

boletim mensal | ano XXXII | nº 395 | fevereiro de 2016

110

**Rotary**  
Club de Vila Nova de Gaia



DOMUS  
**AQUA**

T5 T4 T3 T3 DUPLEX



ABRACE O MAR E CONSTRUA AQUI O SEU FUTURO

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



## SAIMÓVEIS SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados  
na Compra e Venda de:

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

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



**Rotary**  
Club de Vila Nova de Gaia



boletim mensal • ano XXXII • nº 395 | fevereiro de 2016

# O 111º ANIVERSÁRIO DO *ROTARY INTERNATIONAL*

A 23 deste mês passará o 111º aniversário do R.I. e, simultaneamente, iniciam-se as comemorações do Centenário de The Rotary Foundation, uma verdadeira pedra angular do nosso Movimento. Quando se sabe que a pessoa humana nasce de punhos cerrados e morre de mãos abertas, numa paráfrase bem pode dizer-se que o Rotary, se surgiu em 1905, como surgiu, renasceu em 1917 com o surgimento da ideia embrionária do “Fundo de Dotações” que viria a virar na maior Fundação privada do mundo.

O Rotary nasceu, pois, do pensamento de Paul P. Harris de punho cerrado (lembremos a inicial fórmula do lema-base “Mais se Beneficia quem Melhor Serve”), que presidiu de 1910 a 1912 como nosso 1º Presidente, mas, sem ter morrido, renasceu de mão aberta com Arch C. Klumph, o 6º Presidente (1916-17).

Que teria sido do Rotary se não tivesse renascido através da Fundação Rotária? Bom, isso é matéria que vamos deixar às cogitações e especulações dos analistas e dos estudiosos entusiásticos.

Para nós é bastante reconhecermos que o Movimento Rotário soube, e tem sabido, extrair dos dois factos as correctas ilações mercê do que tem vindo a crescer desde então, espalhando-se e intervindo positivamente em todos os recantos do Planeta. Não existe, de facto, em todo o mundo nenhum outro clube-de-serviço com a dimensão e com o protagonismo e o prestígio que são apanágio do Rotary International. E tudo isso sem ignorarmos que o surgimento ulterior doutros clubes-de-serviço de maior ou de menor dimensão e importância ter ocorrido a partir do Rotary, como são os casos, aqui citados a mero título de exemplo, dos “Lions” ou da “Innerwheel”.

Verdadeiramente, o mundo nunca mais foi o mesmo a partir da fundação do Rotary e do seu desenvolvimento. Sem ser, reconheça-se, um mundo perfeito, que o não é de todo, o certo é que os Rotários têm exercido nele benéfica influência, e não custa reconhecer que bem pior o mundo seria sem Rotary. Muitos conflitos internacionais foram conjurados ou vieram a ser mediados graças ao Rotary e o próprio aparecimento duma organização internacional voltada para a manutenção da paz, a ONU, teve o dedo rotário.

De permeio com incontáveis acções de serviço em todas as partes, sempre voltadas para a melhoria das condições de vida das pessoas e para o progresso, não esqueçamos a ciclópica Campanha “PolioPlus”, uma “aventura” só possível dentro duma organização destemida e mesmo quimérica quanto o Rotary é. Na verdade, o Rotary tem em si a virtualidade de transformar em doces realidades aquilo que era impensável, numa ousadia que não reconhece quaisquer limites ou fronteiras. É por isso que a erradicação global da polio está a ponto de ser alcançada e vai mesmo acontecer!

Ser Rotário acaba por equivaler a ser partícipe numa caminhada sem fim, mas sempre actuante e eficaz. Uma caminhada na qual cada um de nós nunca pode desfalecer. Estamos continuadamente “condenados” a ver a meta... já ali!

## **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** – Maria (“Mizi”) Reis

**PRESIDENTE ELEITO** – Jorge Silveira

**1º VICE-PRESIDENTE** – Eurico de Lima Basto

**2º VICE-PRESIDENTE** – Artur Lopes Cardoso

**1º SECRETÁRIO** – Rui Amandi de Sousa

**2º SECRETÁRIO** – Jorge Silveira

**1º TESOUREIRO** – Américo Camarinha

**2º TESOUREIRO** – Fernando Jorge Rocha

**1º PROTOCOLO** – Artur Lopes Cardoso

**2º PROTOCOLO** – Luiz Carlos Oliveira

### **COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE**

**PRESIDENTE** – Ângelo Sá

**PROGRAMAÇÃO SEMANAL** – Artur Lopes Cardoso & Eurico Lima Basto

**FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO** – António Cândido Leite, Mónica Gonçalves & Jorge Silveira

### **COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL**

**PRESIDENTE** – Jorge Silveira

**ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS** – Fernando Jorge Rocha & Henrique Lopes Cardoso

**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Jaime Poças

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

### **COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS**

**PRESIDENTE** – Eurico de Lima Basto

**RELACIONES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL** – Artur Lopes Cardoso & Jaime Poças

**EVENTOS** – Ângelo Sá, António Meira, Jaime Poças & Mónica Gonçalves

### **COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS**

**PRESIDENTE** – Manuel Júlio Santos

**SERVIÇOS À COMUNIDADE** – António Cândido Leite, António Meira & Rogério Cardoso

**SERVIÇOS PROFISSIONAIS** – António Cândido Leite & Luiz Carlos Oliveira

**SERVIÇOS INTERNACIONAIS** – Ângelo Sá, Luiz Carlos Oliveira, Manuel Júlio Santos & Maria do Céu Gonçalves

**CAPTAÇÃO DE RECURSOS** – Fernando Jorge Rocha & Diogo Pedrosa

**NOVAS GERAÇÕES** – Marília Raro & Rui Oliveira Santos

**ALDEIA SOS** – Ângelo Sá & Américo Camarinha

### **COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION**

**PRESIDENTE** – Rui Amandi de Sousa

**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças

**SUBSÍDIOS** – Rui Amandi de Sousa

**FUNDO PERMANENTE** – Manuel Júlio Santos

**“POLIOPLUS”** – Maria do Céu Gonçalves & Rogério Cardoso

**BOLSAS DA PAZ MUNDIAL** – António Cândido Leite

**BOLSAS EDUCACIONAIS** – Diogo Pedrosa, Jorge Silveira & Rui Oliveira Santos

### **DELEGADOS**

**FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA** – Manuel Júlio Santos

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

**Presidente da “CASA DA AMIZADE”** – Miita Lopes Cardoso



## PROGRAMA PARA O MÊS DE MARÇO

**Dia 3**

**REUNIÃO Nº. 2141**

21,30 horas – Café com Cônjuges.  
“QUEM SOU EU?” Auto-apresentação pelo Compº. Rui Miguel de Oliveira Santos.

**Dia 10**

**Adiada para**

**DIA 12**

**REUNIÃO Nº. 2142**

13,00 horas – Almoço festivo com Cônjuges. Deslocação a Coimbra para reunião conjunta com o nosso Clube Padrinho, o Rotary Club de Coimbra, com programa cultural e local de almoço designados por este Clube.

**Dia 17**

**REUNIÃO Nº. 2143**

21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO. A relação com a Fundação Rotária: explicação pelo Compº. Rui Amandi de Sousa.

**Dia 24**

**Cancelada por ser Quinta-feira Santa.**

**Dia 31**

**REUNIÃO Nº. 2144**

21,30 horas – Café com Cônjuges. Palestra pelo Compº. Rogério Cardoso sobre “A IMPORTÂNCIA DO TRATAMENTO DE ES-GOTOS E SEUS BENEFÍCIOS PARA A SAÚDE PÚBLICA, A INDÚSTRIA, A AGRICULTURA E O AMBIENTE” - O projecto da ETAR de Marrakech (Marrocos).

## Em Festa no Nosso Distrito

Em Março festejam o seu respectivo aniversário da sua admissão em

Rotary International o Rotary Club de Figueira da Foz, no dia 8, os

Rotary Clubs de Felgueiras e de Vila do Conde, no dia 11, o Rotary

Club de Tondela, no dia 16, e o Rotary Club de Guimarães, no dia 22.

Um “Viva!” de vivas felicitações a todos.

## COMPANHEIRISMO

Em Março aniversariam os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais família:

## NATALÍCIOS

Dia 23 – Drª. Margarida Rosa Pinheiro Sousa Poças

Dia 24 – Fernando Jorge Teixeira Rocha

Jaime Alcino Lopes Filipe Poças

Dia 25 – Mónica Manuela do Espírito Santo Gonçalves

Dia 27 – D. Hermínia Cândida da Silva C. B. Santos

## DE CASAMENTO

Dia 14 – António Cândido Leite

D. Maria Emília Lima Gomes

Dia 21 – Rogério Manuel Leal Cardoso

D. Maria Antonieta Abreu Freire Diogo Cardoso

## ÍNDICE

O 111º Aniversário do Rotary International	1
Programa para o Mês de Março	2
Companheirismo	2
Página da Presidente	3
O “WASRAG”	4
Secretaria	5
Obsessão Cartográfica	7
Coisas que vamos fazendo...	8
O Cérebro e a Escrita (continuação)	9
Boas Práticas Ambientais	10
Concerto de Reis	.11
Dicas Históricas do Rotary	12
Mais sobre o Tomate	13
Curiosidades	14
A “GAIARTE” ressurge!	15
Boas Notícias em Português	16
Frases que marcaram	17
Porquê sou Rotário?	18
Conheça os seus Maiores	19
Culinária Internacional	20



# Página da Presidente

“Mizi” Reis



Presidente 2015-16

## Fevereiro 2016: “Paz e Prevenção/ Resolução de Conflitos”

**Rotary** dedica o mês de Fevereiro à prevenção e resolução de conflitos indicando caminhos que conduzem à Paz no mundo. Já dizia Mahatma Gandhi: -“O futuro dependerá daquilo que fazemos no presente.”

São conhecidas várias versões desta história: ela pode passar-se entre marido e mulher, entre nora e sogra, entre pais e filhos. Enfim, pouco importa entre quem é. O resultado final, isto é a “Moral da História”, essa sim é relevante.

Assim sendo, reza a história que a tensão entre a nora (nome fictício: Joana) e sua sogra (nome fictício: Gertrudes) era tão grande que o ódio entre ambas ia crescendo de tal forma que não se podiam ver sem se agredirem verbalmente e mutuamente. Ambas gostavam muito de Manuel (nome fictício) e queriam o melhor para ele, filho e marido. Um dia, Joana encontrou uma vizinha bem mais velha (nome fictício D. Joaquina) que estava a par da situação daquela família, e confidenciou-lhe que ansiava a morte de Gertrudes. Que, se houvesse alguma coisa que a fizesse desaparecer para que pudesse ter paz, ela e o Manuel, que faria isso de bom agrado.

D. Joaquina disse-lhe ser conhecedora de um sábio que fazia certas poções mágicas e que geralmente quem o procurava conseguia os seus intentos. O pedido, aqio, seria uma poção que matasse Gertrudes sem que ninguém se apercebesse do que acontecera. O sábio anuiu e deu-lhe, porém, como instruções básicas: “ter que fazer as pazes com Gertrudes, para que ninguém desconfiasse de que teria sido ela, Joana, a causadora da morte da senhora. **Teria apenas que cuidar muito bem dela, ser gentil, agradecida, paciente, carinhosa, menos egoísta, retribuir sempre, escutar mais...**

Deu-lhe umas ervas venenosas, com as quais Joana faria um chá que todos os dias daria a beber a Gertrudes. Assim, a senhora morreria aos poucos.

Passado 30 dias, Joana voltou a trocar impressões com o sábio e disse-lhe: -“Eu não quero mais que ela morra! Eu agora gosto dela, ela transformou-se, é delicada comigo, amorosa, atenta e ajuda-me imenso. Que devo fazer para impedir o efeito do veneno?”

O sábio, então, respondeu-lhe: -“Não se preocupe! O que eu lhe dei foi umas ervas inofensivas. Gertrudes não vai morrer, pois o veneno estava em si, Joana!”

**Moral da história:** quando alimentamos rancores, ódios e outras coisas negativas, morremos aos poucos.

Precisamos de fazer as pazes, primeiro connosco, depois com quem nos ofendeu. Mas importante mesmo é tratarmos todos os outros como gostaríamos de ser tratados por eles.

A Paz começa dentro de cada um e vai-se estabelecendo através de pontes e ligações; tenhamos nós a iniciativa de amar, de dar, de doar, de servir, de presentear..., de “Ser um Presente para o Mundo”. Então o objectivo do Rotary será alcançado e alcançaremos a Paz no Mundo.

**Este mês tenho por desejo que todos consigamos erguer a Bandeira do amor.**

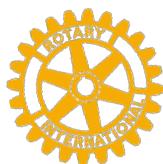
Cordiais saudações rotárias da

Mizi Reis

P.S. Este texto foi escrito em pleno desacordo ortográfico.



# O “Wasrag”



**wasrag**  
Water & Sanitation  
Rotarian Action Group

Trata-se de um dos mais importantes Grupos de Acção que foi oficializado pelo Conselho Director do R.I. em 22 de Março de 2007.

“WASRAG” é o acrónimo de “Water and Sanitation Rotary Action Group”.

Dispondo hoje de uma Fundação própria, este Grupo de Acção empenha-se em todas as questões que tenham que ver com a gestão dos recursos hídricos, o abastecimento de água potável, o saneamento e a preservação do meio ambiente especialmente quanto à água.

Na verdade, em grande todos os esforços que têm sido desenvolvidos pelo Rotary International no domínio dos recursos hídricos e do saneamento básico, a verdade é que em todo o mundo ainda há 2,5 biliões de pessoas que não dispõem da instalações sanitárias minimamente adequadas, há cerca de 750 milhões de pessoas que estão obrigadas a beber água contaminada e que em cada noventa segundos morre uma criança devido à existência de saneamento de má qualidade.

É contra este estado de coisas que os Rotary Clubes também devem investir a sua acção e, para isso, o “WASRAG” dá apoio promovendo os seus projectos virados para esta zona de serviço e ajudando a encontrar parceiros para apoio a eles.



Além disso, o “WASRAG” publica textos de natureza técnica sobre estas matérias, contrata peritos em questões relacionadas com a gestão da água e ajuda os Clubes em ações de recolha de fundos. Recentemente, o “WASRAG” celebrou mesmo com a “One Drop Foundation” um convénio para financiamento de 10 milhões de dólares, o que constitui o maior subsídio jamais concedido por uma entidade não-rotária em favor de um projecto “ROTARY Wash”.

O “WASRAG” é o usual representante do R.I. nas conferências internacionais sobre a água, nelas apresentando comunicações assim como em simpósios e em institutos, edita publicações, flâmulas e desdobráveis.

Dispõe de um “site” na Internet – [www.wasrag.org](http://www.wasrag.org) – e basta “clicar” nesse “site” e seguir para “Join Wasrag” para o leitor poder associar-se a este tão operoso Grupo de Acção. A quota anual é baixa (25 dólares) e pode ser ainda menor se se associar por cinco anos seguidos (será de apenas 100 dólares por todo esse período).

Eis um trabalho do Rotary de elevada importância que merece, sem dúvida, a sua adesão dentro de uma Organização de nível planetário, quanto é o Rotary, líder mundial na luta pela erradicação da poliomielite.

ALC



# SECRETARIA MÊS

# JANEIRO

Compº. Rui Amandi de Sousa



## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Aveiro – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Gaia-Sul – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, Mizi Reis e Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Celorico da Beira – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Espinho – os Compºs. Américo Camarinha, Mizi Reis e Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club da Feira – os Compºs. Américo Camarinha, António Meira, Jorge Silveira e Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Leça da Palmeira – o Compº. Eurico Basto; no Rotary Club de Sandim – os Compºs. Jaime Poças e Jorge Silveira; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – o Compº. Artur Lopes Cardoso; na reunião festiva comemorativa do 90º aniversário do Rotary em Portugal, no Porto – o Compº. Eurico Basto; em reunião colectiva dos Rotary Clubes de Coimbra e circundantes, sobre a Integração do Distrito Rotário, em Coimbra – o Compº. Rui Amandi de Sousa.

## DERAM-NOS O PRAZER DA SUA VISITA

O Compº. Alberto Silva, do Rotary Club de Gaia-Sul. Os Compºs. Filipe Leite de Sousa e Sérgio Vaz, do Rotary Club da Feira. O Compº. Pinto de Oliveira, do Rotary Club de Espinho. O Compº. Assistente do Governador, Paulo Soares, do Rotary Club de Senhora da Hora. A Exmº. Srª. Engº. D. Mercês Ferreira.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

Para a Secretaria do Distrito, carta com informação sobre a constituição do nosso Conselho Director no ano rotário de 2016-2017.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de Janeiro dos Rotary Clubes de Águeda, Amarante, Braga-Norte, Celorico da Beira, Coimbra, Estarreja, Feira, Gaia-Sul, Gondomar, Maia, Ovar, Paredes, Porto-Douro, Porto-Oeste, Póvoa de Lanhoso, Senhora da Hora, Sever do Vouga, Valongo, Viana do Castelo e Vizela e do Rotaract Club de Vila Nova de Famalicão. Programa para o mês de Fevereiro do Rotary Club de Ovar.

Comunicações: Boas-Festas de Gov. António Vaz e dos Rotary Clubes de Gaia-Sul, Ilhavo, Ovar, Pombal, S. João da Madeira, do Rotaract Club de Vila Nova de Famalicão, da Aldeia SOS de Gulpilhares, que também agradece a oferta de Cabazes de Natal, da APPDA-Norte, da Confederação Portuguesa de YOGA e de D. Zélia M. S. Branquinho Mota. Aviso de cobrança quanto ao 3º trimestre, da Fundação Rotária Portuguesa. Informação do Banco Santander-Totta de que a conta do Clube no BANIF passou para a sua jurisdição. Carta da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia, a agradecer os equipamentos que foram entregues para o Banco de Material Hospitalar e a enviar respectivo recibo. Carta da Fundação Rotária Portuguesa, a fornecer informação, regulamento e formulários para candidaturas a subsídios para projec-

tos, incluindo Bolsas de Estudo. Carta de Cruzada de Bem Fazer a pedir apoio financeiro. Carta do Rotary Club de Oliveira do Bairro a informar alteração do seu endereço postal. "Mails" do Gov. António Vaz com sua Mensagem de Natal; do Compº. Álvaro Gomes sobre o quadro social; da Secretaria do Governador a solicitar a indicação da composição do Conselho Director do nosso Clube em 2016-2017. Da Comissão Distrital da Fundação Rotária, actualização de dados acerca da Campanha PolioPlus. Da Comissão Distrital do Intercâmbio de Jovens, informando sobre Campos de Férias. Inquérito da CIP Portugal/Brasil. Da Comissão Coordenadora das Secções Portuguesas das CIPs, informação e ficha de inscrição para a Reunião Plenária que se realiza em 30 na Figueira da Foz. Da Fundação Rotária Portuguesa, informação sobre aquisição de novo espaço contíguo às suas instalações. Da Secção Portuguesa da CIP Portugal/França, a anunciar a realização da Reunião Plenária de todas as CIPs, e em especial dela mesma, na Figueira da Foz e instalações da Escola Secundária Cristina Torres. Da Comissão Distrital do Intercâmbio de Jovens, as suas informações nºs. 2 e 3 e anúncio da realização de um Campo de Férias em Taiwan. Nota de crédito e factura de Águas e Parque Biológico, extractos de contas e notas de lançamento do Banif e do Montepio, este quanto à conta da "Casa da Amizade"; facturas e recibo de "Holiday Inn" e de Águas e Parque Biológico

Convites: dos Rotary Clubes de Matosinhos e de Ovar, para as respectivas VOGs. Do Rotary Club de Mirandela, para a sua comemoração do 111º aniversário do Rotary. Do Rotary Club de Ilhavo, para a sua iniciativa "Run & Bike". Dos Rotary Clubes de Espinho e de Lisboa, para as suas respectivas reuniões festivas de aniversário, sendo que, quanto a este, implicará a comemoração dos 90 anos de Rotary em Portugal. Do Rotary Club de Leiria, para participação no "1st. Rotary Fellowship Congress". Dos Rotary Clubes de Coimbra, Pombal, Porto-Oeste, Sandim, Trofa e Vizela, para as suas respectivas reuniões de homenagem profissional. Do Rotary Club da Feira, para VI "Rota da Fogaça". Do Rotary Club de Águeda, para sua reunião com palestra. Do Rotary Club de Castelo de Paiva, para uma série de palestras abertas ao público. Do Rotary Club de Caldas das Taipas, para participação no I Concurso Literário. Do Gov. António Vaz, para reunião comemorativa do 90º aniversário do Rotary em Portugal em 23 de Janeiro e no Hotel Intercontinental, no Porto, a que se seguirá visita guiada ao Museu da Santa Casa da Misericórdia do Porto.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins dos Rotary Clubes de Caldas da Raínha, Pombal, "Le Rotarien". "Portugal Rotário".

## PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS -

"O Gaiense", Catálogo de programas de Pinto Lopes-Viagens, para 2016.

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



# Farmácia Portela

**ABERTO 24 HORAS**

Homeopatia  
Fitoterapia  
Ortopedia  
Podologia

Equipamentos para  
geriatria e deficientes

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



DISPONIBILIZAMOS-LHE  
UM SERVIÇO PERSONALIZADO

**Inovação em  
ambientes  
cerâmicos**

## Almeida & Xavier, Lda.

**Saniax**



**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 [sanix@netc.pt](mailto:sanix@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 • Tim.: 912 243 744  
[clinica.santos1@sapo.pt](mailto:clinica.santos1@sapo.pt)

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



# Obsessão Cartográfica ou aproximações a um mapa de Montalegre

Henrique Jorge Regalo



Arqueólogo

*Tout ce que l'homme est et fait est lié à l'expérience de l'espace.*

(F.Hall - La dimension cachée)

1. Ao viver no noroeste este estimulante início de século, os seus lugares de encontro e de confronto e os seus desertos de paisagem-futuro, somos por vezes tentados a pensar o passado como um espaço e/ou um tempo de viagens, de sonhos perdidos, florestas escuras, prados húmidos, nevoeiros sem fim, de antiguidades sobreviventes que parecem dormir, ruínas desfiguradas ou restos de histórias irremediavelmente naufragadas.

Alguns acontecimentos, imagens ou objectos dormindo nas profundas dos nossos museus, sacudidos de outros tempos por nomes célebres ainda que desconhecidos e esquecidos no marasmo frágil da também já esgotada pós-modernidade, fazem-nos sorrir com ternura. Bocejamos facilmente com enfado e alguma desrespeitosa, se bem que saudável, má criação, com a leitura de estudos sérios, fundamentados e fundamentais para a compreensão global do passado deste nosso território, agora elaborados por jovens eruditos, ébrios de estatística rigorosamente informatizada.

De qualquer forma, hoje, mais do que nunca, as questões relativas ao espaço, estão na moda nos meios científicos ou tecnocráticos e sentimos também que a gestão cultural da memória vai calmamente reduzindo o passado a um interminável e aborrecido presente.

Entretanto, este canto noroestino vai-se modificando aqui à nossa volta, vestindo hoje as ruínas de uma paisagem quase desconhecida, por vezes estranha. Cada vez mais protegido por associações de fieis, este nosso nicho verde vai criando efeitos de exotismo no seu interior, seduzindo a nostalgia que se apega a um mundo em vias de extinção.

Nos meados do século passado, o célebre poeta Baudelaire escreveu o seguinte: “*La forme d'une ville change plus vite, hélas, que le coeur d'un mortel!*”. Hoje, e para além das cidades, também as paisagens rurais e os mais inóspitos lugares sofrem transformações irreversíveis a um ritmo muito acelerado. É frase gasta, mas não será demais proclamá-la: “os espaços rural e urbano estão em crise”.

Assim, como se daí dependesse a nossa felicidade e numa estratégia aceitável de recuperação das antigas cicatrizes do território que nos cerca, dos lugares perdidos da nossa infância ou dos traços-trajectos que ainda permanecem reconhecíveis ao virar da curva ou nas encruzilhadas dos caminhos, vamo-nos agarrando dramaticamente e românticamente à memória, mas também às técnicas de recuperação arqueológica, aos textos, a toda a espécie de documentos e, porque não, aos mapas.

Os mapas, são obsessivos na sua maneira ao mesmo tempo

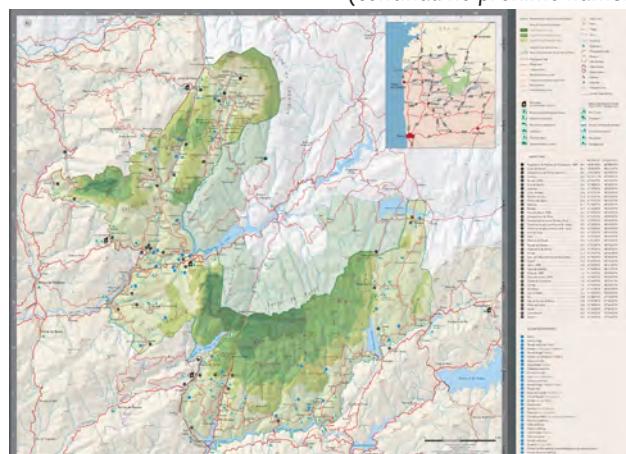
estática e estética de representar o real porque são, antes de mais, uma forma de expressão gráfica. A beleza das cartas antigas, por exemplo, reside na harmoniosa simbiose entre os trabalhos do sabio que selecciona e analisa um determinado espaço no tempo, e do artista gravador ou pintor que o fixa para o futuro. As representações cartográficas abrem-nos, assim, os horizontes, novos percursos ou introduzem-nos noções rigorosas de limite. Marcas rasgadas/desenhasadas no território e no papel tentam produzir imutabilidade contra a velocidade do tempo, criando rugas sás sobre as utopias lisas e cinzentas das nossas quase esgotadas recordações.

*La Carte...ont peut la dessiner  
sur un mur, la concevoir comme  
une oeuvre d'art, la construire  
comme une action politique ou  
comme une méditation.*

(Gilles Deleuze, Rhizome)

2. Elaborar mapas, cartas, desenhos e toda a espécie de representações do mundo parece ser uma aptidão inata da humanidade. A História começou, assim, no momento em que o Homem adquiriu a possibilidade de se libertar da ordem imposta pela Natureza, e, com ela, iniciar também a organização do seu espaço geográfico. Tentaremos em seguida, e num rápido digressão ao passado, deambular na sinuosa via da génese e maturação do espírito geográfico retraçando a aventura cartográfica.

(continua no próximo número)



# Coisas que vamos fazendo



Na APPDA os nossos Compºs. Ângelo Sá e Américo Camarinha, juntamente com a nossa Presidente Compº. Mizi Reis, deixaram à sua Directora nada menos que quatro sacos com géneros do mais diverso teor...

Para além de o nosso Clube ter organizado e distribuído algumas dezenas de “Cabazes de Natal”, aliás bem pesados, sortidos e recheados, por famílias com dificuldades da nossa comunidade, também contemplou Instituições de referência que operam na nossa comunidade.

Foram particularmente os casos da Associação Portuguesa para as Perturbações do Desenvolvimento e Autismo (APPDA), núcleo de Vila Nova de

Gaia, e da Aldeia SOS de Gulpilhares, na qual já há largos anos o Clube patrocinou a construção e dotação de todos os equipamentos da “Casa dos Rotários”, uma casa que tem ao longo do tempo conhecido vários jovens em risco que nela viveram ou ainda vivem e fazem a sua preparação para a vida em sociedade.

São esses dois casos que as fotografias que abaixo reproduzimos ilustram.



.. e o mesmo fizeram na “Casa dos Rotários” onde foram acolhidos pelo Sr. Director da Aldeia SOS, Dr. Rui Dantas.

**Por outro lado, e graças à generosidade do Compº. Jaime Poças, lográmos adquirir 4 colchões tripartidos, 1 cama manual com guardas, 1 colchão com capa impermeável e 1 pendural, equipamentos que foram enriquecer mais um pouco o nosso Banco de Material Hospitalar que, conforme convénio desde há anos celebrado, é gerido pela Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia.**

# O Cérebro e a Escrita

Jean-Louis Sers



Rotary Club de Hauts de Siagne

Fomos encontrar na edição 689, referente a Janeiro de 2011 da estupenda Revista Rotária que é LE ROTARIEN este trabalho da autoria de um Companheiro que é insigne professor catedrático na Escola Veterinária de Alfort. Pela sua qualidade, não resistimos a partilhá-lo, com a devida vénia com os nossos leitores em tradução livre

(continuação da edição anterior)

## **Uma combinação de 27 caracteres, em média, cria milhares de sílabas**

A distribuição da frequência dos estímulos é constante: alguns X, alguns T e L são formas elementares que os escribas, no final de gerações sucessivas, simplificaram e utilizaram, e podemos encontrar em todos os tipos de escrita com a mesma frequência e em todas as línguas escritas.

Com o andar dos tempos, o significado destes símbolos passou de simples imagens (como desenhos) a sons (sílabas). A combinação de 27 caracteres (em média) foi suficiente para recrear milhares de sílabas: é a invenção do alfabeto. De notar que o Egito passou por estas diversas etapas ainda que imperfeitamente: foi a genial intuição de Champollion que permitiu, sobre a pedra de Roseta escrita em duas línguas (hieroglífica e a sua versão simplificada, a demótica e o grego) encontrar correspondências e, assim, decifrar os misteriosos hieroglifos (escrita sagrada e gravada). Quanto ao mandarim, a língua dos chineses cultos, a sua escrita extremamente complexa não pode ser usada a não ser por elites, porventura mercê duma vontade do génio deste povo a um tempo dominador e auto-cêntrico. A sua aprendizagem, com efeito, exige anos.

## **Os circuitos da escrita são espaços reutilizados**

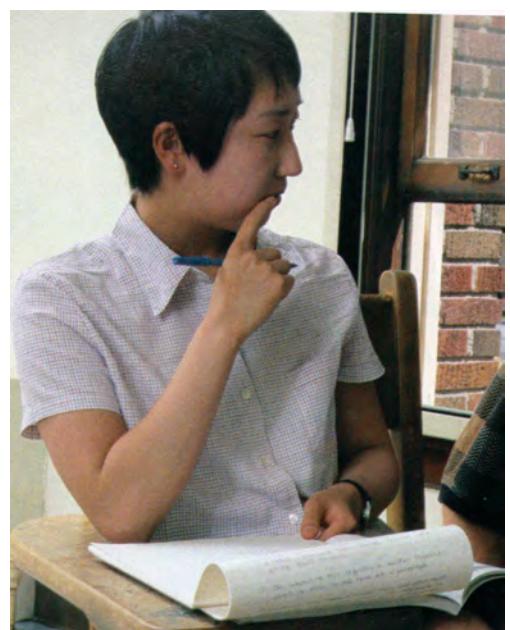
Passando de 5 para 6 camadas, o cortex frontal desenvolveu-se enormemente. Liga todas as outras partes por meio de filamentos maiores, especialmente entre os dois hemisférios. Estes circuitos da escrita são espaços reutilizados, pois que são os responsáveis pela passagem da vida sedentária para o neolítico. De caçador-apanhador, o homem tornou-se agricultor e criador.

Estas faculdades esquecidas mostram-se recordadas nas histórias de caça dos Índios da América do Norte ou pelos que vivem ainda no interior da floresta amazónica (Tristes Trópicos, de Claude Levi Strauss).

## **Línguas de estrutura mais ou menos complexa...**

Segundo a nascença e a evolução duma língua, a sua estrutura será mais ou menos fácil ou difícil de decifrar. As mais fáceis são as línguas antigas: o grego mais que o latim onde cada sílaba tem sempre a mesma pronúncia e o mesmo significado. Nas línguas actuais, o italiano mostra-se com esta mesma simplicidade, e menos o castelhano ou o alemão. A coisa torna-se um pouco mais difícil com o francês ("mère, maire..., femme") e verdadeiramente complicada no inglês. Demorará dois anos, em média, para que as crianças da Velha Albion consigam aprender a ler correctamente a sua língua. Assim, a ortofonia vai ser uma disciplina que se irá desenvolver especialmente no seio dos países anglófonos.

(continua na próxima edição)



# Boas práticas ambientais



**O**s transportes são responsáveis por cerca de uma terça parte das emissões totais de gases com efeito de estufa. O aumento do volume de transportes tem vindo a gerar uma pressão cada vez maior sobre o meio ambiente. Os transportes consomem recursos naturais, poluem o ar, intensificam o efeito de estufa e ainda dificultam a mobilidade, por mais paradoxal que isto pareça. Os avanços da tecnologia que têm permitido reduzir a poluição atmosférica causada pelos veículos não têm conseguido sobrepor-se ao crescimento do tráfego. Assim, as emissões poluentes têm continuado a aumentar.

Eis, portanto, alguns conselhos “verdes”:

- 1 → Evite o uso do automóvel para trajectos curtos. Opte pelo transporte colectivo, ou pela bicicleta, ou até mesmo por fazer a pé as suas deslocações.
- 2 → Em horários e em locais de maior congestionamento, opte sempre pelos transportes públicos colectivos.
- 3 → Experimente viajar de comboio. Uma pessoa sozinha a viajar de automóvel produz três vezes mais emissões de CO<sub>2</sub> por quilómetro.
- 4 → Veja se, na sua área de habitação ou do escritório, está organizado o sistema de partilha de viaturas, pois deste resultam menos custos, menos consumo de combustível e menos emissão de CO<sub>2</sub>.
- 5 → A eco-condução reduz o consumo de combustível e as emissões de gases de efeito estufa. Conduza a uma velocidade regular e evite travagens e acelerações bruscas. Verifique periodicamente a pressão e o desgaste dos pneus.
- 6 → Evite cargas desnecessárias no interior do veículo. É que quanto maior o peso for, maior será o consumo.
- 7 → Esteja atento à manutenção do seu veículo. Filtros do ar e combustível obstruído, válvulas injectoras sujas e velas de ignição desgastadas aumentam o consumo.
- 8 → Opte por óleos de melhor qualidade, pois são estes que podem reduzir o consumo de combustível e as emissões de CO<sub>2</sub>, e em mais de 2,5%.
- 9 → Quando trocar de carro, não se esqueça de considerar o tipo de combustível, a potência, os consumos, as emissões, a aerodinâmica e todas as indicações sobre a eficiência e a manutenção.



# O Concerto de Reis

Não fora, certamente, a circunstância de o dia se ter manifestado carrancoso, a espaços com abundantes aguaceiros, e teria sido maior a afluência para assistir ao Concerto de Reis que o nosso Clube promoveu no belíssimo espaço que inegavelmente é o da igreja do antigo Convento de “Corpus Christi”. Foi a 9 de Janeiro a partir das 18 horas.

Sob a notável direcção do Prof. Francisco Melo, o Coro “Anima Mea”, composto de catorze coralistas acompanhados por órgão, contra-baixo, violino e percussão, cumpriu um selecto programa de melodias relacionadas com o Natal e com a Epifania, em sucessivas actuações de excelente qualidade. No final, até todos cantaram com o Coro!

De salientar que os desempenhos musicais foram entremeadas com declamações poéticas a cargo de uma das senhoras do Coro e que a nossa Presidente, Comp<sup>a</sup>. Mizi Reis, esteve bem à altura das circunstâncias quer na sua intervenção antes do início do Concerto, explicando a finalidade de recolha de fundos para luta contra a pobreza, quer na sua alocução final em que agradeceu em nome do Clube a colaboração magnífica dada pelo Coro “Anima Mea” e fez entrega na pessoa do Maestro de algumas lembranças de reconhecimento.

Dignou-se estar presente neste evento o Vereador da Cultura, Dr. Delfim de Sousa que, no final de tudo, proferiu algumas palavras de encómio visando o nosso Clube pela iniciativa que tomara.

ALC



A nossa Presidente Mizi Reis, na sua intervenção inicial em que disse dos propósitos do Concerto.



O Coro “Anima Mea” em plena actuação.



No final, o Vereador da Cultura, Dr. Delfim de Sousa, felicitou o Clube por mais esta iniciativa.



## Dicas Históricas do Rotary

### A PROIBIÇÃO DE CAMPANHAS ELEITORAIS



Está claramente estabelecido no Manual de Procedimento que “nenhum Rotário se deve empenhar em campanha política, distribuição de material de campanha ou solicitação de votos visando a sua eleição para qualquer cargo no Rotary International”. É uma regra que inclui candidatura à eleição para ocupar o cargo de Governador de Distrito, de Director do R.I., de Presidente do R.I. e de membro das várias Comissões existentes no seio do Rotary.

Estão, pois, proibidas pelo Rotary distribuições de panfletos, de literatura e o envio de cartas pelo candidato ou

por qualquer pessoa que esteja a fazer campanha em benefício dele. Apenas o Conselho Director do R.I., através da Comissão de Revisão de Irregularidades Eleitorais, tem competência para determinar quais as actividades que constituem solicitação de votos.

A partir do momento em que algum Rotário se torne candidato a qualquer cargo electivo do Rotary deve deixar de fazer qualquer palestra, como não deve comparecer em eventos ou fazer qualquer publicidade quando tais actividades possam vir a ser interpretadas como tendo por escopo a promoção da sua eleição. A única informação respeitante a candidatos que pode ser enviada aos Clubes deve ser somente a que seja distribuída pelo Secretário-Geral do R.I..

Um Rotário que concorra a cargo electivo, como, por exemplo, o de Governador de Distrito ou o de Director do R.I., deve evitar



toda a acção que possa ser considerada como conferindo-lhe alguma vantagem injusta relativamente aos demais candidatos que haja. O não cumprimento deste dever poderá determinar a sua desqualificação enquanto candidato.

Com efeito, o pensamento do Rotary é no sentido de que o histórico dos serviços prestados pelo candidato e as suas qualificações pessoais para ocupar qualquer cargo são bastantes, por si só, para o credenciarem, pelo que não se torna necessária qualquer publicidade ou outra promoção especial.

# Mais sobre o Tomate

**I**magine o leitor que foram os conquistadores espanhóis quem foi descobrir o tomate no Séc. XVI, época em que ele já era cultivado na cordilheira dos Andes.

O povo Inca já o conheciam havia séculos e tinha sido ele a dar a este fruto o nome que ainda tem. Todavia, o tomate que eles cultivavam, na sua versão original sul-americana, era de tamanho muito pequeno, muito menor que os tomates que hoje consumimos. Nos nossos dias chegam a obter-se exemplares com mais de um quilo de peso!

Os espanhóis ficaram encantados com o aspecto do tomate, fruto que também foram mais tarde encontrar no México. Nas suas naus trouxeram-no para a Europa e começaram a cultivá-lo na Andaluzia. Estava-se numa época em que os mosteiros, designadamente os das cidades de Sevilha, Granada ou Córdova, tinham por costume a criação de hortas nas quais produziam plantas que tinham encontrado noutros continentes.

Na Andaluzia, os próprios mouros nas proximidades de serem definitivamente expulsos da Península Ibérica, tinham-se maravilhado com o tomate e vieram a levar consigo tomateiros quando se viram obrigados a fugir para a África do Norte. Então o tomate vermelho, com forma parecida com um coração, espalhou-se por todo o mundo árabe.

Pode congelar-se o tomate. Para o descongelar e consumir deve-se simplesmente passar o fruto por água da torneira, pois será mais fácil pelá-lo e cozinhá-lo rapidamente.

Também pode secar-se ao sol o tomate mas, para isso, a melhor variedade é a do tomate chucha. Corta-se ao meio, desde o cálice à ponta, e dispõem-se as metades com a polpa virada para cima, num tabuleiro, polvilhando-se com sal fino a gosto. Coloca-se ao sol nos dias quentes do verão e, quando o sol se puser, guarde o tomate em casa em local seco. E repita esta operação todos os dias até que o tomate fique absolutamente seco.

O tomate seco deve ser guardado num recipiente longe da luz, em local seco ou dentro de um frasco com azeite, malagueta e alecrim.

Porque é que é recomendável comer tomate?

- ✓ diminui a ocorrência de doenças cardíacas
- ✓ reduz os níveis de colesterol
- ✓ é um poderoso antioxidante
- ✓ está ao nível dos citrinos, dos frutos secos e dos espinafres
- ✓ previne o cancro
- ✓ previne o envelhecimento prematuro
- ✓ combate as infecções bacterianas
- ✓ é eficaz nos cuidados contra a caspa e a queda do cabelo.





Giovanni G. Marelli

# Curiosidades

A “casta” é um sistema social hereditário em que a condição do indivíduo passa de pai para filho. Implica o conceito de “endogamismo”, ou seja cada indivíduo só pode casar com pessoas do seu próprio grupo.

\*

O sistema das castas sempre foi, na Índia, uma divisão importante na sociedade hindu. Ele não existe, porém, apenas na Índia mas também no Nepal e em outros territórios sob a influência do Hinduísmo.

\*

Historicamente, o sistema das castas surgiu na Índia quando os “Arias”, povo migrante vindo do norte cerca de 850 aC, de tez clara, submeteram os nativos de pele escura (“dasya”) e os reduziram à condição de escravos.

\*

Na Índia, o sistema de castas muda de região para região e dele se formam ainda muitas sub-castas. A divisão principal das castas é como segue e por ordem decrescente: “Brahmins” (sacerdotes e letrados), “Ksatriyas” (guerreiros), “Vaisyas” (mercadores, criadores de gado, agricultores), “Sudras” (servos) e “Pariahs” (mendigos).

\*

No povo “Sikh” a estrutura das castas é menos marcada que a dos Hindus. Nos “Sikhs” podem identificar-se três castas: “Jats”, “Non-Jats” e “Mazahabis”. É uma diferenciação que adquire pouco valor nas cidades, pois nestas está uma maioria de pessoas mais instruídas, mas mostra-se muito implantada nas aldeias. Aqui, os “Mazahabis” são muitas vezes excluídos de diversas actividades sociais.

\*

Existem actualmente cerca de 12.000.000 de “Sikhs” e, destes, 85% ocupam a região do Punjab, no noroeste da Índia.

\*

A designação “Sikh” tem origem no Sânscrito “Sisya”, que significa “discípulo”. Na verdade, os “Sikhs” são discípulos dos 10 Gurus (os Grão-Mestres da religião) que se iniciaram com Nanak (nascido em 1469) e foram seguindo até Gobind Singh (falecido em 1708).

\*

O povo “Sikh” sempre foi um bom aliado da Inglaterra, a partir da altura em que os colonizadores ingleses chegaram ao Punjab (cerca de 1650)



# A "Gaiarte" ressurge

Durante anos a fio, o nosso Clube organizou sucessivas edições da “GAIARTE”, um verdadeiro acontecimento nacional na área das Artes Plásticas que alguns até procuraram copiar, mas, valha a verdade que se diga, sem jamais terem atingido nem a dimensão, nem o prestígio que a “GAIARTE” atingia. Forçados pela circunstância de ter ocorrido a demolição do grande pavilhão da APDL que existiu no “Cais de Gaia” e que, a partir de certa altura, constituiu o local onde a “GAIARTE” era organizada, vimo-nos forçados a suspender a promoção da “GAIARTE”, facto que suscitou manifestações várias de inconformismo, designadamente da parte dos Artistas Plásticos que se tinham habituado a participar nela e, por assim dizer, até “faziam fila” para nela serem admitidos.

Mas era, realmente, geral a demonstração de carência de alguma coisa que era verdadeiramente notável e retumbante, a “GAIARTE”. Sucediam-se os protestos e as lamentações.

E neste clima se viveram alguns anos...



um dos últimos cartazes da “GAIARTE”.

Pois, anote o entusiasta da “GAIARTE” que ela volta, se bem que em moldes um pouco diferentes. O espaço é gentilmente cedido pelo Compº Américo Camarinha – o “Espaço Solidariedade” - e fica em zona nobre da cidade, mais exactamente na Avenida da República, 1917, à direita do sentido descendente desta artéria.

Inserida no Projecto “Onda Bienal”, a “GAIARTE” adopta a designação de “GAIARTE / ONDA BIENAL” e passa a ser uma iniciativa da parceria estabelecida entre a Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, a “Artistas de Gaia”-Cooperativa Cultural e o Rotary Club de Vila Nova de Gaia.

De periodicidade, pois, bienal, vai ter a sua edição deste ano entre os dias 19 e 27 de Março, sendo que cada Artista participante apenas poderá concorrer com uma obra (pintura, desenho, escultura, cerâmica ou fotografia) que deverá remeter, em imagem, para a organização até 15 de Fevereiro, acompanhada dum breve biografia (até 12 linhas) do autor.

As obras que participarão nesta edição devem ser entregues no local entre 7 e 9 de Março, das 14 às 19 horas. Em caso de venda da obra, 60% do preço vão para o Artista e os restantes 40% serão repartidos pelas entidades organizadoras e por uma IPSS da nossa comunidade.

Esperamos contar com a presença do leitor na nossa próxima “GAIARTE”!

# BOAS NOTÍCIAS

## EM PORTUGUÊS

### MELHOR DESTINO INSULAR



A Ilha da Madeira foi considerada pelos “World Travel Awards” como o melhor destino insular do mundo. Venceu as candidaturas de Bali (que detinha antes o troféu), Barbados, Creta, Ilhas Cook, Jamaica, Maldivas, Maurícias, Santa Lúcia, Sardenha, Seychelles, Sicília e Zanzibar.

### O MAIOR GEOPARK DA EUROPA



A UNESCO criou o Programa Geoparques Globais, um novo programa seu decorridos 43 anos sem que a UNESCO



criasse qualquer novo programa. Nele se integra a Rede Global de Geoparques e nesta



Rede está incluído o Geopark Naturtejo. O Programa Geoparques Globais é, pois, um novo programa oficial da UNESCO a par dos programas Património Mundial ou o da Reserva da Biosfera.

O Geopark Naturtejo é um dos maiores do mundo quanto à área e o maior da Europa, com os seus cinco mil quilómetros quadrados. Distribui-se pelos concelhos de Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Vila Velha de Ródão, Nisa e Penamacor. Na Europa existem 69 Geoparques e quatro deles estão em Portugal. A Rede Global tem 120 Geoparques.

### “EXPRESSO”

O conceituado semanário “Expresso” fez jus, e pela segunda vez, ao galardão máximo do “design” editorial da Europa, o mais importante prémio europeu de jornalismo visual.

**Expresso**

ÚLTIMAS - OPINIÃO - ECONOMIA - EXPRESSO CURTO - PODCASTS - VIRUS ZIKA - DE 2016 - BANOS - 2.59

**NOTÍCIAS**

Ouro, prata, bronze: trabalhos multimédia e impressos do Expresso distinguidos em prémios de design da Península Ibérica

Os prémios Nôtre premiam o que de melhor se faz em design nos jornais impressos e online de Portugal e Espanha. O site do Expresso foi distinguido, tal como os trabalhos multimédia e diversos trabalhos publicados em papel

### “A CIDADE DA MÚSICA”



Idanha-a-Nova, na Beira Baixa, é a primeira localidade portuguesa a ser classificada pela UNESCO como “Cidade da Música” passando a integrar a “Rede das Cidades Criativas da UNESCO”, uma decisão tomada por esta Agência da ONU na sua reunião realizada no passado mês de Dezembro. Trata-se de uma rede que foi criada em 2004 e da qual fazem parte cidades que se distinguiram em áreas como o cinema, o artesanato e a arte popular, no “design” e na multimedias, na literatura ou na música. Já integram esta Rede localidades como Sevilha (Espanha), Bolonha (Itália), Mannheim e Hannover (Alemanha), Ghent (Bélgica) e Glasgow (Escócia).



# Frases Que Marcaram



*“Quando, a propósito de uma ideia, se diz que se está em princípio de acordo, isso significa que não se tem a menor intenção de a pôr em prática”.*

**Otto Von Bismarck**  
(1815-1898)



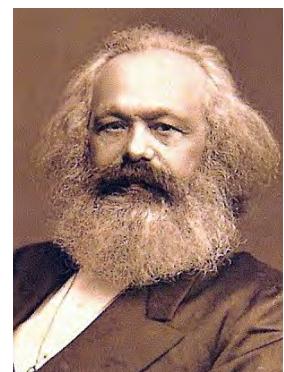
*“Seria ingênuo pensar que os problemas que hoje assolam a humanidade possam ser resolvidos com meios e métodos que foram utilizados, ou pareceram funcionar, no passado”.*

**Mikhail Gorbachov**  
(1931)



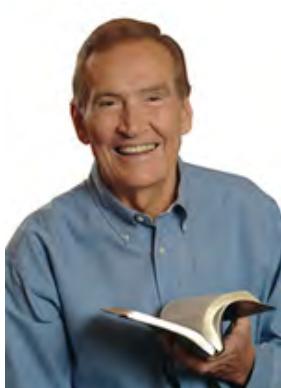
*“Há coisas encerradas dentro dos muros que, se saíssem de repente para a rua e gritassem, encheriam o mundo”.*

**Federico Garcia Lorca**  
(1898-1936)



*“Ao vender a sua força de trabalho – e o operário é obrigado a fazê-lo no regime actual – ele cede ao capitalista o direito de empregar essa força mas dentro de certos limites racionais. Vende a sua força de trabalho para conservá-la ilesa, ressalvado o natural desgaste, nunca para destruí-la”.*

**Karl Marx**  
(1818-1883)



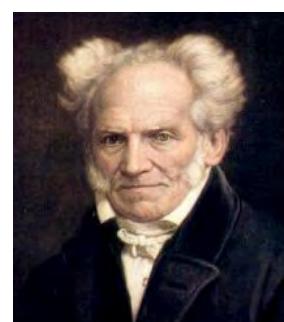
*“Quando metade da população assume a ideia de que não precisa de trabalhar, pois a outra metade da população irá sustentá-la, e quando esta outra metade entende que não vale a pena continuar a trabalhar para sustentar a primeira metade, então chegamos ao começo do fim de uma nação”.*

**Adrian Rogers**  
(1931-2005)



*“Os problemas do mundo não podem ser resolvidos por cépticos ou por cínicos, cujos horizontes estão limitados pelas realidades óbvias. Precisamos de homens que possam sonhar com coisas que nunca existiram”.*

**John F. Kennedy**  
(1917-1963)



*“Toda a verdade passa por três estágios. Primeiro é ridicularizada. Depois, enfrenta uma violenta oposição. Finalmente é aceite como evidente”.*

**Arthur Schopenhauer**  
(1813-1855)

# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



**NOTA** – Foi Director do Rotary International em 1989-91. Foi membro do Rotary Club de Montevideu (Uruguai), com a classificação “Bebidas carbonatadas - Fabricação”.

Sou Rotário porque o Rotary me deu um poderoso contributo em direcção ao aperfeiçoamento da minha personalidade no campo das relações humanas e também me motivou e formou para a colocação na minha vida do princípio “Dar de Si Antes de Pensar em Si”.

Assim, creio firmemente que os Rotary Clubes constituem, para os Rotários, verdadeiras escolas de aperfeiçoamento do comportamento humano.

Tendo sido Rotário durante mais de 40 anos, pude constatar que, devido à influência dos seus Rotary Clubes, homens tidos na conta de críticos e até de sarcásticos se tornaram compreensivos e mesmo simpáticos; homens que, nas suas áreas de negócios, eram conhecidos por “cortarem as unhas rentes”, viram a luz e tornaram-se líderes na acção da promoção dos mais elevados níveis de liderança; homens que não mostravam qualquer interesse pelo ocorria nas suas comunidades, vieram a contribuir sensivelmente para a melhoria das condições de vida nas suas comunidades; e assim por diante.

E tudo isto aconteceu não devido a algum “renascimento espiritual” mas ao efeito do COMPANHEIRISMO, que é cultivado em pessoas de coração aberto num espírito de tolerância e de boa vontade.

Paul Harris, ele mesmo, veio a reconhecer isto mesmo, ou seja que na amizade rotária muitas dissensões se podem reduzir ao tamanho da inconsequência e que o Rotary atrai pessoas de todas as raças, de todas as nacionalidades, ou religiões ou ideias políticas para a causa comum do SERVIÇO.

Agora, sendo Rotário, sinto que não sou apenas por pertencer ao meu Clube, ao meu Distrito, à minha Zona ou mesmo ao próprio Rotary International, mas, por estar integrado numa grande cruzada de pessoas amigas e dedicadas que estão apostadas em ajudar a construir para todos um AMANHÃ MELHOR.

**Aquiles Guerra**



# Conheça os seus Maiores

## MÁRIO DE MORAIS BERNARDES PEREIRA

Nasceu em Peso da Régua em 1897 e veio a morrer no Porto em 1961. Foi médico cirurgião e escritor e exerceu as funções de Director do Instituto do Vinho do Porto quando este organismo foi criado em 1933. Foi autor de várias obras de referência como “O Vinho e o Clínico”, “Sobre o Vinho do Porto”, A Escravidão” e “A Quimera das Sete Vacas Gordas”.



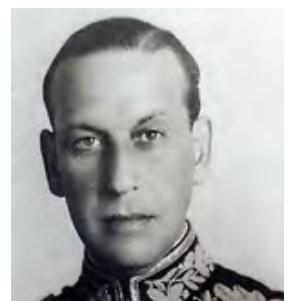
## D. NUNO ÁLVARES PEREIRA

Ficou conhecido como o “Santo Condestável” e nasceu em Bonjardim em 1360. Veio a falecer no Convento do Carmo, em Lisboa, em 1431. Foi escudeiro de D. Leonor Teles e, sendo ainda adolescente, revelou-se um intrépido guerreiro. Veio a tornar-se no melhor amigo do Mestre de Avis. Com pouco mais de vinte anos, derrotou os Castelhanos no recontro de Atoleiros, em 1384. Em 1385 teve papel muito relevante na batalha de Aljubarrota e infligiu nova derrota aos inimigos de Castela na batalha de Valverde, aqui já em território castelhano. D. João I fê-lo “Condestável do Reino” e encheu-o de honras e mercês. Veio a tomar parte na conquista de Ceuta e, já em 1415, renunciou a todos os seus títulos e honras, repartiu todos os seus imensos bens e recolheu-se ao Convento do Carmo, que fundara. Foi beatificado em 1918 e mais tarde considerado Santo.



## PEDRO TEOTÓNIO PEREIRA

Nasceu em 1902 e foi um notável diplomata e político. Foi Subsecretário de Estado das Corporações e Previdência Social de 1933 a 1936, e exerceu as funções de Ministro do Comércio e da Indústria em 1936 e 1937. Foi deputado e embaixador em Madrid, Rio de Janeiro, Washington e Londres.



## DAMIÃO PERES

Nasceu em 1889 e foi um notável historiador e numismata, além de orador muito apreciado. Foi professor nas Faculdades de Letras das Universidades do Porto e de Coimbra. Deixou obras importantes como “O Governo do Prior do Crato”, “História dos Descobrimentos” e “Como Nasceu Portugal”. Foi quem dirigiu a redacção da “História de Portugal”, vulgarmente conhecida por “História de Barcelos”.



## BARTOLOMEU PERESTRELO

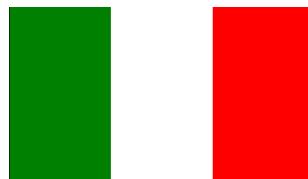
De origem genovesa, foi um importante fidalgo português que serviu na casa do Infante D. João, irmão do Infante D. Henrique. Foi o primeiro donatário da Ilha de Porto Santo e a sua filha, Filipa Moniz Perestrelo, casou com Cristóvão Colombo. Viveu no Séc. XV.



# CULINÁRIA INTERNACIONAL

Mestre Saborini, principiou o ano com uma digressão à Hungria e depois desceu à Itália.

## ITÁLIA



### Salsicha italiana e Salva fresca com Massa

**Ingredientes:**

- 500 grs. de “fettucini”
- 500 grs. de salsicha italiana bem quente (6 a 8)
- 30 mls. de óleo vegetal
- 1 cebola grande cortada grossa
- 250 mls. de cogumelos cortados
- 796 mls. de tomates
- 25 mls. de salva fresca ou  $\frac{1}{2}$  colher de chá de salva seca
- 2 mls. de açúcar
- 2 mls. de manjericão
- sal e pimenta de Caiena a gosto



**Preparação:** Coza a massa. Retire a pele às salsichas. Aqueça bem o óleo e junte-lhe as salsichas e deixe a apurar até que fiquem ligeiramente acastanhadas, mexendo sempre com um garfo. Junte a cebola, os cogumelos e o sumo de tomate. Corte em bocados os tomates e junte-os com o sumo e açúcar. Deixe ferver em lume brando, em recipiente destapado.

### Lasanha “Zucchini”

**Ingredientes:**

- 500 grs. de carne de “hamburguer”
- 75 mls. de cebolas cortadas
- 30 mls. de óleo vegetal
- 398 mls. de concentrado de tomate
- 5 mls. de oregãos
- 2 mls. de pimenta
- 1 a 2 kgs. de “zucchini”
- 30 mls. de farinha
- 1 ovo
- 375 mls. de queijo “mozzarella” ralado



**Preparação:** ponha ao lume a carne e as cebolas em óleo. Retire o excesso de gordura. Junte o tomate e as especiarias. Leve tudo a ferver ao lume durante 5 minutos. Mexa bem. Entretanto, corte o “zucchini” em tiras de cerca de 0,6 cms.. Numa panela pequena, junte o queijo como o ovo e mexa bem. Coloque metade do “zucchini” no fundo de um tacho de 4 litros e polvilhe com cerca de 15 mls. de farinha. Tape com uma mistura de meio por meio de queijo e de carne. E, depois, com com outra metade de mistura de queijo. Repita o “zucchini”, a farinha e as sobras de carne. Tape com “mozzarella” ralado. Leve ao forno a 190° durante 40 minutos.

Belíssimo!!!





### Cursos

Ingles  
Francês  
Alemão  
Espanhol  
Italiano  
Português  
Russo  
Japonês  
Chinês

Informática

### Traduções

Técnicas e Científicas  
(com reconhecimento oficial)



### Escolas

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



Informações  
**208 203 319**

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



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

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



## Rotary Club de Vila Nova de Gaia

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

4400-107 Vila Nova de Gaia

Telef.: 22 374 75 00

Fax: 22 374 75 76

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

Informações e reservas: +351 223 747 500

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

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