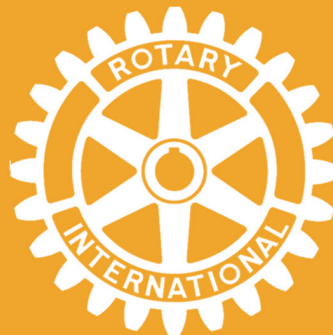


# Rotary

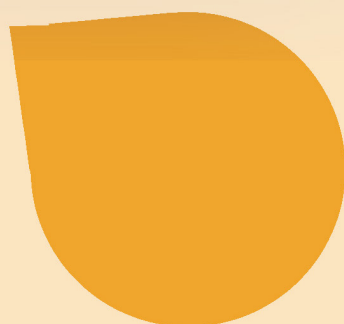
Club de Vila Nova de Gaia



boletim mensal | ano XXXIV | nº 416 | novembro de 2017



*O nosso Presidente, Compº. Rogério Cardoso,  
conversa com o seu homólogo do Rotary Club  
de Marrakech-Menara, o Compº. Radouane Astou.*





# DOMUS AQUA

T5 T4 T3 T3 DUPLEX



ABRACE O MAR E CONSTRUA AQUI O SEU FUTURO

961 745 552 223 747 150 [www.domusaqua.com](http://www.domusaqua.com) [www.jaimepocas.pt](http://www.jaimepocas.pt)



## SAIMÓVEIS

SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados  
na Compra e Venda de:

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

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



## ROTARY CLUB DE VILA NOVA DE GAIA

Membro nº. 12 028 do Rotary International  
Admitido em 13 de Janeiro de 1973 • Distrito 1970  
Reúne às quintas-feiras no HOTEL HOLIDAY INN  
Rua Diogo de Macedo, 220, 4400-107 V. N. de Gaia –  
Tel.: 22 374 7500; Fax: 22 374 7576

### CONSELHO DIRECTOR

**PRESIDENTE** – Rogério Cardoso

**PRESIDENTE ELEITO** – Fernando Jorge Rocha

1º VICE PRESIDENTE – Jorge Silveira

2º VICE-PRESIDENTE – “Mizi” Reis

1º SECRETÁRIO – Henrique Lopes Cardoso

2º SECRETÁRIO – Diogo Pedrosa

1º TESOUREIRO – Ângelo Sá

2º TESOUREIRO – Maria do Céu Gonçalves

1º PROTOCOLO – Américo Camarinha

2º PROTOCOLO – António Meira

### COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

**PRESIDENTE** – Rui Oliveira Santos

PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Jaime Poças & Rui Oliveira Santos

FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO – Américo Camarinha, Manuel Júlio Santos & António Cândido Leite

**COMUNICAÇÕES & REDES SOCIAIS** – Henrique Lopes Cardoso

### COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

**PRESIDENTE** – Rui Oliveira Santos

**ADMISSÃO DE NOVOSSÓCIOS** – Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso & Eurico Lima Basto

**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Jaime Poças, Marília Raro & Mercês Ferreira

**INFORMAÇÃO ROTÁRIA** – Artur Lopes Cardoso, Luiz Carlos Oliveira & Rui Amandi de Sousa

### COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM

**PRESIDENTE** – Diogo Pedrosa

**RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL** – Henrique Lopes Cardoso & Rogério Cardoso

**EVENTOS** – António Meira, Jaime Poças, “Mizi” Reis, Luiz Carlos Oliveira & Mónica Gonçalves

### COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

**PRESIDENTE** – Mercês Ferreira

**SERVIÇOS À COMUNIDADE** – Ângelo Sá & António Meira

**SERVIÇOS PROFISSIONAIS** – Eurico Lima Basto, Diogo Pedrosa & Maria do Céu Gonçalves

**SERVIÇOS INTERNACIONAIS** – Luiz Carlos Oliveira & “Mizi” Reis

**NOVAS GERAÇÕES** – Fernando Jorge Rocha, Rui Oliveira Santos & Henrique Lopes Cardoso

**SERVIÇOS À JUVENTUDE** – Fernando Jorge Rocha, Marília Raro & Filomena Aguiar

ALDEIA SOS – Américo Camarinha & “Mizi” Reis

### CAPTAÇÃO DE RECURSOS / DOADORES

**PRESIDENTE** – Rogério Cardoso

### COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

**PRESIDENTE** – Rui Amandi de Sousa

**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças

**SUBSÍDIOS** – Jorge Silveira & Rui Amandi de Sousa

**FUNDO PERMANENTE** – Manuel Júlio Santos

**“POLIOPLUS”** – Filomena Aguiar & Mercês Ferreira

**BOLSAS DA PAZ MUNDIAL** – António Cândido Leite & “Mizi” Reis

**BOLSAS EDUCACIONAIS** – Marília Raro, Filomena Aguiar & Maria do Céu Gonçalves

### DELEGADOS

**FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA** – Jorge Silveira

**REVISTA “PORTUGAL ROTÁRIO”** – Artur Lopes Cardoso

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

## A FUNDAÇÃO ROTÁRIA DO R.I.

Para quem acredita numa outra vida depois da morte (o meu caso...), certamente lhe ocorrerá pensar como deve sentir-se feliz Arch C. Klumph, o visionário Presidente do Rotary em 1916-1917, ao ver o que resultou da sua proposta centenária da criação de um “Fundo de Dotações”, pelos Rotários, para “fazer o bem no mundo”. Nem por sombras ele imaginaria, ao fazer tal desafio na “sua” Convenção em Atlanta, Geórgia (EUA) realizada em Junho de 1917, que da sua ideia viria a surgir “The Rotary Foundation” (TRF), à portuguesa, a Fundação Rotária, agora com mais de cem anos de actividade e justamente considerada como uma maiores e melhores, das mais fiáveis e de gestão mais rigorosa, de todo o mundo. Quiçá não “uma das mais” mas, até, “a mais”.

É verdadeiramente espantoso notar que, desde aqueles generosos 26,5 dólares oferecidos pelo Rotary Club de Kansas City, a primeira e incipiente doação ao referido Fundo que surgiu, a partir sobretudo de 1947 os Rotários de todo o mundo abraçaram com tal convicção a causa do fortalecimento da acção do Rotary através do fortalecimento da, entretanto realizada, transformação do Fundo de Dotações em Fundação Rotária, doando-lhe verbas que, no seu total, já ultrapassaram os três mil milhões de dólares!!!

Dádivas que não caíram em “saco roto”.

Com uma administração altamente segura e sábia – veja-se que, do montante anual das despesas realizadas pela TRF, apenas 2% são feitas em encargos administrativos – a Fundação tem sabido apoiar as causas do Rotary em todo o mundo nos campos humanitários do combate à pobreza, da distribuição de água potável, na melhoria das condições sanitárias, no desenvolvimento económico e na promoção da paz no mundo. Ela concede subsídios para projectos sustentáveis que os Rotários, através dos clubes em que estão organizados, queiram implantar.

Hoje em dia, TRF dispõe do Fundo Anual (donde saem os subsídios para projectos), do Fundo de Dotação (aplicado nos programas da própria Fundação em si), do Fundo PolioPlus (para financiamento da Campanha de Erradicação Global da Polio) e o Fundo das Bolsas “Rotary pela Paz” (que dá apoio aos Centros Rotary pela Paz, uma “arma” na construção da Paz Mundial).

Para que TRF consiga aumentar permanentemente a sua eficácia, e assim, ocasionar uma cada vez maior influência benéfica do Rotary no mundo, é absolutamente necessário que todos os Rotários, de algum modo, lhe dêem o seu contributo, seja ele grande, como seja pequeno. Foi para isso há anos lançado o convite “Todos os Rotários, Todos os Anos”, um pedido de que, em cada ano, ofereçamos à Fundação pelo menos 100 dólares. É uma doação muitíssimo inferior, em valor, aos 26,5 dólares atrás referidos se nos reportarmos à época em que o Clube de Kansas City os deu.

Dê, agora mesmo, a sua oferta à Fundação Rotária do R.I.! Não adie.

## NA CAPA

As visitas a Marrocos.

## PROGRAMA PARA O MÊS DE DEZEMBRO

Dia 7

**REUNIÃO Nº. 2225** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
“QUEM SOU EU?” - Auto-apre-  
sentações das Comp<sup>as</sup>. Ana Mar-  
garida Pinheiro Povo e Francisca  
Maria Almeida Castro Neves.

Dia 14

Transferida para o

Dia 16

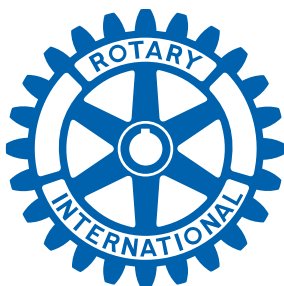
**REUNIÃO Nº. 2226** 13,00 horas – Reunião Festiva da  
Família Rotária.  
ALMOÇO DE NATAL.

Dia 21

**REUNIÃO Nº. 2227** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

Dia 28

**REUNIÃO Nº. 2228** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.



## COMPANHEIRISMO

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

### NATALÍCIOS

Dia 7 – Manuel Júlio Pinto da Costa Santos

Dia 21 – Marília da Graça Oliveira Raro Coelho Guedes

### DE CASAMENTO

Dia 4 – Ângelo Gomes de Sá  
D. Ana Gonçalves de Sá

## EM FESTA NO NOSSO DISTRITO

Em Dezembro fazem o seu aniversário da admissão no  
*Rotary International* o *Rotary Club de Coimbra-Santa Clara*,  
no **dia 1**, e o *Rotary Club de Porto-Douro*, no **dia 16**.

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

## ÍNDICE

A Fundação Rotária do R.I. ....	1	Campanha p'ro Limpopo .....	13
Programa para o Mês de Dezembro .....	2	Saúde: veja o que come .....	14
Companheirismo .....	2	A Aviação ( <i>continuação</i> ) .....	15
Página do Presidente .....	3	Boas Notícias em Português .....	16
Carta de certa mãe alentejana .....	4	Frases que marcaram .....	17
Secretaria .....	5	Porquê sou Rotário? .....	18
Os Melhores "Inter-pares" .....	7	Conheça os seus Maiores .....	19
Conhece mesmo Paul Harris? ( <i>conclusão</i> ) .....	9	Culinária Internacional .....	20
Por Terras de Marrocos .....	10		



# Página do Presidente

## NOVEMBRO MÊS da The Rotary Foundation



**Rogério Cardoso**  
Presidente 2017-18

Caríssimos Companheiros e Queridas Companheiras.

O Presidente do Rotary International Arch Klumph (1916-17), propôs em 1917, a 18 de Junho e em discurso que proferiu na Convenção do R.I. que se realizou em Atlanta, Geórgia (EUA), a criação de um “Fundo de Dotações” tendo como objectivo “fazer o bem no mundo”. Porém, só 11 anos mais tarde é que esse fundo passou a denominar-se Rotary Foundation. Esta veio a tornar-se no braço financeiro do Rotary International.

Como entidade sem fins lucrativos, a Fundação Rotária “vive” de doações, quer dos próprios Rotários em todo o mundo, quer doutras entidades.

Vários são os programas por ela desenvolvidos em prol da Paz, em acções de carácter humanitário, bolsas educacionais ou intercâmbio cultural.

Os Clubes Rotários podem beneficiar do apoio da Fundação Rotária do R.I., desde que esses apoios sejam solicitados atempadamente e suportados por um projecto consistente que respeite os requisitos indispensáveis para a sua aprovação por parte da Fundação.

Para que todo o sistema funcione, é de importância fulcral a consciencialização de todos de que a Fundação só poderá levar a cabo a sua missão graças às contribuições voluntárias dos Rotários e outros amigos dela, pessoas que partilham da visão de um mundo melhor.

Logo no início deste ano rotário e até ao final do mesmo, o Rotary Club de Vila Nova de Gaia acolherá uma campanha de apoio à Fundação Rotária baseada no lema “CADA COMPANHEIRO, UM CAFÉ POR SEMANA”.

Para tal, desafiámos dois artistas de Gaia para conceberem e executarem uma peça de cerâmica simbolizando um mealheiro com a forma de uma chávena de café. Esta peça tem vindo a ser colocada na sala onde realizamos as reuniões estatutárias, para que os companheiros possam, através de uma contribuição contínua ao longo do ano, apoiar a causa “FIM da POLIO”.

Com essas contribuições, associadas ao evento “Caminhada a Favor do Fim da Polio” que iremos realizar neste mês, poderemos concretizar uma das metas aprovadas pelo Conselho Director, a atribuição de dois PAUL HARRIS FELLOW para o Clube, galardões que serão posteriormente sorteados pelos seus membros.

E, assim, juntos e unidos, faremos a diferença.

Um abraço amigo do

*Rogério Cardoso*  
Presidente 2017-2018





# CARTA DE CERTA MÃE ALENTEJANA

*Os nossos queridos compatriotas alentejanos já não levam a mal. Ademais, muitas vezes são eles mesmos a imaginar pícaras histórias a seu próprio respeito. Para alguns momentos de bonomia e humor, olhe só o que terá escrito uma mãe alentejana a seu filho:*



“Mê querido filho.

Ponho-te estas poucas linhas que é para saberes que tôu viva.

Escrevo devagar porque sei que não gostas de ler depressa. Se receberes esta carta, é porque chegou. Se ela não chegar, avisa-me que eu mando outra.

O tê pai leu no jornal que a maioria dos acidentes acontecem a 1 km. de casa. Por isso, mudámo-nos para mais longe.

Sobre o casaco que querias, o tê tio disse que seria muito caro mandar-to pelo correio por causa dos botões de ferro que pesam muito. Assim, arranquei os botões e meti-os no bolso. Quando chegar aí prega-os de novo.

No outro dia, houve uma explosão de gás aqui na cozinha. O pai e eu fomos atirados pelo ar e caímos fora de casa. Que emoção: foi a primeira vez, em muitos anos, que o tê pai e eu saímos juntos.

Sobre o nosso cão, o Joli, anteontem foi atropelado e tiveram de lhe cortar o rabo, por isso toma cuidado quando atravessares a rua.

Na semana passada, o médico veio visitar-me e colocou na minha boca um tubo de vidro. Disse para ficar com ele por duas horas sem falar. O tê pai ofereceu-se para comprar o tubo.

A tua irmã Maria vai ser mãe, mas ainda não sabemos se é menino ou menina. Portanto, nã sei se vais ser tio ou tia. O tê mano Antóino deu-me hoje muito trabalho. Fechou o carro e deixou as chaves lá dentro. Tive de ir a casa, pegar a suplente para a abrir. Por sorte, cheguei antes de começar a chuva, pois a capota estava aberta.

Se vires o Sr. Alcino, diz-lhe que mando lembranças. Se não o vires, não lhe digas nada.

Tua Mãe Mariana

PS: Era para te mandar os 100 Euros que me pediste, mas quando me lembrei já tinha fechado o envelope.

DESCULPA a minha letra, mas eu tenho andado muito rouca.





# Secretaria mês de OUTUBRO

Compº. Henrique Lopes Cardoso

## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de **Casablanca International** (Marrocos) – os Compºs. Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Jaime Poças, Maria do Céu Gonçalves, Mercês Ferreira, “Mizi” Reis e Rogério Cardoso; no Rotary Club da **Feira** – os Compºs. Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso e Rogério Cardoso; no Rotary Club de **Gaia-Sul** – os Compºs. António Meira e Rogério Cardoso; no Rotary Club de **Leça da Palmeira** – o Compº. Eurico Basto; no Rotary Club de **Marrakech-Menara** (Marrocos) – os Compºs. Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Jaime Poças, Maria do Céu Gonçalves, Mercês Ferreira, “Mizi” Reis e Rogério Cardoso; no Rotary Club de **Sandim** – o Compº. Jorge Silveira; no Interact Club **ESAS**-Vila Nova de Gaia – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e “Mizi” Reis; no Rotaract Club de Vila Nova de Gaia (em formação) – o Compº. Rogério Cardoso; no Seminário Distrital de Formação, em Vila Nova de Famalicão – os Compºs. Henrique Lopes Cardoso e Rogério Cardoso; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – o Compº. Artur Lopes Cardoso; na Assembleia Plenária das CIPs, em Coimbra – o Compº. Rogério Cardoso.

## TIVEMOS A HONRA E O PRAZER DAS VISITAS

De largas dezenas de estudantes, seus familiares e representantes dos diversos estabelecimentos do ensino secundário de Vila Nova de Gaia. Do Compº. Alberto Silva, do Rotary Club de Gaia-Sul. Do Compº. Alves Pinto, do Rotary Club de Porto-Foz. Dos Exmºs. Srs. Dr. João Miguel Pinto Camarinha, Drºs. Ana Margarida Pinheiro Povo, Mónica Sofia Pinheiro Povo e Francisca Maria Almeida Castro Neves. D. Ana Carolina Ferreira.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

“e-mail” para a Representante do RTC, Compª. RTC Filipa Portela, a comunicar-lhe a organização do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia e a fornecer-lhe os dados referentes a este Clube. Para o Secretário Distrital, Compº. Santos Bento, com o formulário para certificação do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia. “E-mail” para o Compº. Zacarias Sumbana, Presidente do Rotary Club de Maputo (Moçambique) a comunicar o próximo envio de um contentor com bens diversos para as gentes do vale do Limpopo e a solicitar agilização na recepção e desalfandegamento, com remessa do “packing list” e a Declaração para a isenção de encargos aduaneiros e fiscais. “E-mails” para os Presidentes dos Clubes que colaboraram na recolha de bens para o vale do Limpopo, com fotografia das caixas respectivas e agradecimento pela colaboração que deram.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de **Outubro** dos Rotary Clubes de Ermesinde, Espinho, Esposende, Estarreja, Feira, Maia, Paredes, Porto-Douro, Santo Tirso, Senhora da Hora, Vila do Conde e Vizela.

### Comunicações

Da CD das Universidades Senior, com questionário. Do Rotary Club de Barcelos a comunicar falecimento. Comunicação do Presidente do Rotary Club de Maputo (Moçambique) informando acerca do endereço do Clube. Do Rotary Club de Barcelos, a comunicar o falecimento do seu membro honorário, Compº. António São Bento. Informações da “Runporto”, EXPO-Maratona do Porto – 2017. Do Compº. RTC Luís Pinto, Representante do Rotaract, sobre o Congresso Nacional ITC/RTC 2017. Da Compª. Kathrin Persiano, da Comissão “Club & District Support, Southern Europe”, confirmando a organização do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia. Da Associação Portugal Rotário, o Aviso de Débito referente a assinaturas da Revista no 2º semestre deste ano rotário. De “CicloCoimbrões”, cobrança de 3 bicicletas extraviadas. Convocatória da FRP para a Assembleia de Representantes, em Pombal e aviso de cobrança do 2º trimestre. “E-mail” da ex-Compª. Eliete Ferreira, que era membro do Rotary Club de Campinas, São Paulo (Brasil), a pedir mais informação acerca do nosso Clube. Do Rotary Club de Leiria a dar notícia do adiamento da VOG. Dos Serviços de Acção Social da UTAD com envio de factura referente ao Campo de Férias. Do Gov. Soares Carneiro a lançar campanha de recolha de fundos a favor das vítimas dos incêndios florestais.

**Convites** – do Rotary Club de Braga-Norte, para o 1º Encontro Nacional “Rotary Means Business Portugal”. Do Rotary Club de Porto-Douro, para uma “Caminhada Solidária” que organiza, e para sua reunião com palestra pelo Prof. Doutor Álvaro Almeida. Dos Rotary Clubes de Braga, Feira, Ovar e Póvoa de Lanhoso, para as suas respectivas VOGs. Dos Rotary Clubes de Coimbra, Espinho, de Estarreja, da Feira, de Póvoa de Lanhoso e de Sandim, para suas reuniões com palestras. Do Rotary Club de Valongo, para a abertura de Exposição de Pintura de trabalhos da Compª. Isilda Araújo. Da Aldeia de Crianças SOS, de Bicesse, para a celebração do seu 50º aniversário e para a “SOS-Corrída Solidária por um Sonho”, em Sintra. Da Federação das Comunidades de Gaia, para a “Homenagem Associativa 2017”.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Portugal Rotário”. Boletins dos Rotary Clubes de Ermesinde, Fafe, Faro, Leiria, Matosinhos e Porto-Oeste. Carta Mensal de Outubro do Governador.

## PUBLICAÇÕES NÃO ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins da FRP. “O Gaiense”. “Audiência”. “Na Palma da Mão”, newsletter da Aldeia de Crianças SOS, de Gulpilhares.

# Farmácia Portela

**ABERTO 24 HORAS**

Homeopatia  
Fitoterapia  
Ortopedia  
Podologia

Equipamentos para  
geriatria e deficientes

Rua Marquês Sá da Bandeira, 238 • Telefone: 223750719  
4400-217 Vila Nova de Gaia • Fax: 223744106



DISPONIBILIZAMOS UM  
SERVIÇO PERSONALIZADO



**Inovação em  
ambientes  
cerâmicos**

## Almeida & Xavier, Lda.







**Decoração de  
Salas de Banho**

Stand Vendas . Rua Soares dos Reis, 82 - Armazém . Rua da Rasa, 89  
Telf: 223 745 922 . Fax: 223 745 929 - 4400 - 271 Vila Nova de Gaia  
Email [saniatx@netc.pt](mailto:saniatx@netc.pt)

**ARTUR LOPES CARDOSO**  
ADVOGADO

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



**TRATAMENTO  
com implantes**

**JORGE SILVEIRA**  
MÉDICO DENTISTA

**BRANQUEAMENTOS  
dentários**

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

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



## OS MELHORES "INTER-PARES"

Cumpriu-se uma velha tradição no passado dia 28 de Setembro: a da homenagem aos estudantes que melhores classificações obtiveram na conclusão do ensino secundário, desta vez com relação ao ano lectivo de 2016-2017.

Veio até nós obra da centena de pessoas, entre familiares dos homenageados, representantes das diversas escolas do ensino secundário que operam em Vila Nova de Gaia, os 16 estudantes visados, elementos da comunicação social e sei lá mais quem. O Sr. Presidente da Câmara Municipal fez-se expressamente representar pela Vereadora, a nossa Comp<sup>a</sup>. Mercês Ferreira. Uma casa verdadeiramente cheia!

Com a segura presidência do Comp<sup>o</sup>. Rogério Cardoso, a reunião foi claramente enriquecida, ainda, com uma notável e oportuna palestra proferida pela Doutora Paula Marques (*As Competências de Futuro que as Empresas vão Valorizar*).

Uma beminteressante coincidência: naquele mesmíssimo dia fazia anos a jovem Nádia Silvana Fontes Castro, uma das brilhantes alunas, ela bisneta do nosso saudoso Comp<sup>o</sup>. Marcelo Fontes, que fora um dos fundadores do Clube e a ele chegou a presidir em 1980-81. Claro que, foi deixada para o fim e, todos de pé, lhe cantaram a tradicional melodia de felicitações.



A "Saudação às Bandeiras: da esquerda para a direita, a Doutora Paula Marques, o Comp<sup>o</sup>. Artur Lopes Cardoso e a Comp<sup>a</sup>. Mercês Ferreira.



Um aspecto parcial da sala, sendo identificáveis na 1<sup>a</sup> fila e a partir da esquerda, a Dr<sup>a</sup>. Maria Antonieta Cardoso, D. Margarida Camarinha, D. Miita Lopes Cardoso, o Comp<sup>o</sup>. Ângelo Sá e o Comp<sup>o</sup>. Jaime Poças.



... e ao receber um presente artístico entregue pelo nosso Presidente, o Comp<sup>o</sup>. Rogério Cardoso.



Um dos homenageados a quem foi o Comp<sup>o</sup>. Luiz Carlos Oliveira a impor o Diploma.



A Doutora Paula Marques quando proferia a sua interessantíssima palestra...

Para memória futura, deixamos a seguir o elenco dos estudantes assinalados:

ANDRÉ MIGUEL CASTRO DIAS OLIVEIRA SILVA  
 DANIEL FILIPE TEIXEIRA DE MELO SANTIAGO  
 JOÃO MARIA DE OLIVEIRA TORRES PINHEIRO  
 JOÃO PEDRO DA SILVA ESTEVES  
 JOÃO PEDRO DE ASSUNÇÃO VIEIRA  
 JOÃO TIAGO MOREIRA DA MOTA  
 LUÍS PAULO TEIXEIRA MACHADO DE AZEVEDO  
 LUÍS PEDRO FERNANDES DOS SANTOS  
 MARIA MADALENA CABRITA MENEZES DA SILVA  
 MARTA FRANCISCA MARTINS COELHO DA SILVA  
 NÁDIA SILVANA FONTES CASTRO  
 PEDRO LIMA SANTOS MOREIRA LOPES  
 RITA FERREIRA GOMES  
 SARA ALEXANDRA DA SILVA VITAL  
 SOFIA RAQUEL RAMOS GUEDES  
 TIAGO ANDRÉ LEITÃO GUERRA

| E.S. Inês de Castro ..... 19 v.  
 | E.S. Almeida Garrett ..... 19,5 v.  
 | Col.Int. Carvalhos ..... 20 v.  
 | Colégio de Gaia ..... 19 v.  
 | Esc. Profissional de Gaia ..... 19 v.  
 | E.S. dos Carvalhos ..... ?  
 | Inst.Artes & Imagem ..... 17 v.  
 | Col. Cedros ..... 18,7 v.  
 | Col. Horizonte ..... ?  
 | E.S. António Sérgio ..... 18,6 v.  
 | Esc. Prof. do Infante ..... ?  
 | Col- N.Srª. Bonança ..... 20 v.  
 | E.S. Condes de Resende ..... ?  
 | E.S. Joaquim Ferreira Alves ..... ?  
 | E.S. Arqº. Oliveira Ferreira ..... 19 v.  
 | E.S. Oliveira do Douro ..... 17 v.



*Ao Pedro Lima foi a Drª. Maria Antonieta, Presidente da "Casa da Anizade", a entregar.*

Cada um recebeu um Diploma de Reconhecimento, um livro (*Reflexões Rotárias*) e um "tablet", este ofertada Farmácia "Portela". Um após um foram sendo chamados e lhes foram entregues o galardão e presentes pelos vários membros do Clube presentes e Senhoras da "Casa da Amizade".

O Presidente, após as entregas, sorteou um dos laureados para que proferisse algumas palavras em nome de todos eles e a sorte ditou que fosse o Pedro Lima Moreira Lopes seleccionado para o efeito, tarefa que ele realizou com muito acerto. E, em seguida, convidou algum dos estudantes presentes que tinham sido similarmemente homenageados no ano de 2015-2016 a dizer acerca do significado pessoal da homenagem a que fizera jus. Interveio, assim, o universitário Tiago Ribeiro com ajustadas recomendações aos que acabam de seguir estudos superiores.

Antas de dar por finda esta bem concorrida reunião foi observada a "apresentação rotária" em honra dos muitos presentes não-rotários.

*Claro que quem fez entrega à Nádía foi o nosso Presidente.*



*A Compª. Mercês, em nome do Sr. Presidente da Câmara, disse algumas palavras de felicitações ao Clube e também as dirigiu aos laureados com mensagem de estímulo.*



*Todos os homenageados fizeram, no final, uma "foto-de-família".*



## CONHECE MESMO PAUL HARRIS?

*Todo o Rotário digno deste nome deve conhecer quem foi o nosso fundador, PAUL PERCY HARRIS, ao menos no que se considere essencial da sua biografia. Será, porém, que o leitor, seja Rotário ou não seja, sabe o essencial da vida dele? Admitimos que muitos o não saibam, até porque, felizmente, praticamente todas as semanas registamos mais adesões aos Rotary Clubes e os mais novos bem podem não conhecer ainda um pouco da sua história. Damos, por isso, um breve apontamento a tal respeito.*

(conclusão)

Paul P. Harris conheceu Jean Thomson, filha de John e Ann Younson Thomson, na ocasião em que fez uma excursão ao local onde viria a surgir o Clube "Prairie", um passeio de comboio que se estendeu por Elgin e Aurora. Com ela veio a casar em 2 de Julho de 1929, em Chicago.

Em 1912, o casal veio a comprar uma moradia para se instalar, situada nos arredores do Parque "Morgan", casa que baptizaram com o nome de "Comely Bank" numa evocação à rua na qual Jean tinha residido em Edimburgo (Escócia) na sua meninice. Em "Comely Bank" recebiam com frequência amigos chegados de todo o mundo e várias das reuniões do Rotary Club de Chicago aí tiveram lugar, designadamente no jardim da casa. Por isso, o jardim acabou por ser conhecido por "Jardim da Amizade".

Jean acompanhava sempre o marido nas muitas viagens que ele fazia em visita a Rotary Clubes, fosse nos Estados Unidos, fosse no estrangeiro. Todavia, nos princípios de 1946, tendo viajado para Tuskegee, no Alabama, como frequentemente fazia no inverno, Paul contraiu gripe.

O seu velho amigo (com quem se chegou a zangar a certa altura, mas a coisa foi ultrapassada...) Chesley Perry, que foi o Secretário-Geral do Rotary desde 1910 a 1942 e era membro do Rotary Club de Chicago, foi vê-lo a Tuskegee e relatou que, mau grado assistido, e bem, pelo médico, Paul se encontrava fraco, manifestando problemas pulmonares e dificuldades no repouso.

O casal Harris regressaria a Chicago em 28 de Março de 1946 e, com 78 anos, Paul viria finar-se nesta cidade em 27 de Janeiro de 1947 após doença prolongada.

No seu funeral foram proferidos três emocionados discursos: um por Chesley Perry, outro por T. A. Warren, que tinha sido Presidente do R.I. em 1946-47, e o então Presidente, Richard C. Hedke. O seu caixão

foi transportado aos ombros por Rotários ex-Presidentes do Clube de Chicago.

Para o seu funeral, Paul P. Harris tinha manifestado expressamente o desejo de que não se gastasse dinheiro com flores. Diferentemente ele pedira que, quem quisesse honrá-lo, fizesse uma doação a favor da Fundação Rotária, que tinha sido criada mercê da acção desenvolvida por Arch C. Klumph, o inesquecível Presidente do R.I. 1916-17.

Veio, por isso, a ser criado o Fundo em Homenagem Póstuma a Paul Harris, um Fundo que largamente ajudou no arranque do programa de Bolsas da Fundação Rotária para Estudos de Nível Superior.

A viúva de Paul Harris, Jean ficou durante algum tempo a viver em Comely Bank. Veio, porém, a vender a casa e regressou ao seu país de origem, a Escócia, em 1955. Faleceria em Edimburgo em 1963.

Anos mais tarde, Comely Bank viria a ser adquirida por um grupo de Rotários e veio a constituir-se uma Associação para restaurar a casa e nela instalar um museu evocativo da figura do nosso Fundador. O leitor pode visitá-lo.





# POR TERRAS DE MARROCOS

Não se afigura possível relatar numa só edição do nosso Boletim o que foi a deslocação a terras marroquinas que realizámos entre os passados dias 4 e 8 de Outubro, no cumprimento de um estupendo programa sabiamente delineado pelo nosso Presidente, o Compº. Rogério Cardoso, ou não tivesse ele, por razões profissionais, tido que viver em Marrocos, especialmente em Marrakech, durante cerca de três anos. Porque assim se entende,



*Uma das artísticas  
entradas de Marrakech*



*Recanto do jardim botânico de  
Majorelle.*







*Montanhas de especiarias.*

iremos descrever o que foi esta notável jornada em duas edições seguidas do Boletim, procurando abordar dois períodos cada um de dois dias, tendencialmente.

O dia 4 foi longo para todos os 41 participantes, pois havia que estar no aeroporto do Porto (excluindo os que só iniciaram viagem em Lisboa) às 5 da madrugada. O grupo integrava elementos do nosso Clube (Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Jaime Poças, Maria do Céu Gonçalves, Mercês Ferreira, "Mizi" Reis e Rogério Cardoso) e ainda dos Rotary Clubes

de Águas Santas/Pedrouços, Gaia-Sul, Maia, Ovar, Porto-Foz e Sever do Vouga, todos do nosso Distrito, sendo de salientar a ajuda da Presidente da Secção Portuguesa da CIP Portugal/Marrocos, a Comp<sup>a</sup>. Ana Paula Santos. O apoio logístico, aliás de exemplar qualidade, foi da empresa "Pinto Lopes-Viagens".

Tendo, pois, dormido depressa,



*De como se podia passear em Marrakech...*



voámos com direcção a Marrakech e, à chegada, lá tínhamos um guia verdadeiramente excepcional, Salim, a expressar-se fluentemente na nossa língua e demonstrando experiência, solicitude e conhecimentos muitíssimo apreciáveis. Em autocarro muito cómodo, de montagem gaiense, fomos transportados pelo óptimo motorista Younes, com o seu ajudante "contador" e atento zelador, Mohammed, para o hotel "Atlas Asni", mas tendo antes de tudo ido almoçar a um típico restaurante marroquino especializado em peixe.

*Pela mundialmente conhecida Praça de Jeema El Fna.*







A Miita ... quase irreconhecível!

Após algum tempo de repouso no hotel, o grupo deu uma extensa volta pela enorme e moderníssima cidade que hoje é Marrakech, com suas longas avenidas rectilíneas e floridas, cheias de um trânsito arrojado (como é possível não haver acidentes!?:). Admirámos as muralhas que datam do Séc. XII, o belo minarete da Mesquita de "Koutubia" e a famosíssima Praça de "Jemaa el Fna", classificada em 1985 como Património Imaterial da Humanidade pela UNESCO. Nesta praça de referência acontece de tudo um pouco aos fins-de-tarde: vêem-se encantadores de serpentes, aguadeiros, contadores de histórias, macacos habilidosos, comércios de toda a sorte de produtos, pequenos bares, enfim um nunca-acabar de actividades do maior exotismo. E, claro, atrevemo-nos a penetrar um pouco na medina.

No dia seguinte (o dia 5) fez-se uma visita guiada pela cidade, englobando os jardins da famosa "koutubia", a emblemática Mesquita, os belos Túmulos Sadidas e do Palácio Bahia, o extraordinário Jardim de Majorelle, usado por Yves Saint-Lorent, os jardins e reservatórios de água mandados fazer pelo califa Abd Al-Mu'min, e o elegante bairro de "Palmerie".

À noite, em belo restaurante, foi o nosso encontro com os Companheiros do Rotary Club de Marrakech-Menara.

(continua)

Na circunstância, a nossa Presidente da Secção Portuguesa da CIP Portugal/Marrocós, Comp<sup>a</sup>. Ana Paula, também foi distinguida pela Coordenadora Nacional das CIPs., de Marrocós, a Comp<sup>a</sup>. Saadia Aglif. Da esquerda para a direita estão o nosso Presidente Rogério, o Presidente do Clube de Marrakech-Menara, Comp<sup>o</sup>. Radouane, a Coordenadora dita, a Comp<sup>a</sup>. Ana Paula e o Comp<sup>o</sup>. Mohamed.



Ao jantar, o nosso Presidente, Comp<sup>o</sup>. Rogério Cardoso, conversa com o seu homólogo do Rotary Club de Marrakech-Menara, o Comp<sup>o</sup>. Radouane Astou.



Todos escutavam religiosamente as explicações sábias do guia Salim.



E não é que o Rotary Club de Marrakech-Menara admitiu uma Companhia, Dounia Tarhbalcreti, e foi o Comp<sup>o</sup>. Artur Lopes Cardoso a impor-lhe o emblema rotário!!!





# CAMPANHA PRO LIMPOPO

Podemos saborear a satisfação do êxito que foi a Campanha lançada para recolha de largas quantidades de peças de vestuário, de calçado, de livros e outros materiais didácticos e doutros bens de necessidade que irão ser muito em breve enviados num contentor para Moçambique e se destinam a ajudar as populações do vale do Rio Limpopo. Vários foram os Rotary Clubs do nosso Distrito que corresponderam ao nosso apelo, como todo o nosso Clube generosamente se mobilizou para a Campanha.



*Quatro sorridentes Interactistas carregam uma das caixas já pronta*

cooperação do Compº.

José Fortuna, do Rotary Club de Porto-Foz, que, através da sua empresa "Grupolis – Transitários", assegura a expedição. Caberá ao nosso parceiro, o Rotary Club de Maputo, requerer ao Ministro da Tutela moçambicano, e deste obter, a isenção de direitos alfandegários.

Relevante papel, sublinhemos, tiveram os nossos Compºs. Interactistas, membros do Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia, que trabalharam afincadamente na selecção e no acondicionamento dos bens recolhidos.

As gentes do Vale do Limpopo serão, pois, muito em breve receptoras e beneficiárias duma ajuda que é, de facto, importante para elas e não menos importante para nós mesmos.

*Ao trabalho!...*



*Os nossos Compºs. Américo Camarinha e Rogério Cardoso junto de algumas das caixas, aliás bem cheias.*

As enormes quantidades de ofertas verificadas foram afluindo ao excelente espaço propriedade do nosso Compº. Américo Camarinha e todos os bens recolhidos foram verificados e seleccionados por espécies e, em seguida, acondicionados devidamente em caixas de cartão. Mais de centena e meia delas, de diversas volumetrias, se puderam constituir, num peso total de quase duas toneladas, e irão seguir a seu devido destino – o Rotary Club de Maputo - graças à inestimável



# SAÚDE: VEJA O QUE COME



Aquilo que comemos pode prevenir a doença do cancro.

A alimentação, conforme está cientificamente determinado, é responsável por cerca de 30% dos factores de risco de se contrair cancro, por assim dizer um valor sensivelmente idêntico ao do consumo do tabaco.

Importa, pois, consumir, na sua alimentação, “alimentos nutracêuticos”, ou seja os que tenham nutrientes que actuem como medicamentos com efeitos terapêuticos.

Neste domínio temos a curcuma, também conhecida por “açafrão das Índias”, que é um potente antioxidante para desactivar aquilo que, no nosso organismo, é gerador potencial de inflamação. Temos o alho, rico em alicina, que é um composto que controla a vascularização própria das células tumorais. Temos o bróculo, que contém glicosinolato, uma substância que mata as células oncológicas. E o ananás que, no meio, tem grandes concentrações de bromelaína, que é um excelente anti-inflamatório. Temos, ainda, o aipo, no qual está apigenina, uma substância que leva à morte das células cancerígenas, e tem também quercetina, um bom fortalecedor do nosso sistema imunológico.

Faça uma sopa de cenoura com aipo e saboreie:



8 cenouras  
1 cebola média  
2 dentes de alho  
2 nabos  
2 ramos de aipo  
flor de sal e azeite q.b.

Coza e misture os legumes e tempere com flor de sal e azeite ao seu gosto.

Vai ver que até ... chora por mais!

## SOPA DE CENOURA E AIPO



# A AVIAÇÃO

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

Bernard Vaillot

*(continuação da edição anterior)*

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

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

Provérbio de Piloto

Numa época em transformação, os aeroportos foram abertos, é bom que se diga, aos quatro ventos. Não importava quem chegasse com um avião sem se fazer anunciar. Nos princípios dos anos 60, em determinadas linhas interiores americanas ainda se podia embarcar num avião sem ser já portador do cartão-de-embarque e adquirir o bilhetes para a viagem à hospedeira de bordo, tal qual se faria num autocarro! Havia quem se dirigisse a pé para a fila de embarque no aparelho sem passar pela aerogare, mal estacionava o automóvel no parque. Pior: nos Estados Unidos foi preciso chegar-se a 1961 para que fosse considerado um crime desviar um avião da sua rota normal. Por espantoso que pareça, ninguém sonhou, sequer, em fazer aprovar uma lei que considerasse o assunto.

Na verdade, nessa época ninguém imaginou a hipótese de que era mister estabelecer medidas de segurança, mesmo sendo evidente, como era, que estavam em crescendo os desvios de aviões. Considerava-se o avião como simplesmente um meio de transporte como os demais. Os passageiros eram tratados à igualha dos dos caminhos de ferro ou os dos autocarros.

Veio a seguir a vaga cubana. Dezenas de aparelhos saíam dos Estados Unidos para Cuba, "o novo paraíso comunista tropical". Crentes de que seriam acolhidos amigavelmente na ilha, muitos viriam a torcer a orelha amargamente por terem acreditado no regime castrista. Todos estes piratas "naïf" acabaram por cumprir alguns anos nas masmorras cubanas

antes de virem a ser repatriados para os Estados Unidos, ou, como frequentemente sucedeu, acabaram por ser novamente presos: pena dobrada. O final dos anos 60 marca uma evolução mais criminal. Há piratas que se especializam na exigência de resgates e não hesitam em atirar-se de para-quedas logo que alcançavam o dinheiro exigido. Há quem proceda repetidamente desta forma como Dan Cooper, que saltou dum "Boeing 727" a uma altitude de 3.000 metros com uma "recolha" de 500.000 dólares. Jamais o encontraram, nem mesmo o identificaram a despeito de anos a fio de inquéritos e de serem ouvidas 1.000 testemunhas. Uma verdadeira lenda!

Face a estes desvios em catadupa, as companhias de navegação aérea deram instruções bem claras aos tripulantes: jamais fazer o que quer que fosse que pudesse pôr em risco os passageiros e cooperar com todas as exigências feitas pelos piratas. Esta bela atitude esconde, por outro lado, uma outra realidade de natureza mais mercantil. Não convém pôr em risco um aparelho que custa dezenas de milhões de dólares. Um pirata que desvia um avião da sua rota acaba sempre por aterrar. A empresa poderá, então, recuperar o seu avião e os danos não serão, assim, de grande monta. Mesmo os cubanos aceitam voltar a receber os aviões desviados a troco de algumas dezenas de milhar de dólares....

*(continua na próxima edição)*





# BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS



## OCEANÁRIO

O Oceanário de Lisboa foi considerado como o melhor do mundo pela organização "Trip Advisor".



## VELA

O Campeonato do Mundo de 49er e 49erFX foi realizado em Portugal pelo Clube de Vela Atlântico e constituiu um enorme êxito desportivo e organizativo que foi levado a cabo na frente marítima de Matosinhos e com a

cobertura do Terminal de Cruzeiros de Leixões. Com 144 embarcações a competir, este campeonato bateu recordes de participação e foi organizado em escassos dois meses quando ordinariamente são precisos de um a dois anos!



## FUTEBOL

A selecção nacional de sub-17 foi a brilhante vencedora da "Syrenka Cup", derrotando na final a polaca por 2-0

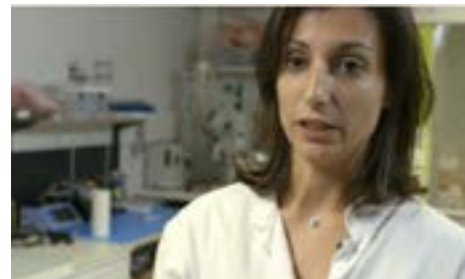
## HOQUEI EM PATINS



Portugal ganhou o troféu, as últimas três consecutivas.

## CIÊNCIA

A investigadora Maria Pereira, nascida em Leiria, foi eleita pela Revista "Forbes" como um dos sub-30 mais promissores cientistas da actualidade. Inventou uma cola para reparar defeitos no coração de um bebé, cola que pode ter muitas outras utilizações possíveis no campo da saúde. Doutorou-se em 2013 em Boston (EUA) e já recebeu, em 2014 a distinção "MIT Technology Review" como Inovador sub-35, e pela Revista "Time" na Nova Geração de Líderes.



## TRIATLO

Vanessa Fernandes alcançou o troféu "Iron Man" na competição que se realizou em Cascais em Agosto passado, uma competição que teve mais de 2.000 atletas em prova.



## LANÇAMENTO DO PESO

Francisco Belo, de 26 anos, obteve a Medalha de Ouro nas "Universíadas" que se realizaram em Taipé (Taiwan) em Agosto último. Belo ganhou com um lançamento do peso a 20,86 ms., com o que superou as provas dos competidores da Polónia e da Roménia.



## SALTO À VARA

Também nas mesmas "Universíadas" de Taipé arrebatou a Medalha de Ouro o atleta português Diogo Ferreira.



# Frases que Marcaram



*"Não existe nenhum homem que, se puder ganhar o máximo, se contente com o mínimo".*

**Friedrich von Schiller**  
(1759-1805)



*"É um emprego como outro qualquer. A erva cresce, as aves voam, as ondas batem na areia. Eu bato em pessoas."*

**Muhammed Ali** (1942-2016)



*"Eis a que leva o intervencionismo do Estado: o povo converte-se em carne e massa que alimenta o simples artefacto e máquina que é o Estado".*

**Ortega y Gasset**  
(1883-1955)



*"Se esses ontens fossem devorar os nossos belos amanhã?"*

**Paul Verlaine** (1844-1896)



*"Na vida, nunca se deveria cometer duas vezes o mesmo erro. Há bastante por onde escolher".*

**Bertrand Russell**  
(1872-1970)



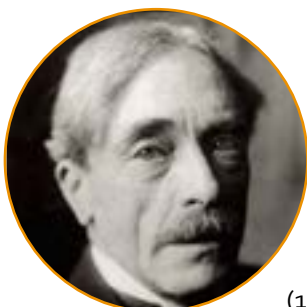
*"Sábio é o pai que conhece o seu próprio filho."*

**William Shakespeare**  
(1564-1616)



*"Aquele a quem a palavra não educar, também o pau não educará."*

**Sócrates** (470-399 aC)



*"A guerra é um massacre entre pessoas que não se conhecem para proveito de pessoas que se conhecem mas não se massacram."*

**Paul Ambroise Valéry**  
(1871-1945)



*"É o desejo que cria o desejável e o projecto que lhe põe fim."*

**Simone de Beauvoir**  
(1908-1986)



*"A política é quase tão excitante como a guerra e não menos perigosa. Na guerra a pessoa só pode ser morta uma vez, mas na política diversas vezes."*

**Winston Churchill**  
(1874-1965)



*"A vitória e o fracasso são dois impossíveis, e é necessário recebê-los com idêntica serenidade e com uma saudável dose de desdém."*

**Rudyard Kipling** (1865-1936)



# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



NOTA – Foi Director do R.I. em 1977-79. Foi membro do Rotary Club de Webster Groves, Missouri (EUA), com a classificação "Hospitais".

Há 40 anos, um amigo convidou-me a ir a uma reunião rotária como seu convidado. Os membros desse clube eram amigos uns dos outros e fiquei impressionado com a amizade que reinava entre os presentes. Em pouco tempo, recebi o convite para entrar para o quadro do clube.

Fiquei grato pelo convite. Mas, além disso, tendo eu já sido membro de outras organizações, e também sendo um elemento activo na minha igreja ao longo de vários anos, senti-me atraído pela palavra-de-ordem do Rotary "Dar de Si Antes de Pensar em Si". Era um desafio que apelava à minha participação não apenas a nível local, mas igualmente a nível internacional.

O Objectivo do Rotary encorajou-me e desenvolveu em mim o ideal de Servir através da compreensão mundial, o que foi, e continua a ser, um dos maiores atractivos da nossa Organização. Os meus dois anos de membro do "Board" do *Rotary International* evidenciaram que as relações pessoais podem transcender as barreiras políticas.

O Rotary, como organização, nada faz em favor das pessoas de todas as partes do mundo – só os seus membros o fazem. Como Rotário, apreciei participar em muitos programas úteis e interessantes, antigos e actuais. Quem poderá alguma vez esquecer o caso único e extraordinário do Programa PolioPlus a nível internacional, que até originou o formidável Programa 3-H?

Ao longo de anos, o Rotary tem sido uma boa parte integrante da minha vida de todos os dias. Nem consigo imaginar o prejuízo que para mim seria se não tivesse experimentado a minha ligação a tudo isso, no clube de serviço que é o melhor de todo o mundo!

O Rotary constituiu sempre um assunto de família em nossa casa. Quando em viagem, sempre planeamos onde poderia "recuperar". A minha família tem forte dose de culpa no facto de, ao longo de todos estes 40 anos, nunca ter faltado a uma reunião que seja.

O Rotary é um jovem de 85 anos. Sinto-me feliz por ter tido a oportunidade de participar nos seus programas e nas suas actividades durante a maior parte da sua existência. O "record" das suas realizações, em termos de serviço a favor dos outros, é conhecido e reconhecido em todo o mundo. Precisamos de não esquecer, porém, que temos de tratar da sua vida para o futuro. Por mim, gostaria de viver virado para o futuro – o futuro do Rotary.

**Edmund L. Detering**



# CONHEÇA OS SEUS MAIORES



## JACOB DE CASTRO SARMENTO

De origem judaica, foi um médico notável português que viveu largos anos em Londres. Nasceu em 1691 e faleceu em 1762. Notabilizou-se no estudo das Ciências e foi autor da obra "Matéria Médica" e de diversos estudos sobre medicina, linguística e filosofia.



## JOSÉ ESTÊVÃO DE MORAIS SARMENTO

Um notável militar e escritor que nasceu em 1843 e faleceu em 1930. Foi autor do livro "A Defesa das Costas de Portugal" e doutras obras também. Chegou a exercer as funções de Ministro da Guerra.



## ANTÓNIO LUÍS DE SEABRA (Visconde de Seabra)

Nasceu em Cabo Verde em 1799 e finou-se em Lisboa em 1895. Foi um notabilíssimo jurisconsulto e político, sendo da sua autoria o projecto do Código Civil de 1859. Dedicou os seus últimos anos de vida a trabalhos literários.



## JAIME DE SÉQUIER

Nasceu em Barcelos em 1860 e veio a falecer em 1932. Foi escritor e diplomata de carreira, com vasta colaboração em revistas e jornais de Portugal e do Brasil. Foi autor de "Alegros e Adágios", obra poética. Foi Cônsul em diversos países.

## Pe. ÁLVARO DE SEMEDO

Foi durante muitos anos padre jesuíta missionário na China. Natural de Nisa, onde nasceu em 1585. Deixou a "Relação" das suas viagens pela China que, engloba muitas notícias históricas, geográficas e científicas, uma obra que logo foi traduzida para todas as línguas principais da Europa daquela época.



## BELCHEIOR CURVO SEMEDO

Nasceu em 1766 e faleceu em 1838. Foi um grande poeta rival, e mais tarde amigo, de Bocage. Arcadiano, tinha na Arcádia a denominação de "Belmiro Transtagano". Escreveu "Composições Poéticas".



## SANTA SENHORINHA

Não se sabe ao certo se nasceu em Basto ou em Atei. Foi educada por sua tia Santa Godina, que foi Abadessa do Mosteiro de Vieira. Viveu no Séc. X.



# |CULINÁRIA INTERNACIONAL|



## PORTUGAL

*Mestre "Saborini" deu-se conta de que o Natal está já aí "ao-virar-da-esquina" e, por isso, decidiu prepará-lo sugerindo algumas iguarias temporãs.*

### "Pão-de-Ló com calda de Vinho do Porto"

**Ingredientes:**

- 24 ovos
- 500 grs. de açúcar
- 200 grs. de farinha
- 150 grs. de açúcar pilé

**Preparação:** comece por separar as gemas das claras. Bata 20 claras "em castelo" bem firme, juntamente com o açúcar. Quando as claras estiverem no ponto, junte-lhes a farinha peneirada e misture tudo cuidadosamente, sem bater, utilizando uma espátula de madeira. Bata à parte as gemas e junte-as em fio ao anterior preparado. Forre uma forma com papel grosso, forma que tenha um buraco ao meio. Unte a forma e deite dentro dela a massa obtida. Dê umas pancadas no fundo da forma, tape-a com papel grosso e leve a cozer em forno muito brando.



Deixe arrefecer o pão-de-ló e corte-o, depois, em fatias. Passe as fatias por uma calda que se confecciona levando ao lume o açúcar pilé e um copo de água. Deixe ferver até

atingir ponto de pasta (20º Baumé). Junte um cálice de Vinho do Porto e passe as fatias de pão-de-ló pela calda. Deite-as numa frigideira uma de cada vez. Sirva escorridas ou regadas com mais calda.

### "Papos-de-Anjo"

**Ingredientes:**

- 12 gemas de ovos
- 1 clara de ovo
- 250 grs. de açúcar pilé
- manteiga ou margarina a gosto

**Preparação:** bata as gemas com a clara para obter uma mistura bem ligada e fofa. Deite em forminhas de queques que em antes untou, e leve a cozer no forno num tabuleiro no qual deitou um pouco de água. Quando a massa começar a separar-se das formas, coloque os papos-de-anjo num prato fundo. Com o açúcar e 1,5 dls. de água, faça uma calda em ponto de pasta que depois irá deitar sobre os papos-de-anjo. No dia seguinte, coloque os papos-de-anjo numa caixinha de papel frisado.



*Prepare um doce Natal!*







# 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](https://www.facebook.com/lancasterschool)







## Rotary Club de Vila Nova de Gaia

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

4400-107 Vila Nova de Gaia

Telef.: 22 374 75 00

Fax: 22 374 75 76

email: [info@hiportogaia.com](mailto:info@hiportogaia.com)

Informações e reservas: +351 223 747 500

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

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