

boletim mensal | ano XXXII | nº 394 | janeiro de 2016



**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 • 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@saimoveis.pt](mailto:samil@saimoveis.pt)  
Web: [www.saimoveis.pt](http://www.saimoveis.pt)



**Rotary**

Club de Vila Nova de Gaia



boletim mensal • ano XXXII • nº 394 | janeiro de 2016

# EM JEITO DE BALANÇO

Com esta edição do nosso Boletim mensal como que se vira a página correspondente ao primeiro semestre do ano rotário de 2015-2016. Será, por isso, ocasião oportuna de lançar uma vista de olhos pelo que foi a actividade do Clube nesta primeira metade do referido ano em que temos tido a direcção da Compº. "Mizi".

No fazê-lo, hemos de reconhecer que o Clube não fez um percurso de envergonhar. Tivemos a tradicional cerimónia de "Transmissão de Mandatos" poucos dias antes do fim do precedente ano, justamente em 25 de Junho. E não foi uma ocasião qualquer, pois, logo de entrada tivemos a alegria de admitir nada menos que seis novos Companheiros que, como veio a sentir-se, vieram valorizá-lo.

E, mau grado se aproximar a época estival, nem por isso o Clube parou: diferentemente, ocupou-se na preparação de diversas actividades quanto às quais se tratou de vir a colocar em efectividade.

Assim, logo a 26 de Setembro realizámos uma extraordinária digressão até Pitões das Júnias, e logo a seguir, já em 1 de Outubro reunimos à nossa volta os estudantes que mais se tinham distinguido no ano lectivo anterior. Lá mais para o fim do mesmo mês de Outubro, em 29, tivemos a oportunidade feliz de homenagear um Profissional de Referência na pessoa do Chefe dos Bombeiros, Sr. Manuel Joaquim Ferreira Pinto.

Facto de muito lamentar, e que enlutou seriamente o Clube no seu todo, foi o do passamento, em 28 ainda de Outubro, do nosso tão querido e grande Rotário que foi o Compº. Joaquim Gomes Pinto.

Mas "a vida continua" e logo a 8 de Novembro realizámos a Caminhada "Adeus Polio!", que mobilizou todos e ofereceu uma muito positiva imagem pública do nosso Clube.

Tivemos o ensejo de, do ponto de vista da organização interna, arrumar a casa em termos de definir quem irão ser os Presidentes do Clube nos anos rotários de 2017-2018 (Compº. Rogério Cardoso) e de 2018-2019 (Compº. Fernando Jorge Rocha), e ficou devidamente definida a composição do Conselho Director no próximo ano, em que presidirá o Compº. Jorge Silveira.

Ainda no que concerne à vida interna do Clube, foi editado um pequeno livrinho contendo os dados pessoais e para contacto de todos os elementos que compõem o nosso quadro social. E reportadamente não só à vida do Clube mas também as suas relações públicas, o nosso Boletim foi saindo a tempo e horas e mês após mês.

No assinalar do Natal, tivemos em 19 de Dezembro a nossa "Festa da Família Rotária" com a alegria costumada, festa que viria a rematar com um belo Concerto de Natal realizado no auditório do Centro Social e Paroquial de Mafamude, com actuações estupendas de elementos da Academia de Música de Vilar do Paraíso. E organizámos algumas dezenas de "Cabazes de Natal" que fizemos distribuir por quem mais precisa.

Que diz, leitor: tem sido ou não uma significativa actividade a nossa? E mais coisas estão já na forja!...

Renovados votos de um Feliz Ano Novo!

## 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

**RELAÇÕES 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 FEVEREIRO

**Dia 4**

**REUNIÃO Nº. 2137**

21,30 horas – Café com Cônjuges.  
“QUEM SOU EU?” Auto-apresentação  
pelo Compº. Diogo Lima Pedrosa.

**Dia 11**

**REUNIÃO Nº. 2138**

21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

**Dia 18**

Transferida para

**Dia 20**

**REUNIÃO Nº. 2139**

20,30 horas – Jantar Festivo com  
Cônjuges. **Visita Oficial do Governador**  
em conjunto com os Rotary Clubes de  
Espinho, Feira e Sandim, no Hotel “Villa  
Sandini”.

**Dia 25**

**REUNIÃO Nº. 2140**

21,30 horas – COMPANHEIRISMO.

## Em Festa no Nosso Distrito

Em Fevereiro festejamos o seu respectivo aniversário das suas admis-

são em Rotary International o Rotary Club de Matosinhos, no **dia 7**,

o Rotary Club da Guarda, no **dia 10**, o Rotary Club de Leça do Balio,

no **dia 11**, o Rotary Club de Santo Tirso, no **dia 13**, os Rotary Clubes

de Resende e de Vila Nova de Famalicão, no **dia 21**, e o Rotary Club

de Viana do Castelo, no **dia 29**.

Um “hurrah” de vivas felicitações a todos.

## COMPANHEIRISMO

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

### NATALÍCIOS

Dia 15 – Fernando Tiago Freire Coelho da Costa Mendes

### DE CASAMENTO

Dia 20 – Luiz Carlos Almeida Oliveira  
D. Ondina Dias dos Santos Aroso

## CONCERTO DE REIS

No dia **9 DE JANEIRO**, a partir das **18 HORAS**, e na **Igreja do Convento de “CORPUS CHRISTI”**, no Largo de Aljubarrota (beira-rio, junto da “GAIURBE”), teremos um Concerto pelo Grupo Coral “ANIMA MEA”. Entrada – 7,5 “concertos”.

## ÍNDICE

Em Jeito de Balanço	1
Programa para o Mês de Fevereiro	2
Companheirismo	2
Página da Presidente	3
Os Direitos Humanos	4
Secretaria	5
A Alfabetização	7
Adeus Polio!	8
O Cérebro e a Escrita	9
Festa de Natal	10
O Concerto “Natal Plus”	11
Dicas Históricas do Rotary	12
O Tomate	13
Curiosidades	14
Um Teste à sua Argúcia	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

## Mês dos Serviços Profissionais - Janeiro 2016

Hoje acordei feliz! Feliz, pois, sempre que surge um Novo Ano, a energia e a esperança de um mundo melhor renova-se. Numa Revista especializada, alguém escrevia:

-“Hoje vai ser melhor do que ontem; há sempre uma nova oportunidade”.

Partilho da mesma opinião: é assim que devemos encarar o dia-a-dia; esta é a época perfeita para mostrar o nosso entusiasmo pelo Rotary.

Rotary como organização internacional orientada para a compreensão universal, com uma acção profissional responsável e ética, que junta pessoas, profissionais, prestando um serviço humanitário educacional e de intercâmbio cultural que afecta as vidas das pessoas a nível local e global.

Em Rotary partilhamos momentos do nosso tempo em companheirismo e reuniões de trabalho, ajudando a estabelecer a paz e a boa vontade no Mundo. Tal como numa grande família, todos os clubes são semelhantes, observam os mesmos princípios e são únicos.

A força do Rotary é justamente a diversidade; o Rotário é uma pessoa que partilha e comprehende a necessidade de partilhar os seus recursos e de unir esforços para a realização e concretização de acções previamente planeadas.

A força do Rotary é a união; quantos mais formos, unidos pelos mesmos princípios e objectivos, mais podemos fazer em prol dos outros. O lema base é “Dar de Si antes de Pensar em Si.”

Para garantir o êxito do Rotary, deve ser nossa preocupação fundamental participar. Os mais antigos membros do Clube, são os alicerces da casa. Depois, a preocupação centra-se nas expectativas e as realidades dos membros mais jovens prontos a mudar e sem medo à mudança. É a isto que chamo reparar as paredes da casa. Mudar é bom, permite que algo de novo aconteça e obriga todos a enfrentarem desafios. É certo que nem todas as mudanças dão resultado, mas não podemos deixar de as tentar por medo. Não falo de abdicar dos nossos valores, da história, dos fundadores e da Prova Quádrupla em Rotary, mas sim do poder que os clubes têm de se adaptar e se envolverem nas suas estruturas e comissões. Precisamos de crescer, também em número, para continuarmos jovens, assumindo as responsabilidades de preservar o Rotary na busca da desejada Paz no Mundo.

É um novo ano, vamos arregaçar as mangas e crescer!

Deixo expressa a minha vontade de desejar a todos um ano pleno de sucesso e crescimento. Um beijo amigo

Mizi reis

.P:S.: Este texto foi escrito em total desacordo ortográfico.



# Os Direitos Humanos



**A** 10 de Dezembro passado completaram-se 67 anos desde a data na qual a Assembleia Geral das Nações Unidas adoptou a Declaração Universal dos Direitos Humanos, numa votação que obteve 48 votos a favor, 8 abstenções e nenhum voto contra. As abstenções provieram, na sua maior parte, do então chamado “bloco soviético” (Bielorrússia, Checoslováquia, Polónia, Ucrânia, URSS e Jugoslávia), além da África do Sul e da Arábia Saudita.

Foi, por assim dizer, um marco histórico: o coroar de uma longa caminhada que muitos consideram iniciada o “cilindro de Ciro”, a primeira declaração registada que se conhece sobre os direitos humanos que o fundador do Império Persa Ciro II, “O Grande” (558-528 aC), redigiu por volta de 539 aC.

Muitos anos mais tarde, já em plena época do Iluminismo, filósofos da Europa vieram a desenvolver teorias da lei natural, pensamentos que influenciaram a adopção de documentos de especial referência como a Declaração de Direitos elaborada em Inglaterra em 1689, a Declaração dos Direitos do Homem e do Cidadão redigida na França em 1789, e a Carta de Direitos concebida nos Estados Unidos em 1791.

Chegámos aos tempos da II Grande Guerra Mundial e, nela, os “aliados” adoptaram as chamadas “Quatro Liberdades”: a liberdade da palavra e da livre expressão, a liberdade de religião, a liberdade por necessidades e a liberdade de viver livre do medo.

Quando veio, acabada a Guerra, a ser redigida a Carta das Nações Unidas, no que tiveram papel preponderante Rotários ilustres dessa época, foi nela reafirmada a fé nos direitos humanos, tendo sido os Estados, membros da ONU, exortados a promoverem o “respeito universal e a observância dos direitos humanos e das liberdades fundamentais para todos, sem distinção de raça, sexo, língua ou religião”.

Na consequência desta exortação, o então Secretário-Geral da ONU incumbiu o canadiano John Peters Humphrey de elaborar e apresentar um projecto de declaração sobre os direitos humanos. Humphrey era, a esse tempo, o Director da Divisão de Direitos Humanos da ONU, um departamento que tinha como missão preparar uma Carta de Direitos. Esta Divisão tinha uma Comissão que ficara constituída por representantes dos seguintes países: Austrália, Bélgica, Bielorrússia, Chile, China, Cuba, Egipto, Estados Unidos, Filipinas, França, Índia, Irão, Jugoslávia, Líbano, Panamá, Reino Unido, URSS e Uruguai. Nela avultavam figuras bem conhecidas como Eleanor Roosevelt, Jacques Maritain, René Cassin, Charles Malik e P. C. Chang. Esta Comissão trabalhou a que veio a ser a Declaração Universal dos Direitos Humanos a partir da base que tinha sido o projecto apresentado por Humphrey.

De acordo com o “Guiness Book of World Records”, a Declaração Universal dos Direitos Humanos é o texto que já foi traduzido no maior número de línguas. Em Dezembro de 2012 já havia 403 traduções efectuadas.

A verdade é que esta Declaração, apesar de não obrigar legalmente os Governos das nações, foi adoptada ao longo dos anos, e tem influenciado, em muitas Constituições nacionais desde 1948 e está presente como fundamento de elevado número de Tratados internacionais e ordenamentos jurídicos nacionais, igualmente em organizações internacionais, regionais, nacionais e locais, para a promoção do reconhecimento dos direitos humanos.

# SECRETARIA MÊS

# DEZEMBRO

Compº. Rui Amandi de Sousa



## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club do Porto – os Compºs. Diogo Pedrosa, Fernando Jorge Rocha e Rui Miguel Santos; no Rotary Club de Trancoso – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Valongo – o Compº. Jorge Silveira; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – o Compº. Artur Lopes Cardoso; em reunião no Rotary Club de Figueira da Foz para preparação das reuniões plenárias das Secções Portuguesas das CIP e plenária da CIP Portugal/França, o Compº. Rui Amandi de Sousa.

## DERAM-NOS O PRAZER DA SUA VISITA

Os cinco jovens que habitam na “Casa dos Rotários” da Aldeia SOS de Gulpilhares, com sua “Mãe” e o Sr. Director da Aldeia.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

Cartas de agradecimento para a Academia de Música de Vilar do Paraíso e para o Rev. Pe. Jorge Duarte, com referência ao “Concerto de Natal Plus”.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de Dezembro dos Rotary Clubes de Águeda, Amarante, Gondomar, Valongo e Vila Nova de Famalicão.

**Comunicações:** Carta da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia, a informar acerca das carências do Banco de Material Hospitalar. De Águas e Parque Biológico de Gaia, uma nota de crédito e uma factura de consumo de água; da EDP, factura de consumo de electricidade. Da Fundação

Rotária Portuguesa, o recibo do pagamento do 2º trimestre. “E-mails” da Comissão Distrital dos Serviços à Comunidade, com sugestões para o Natal Rotário. Da Comissão Distrital do Quadro Associativo, com chamada de atenção para o cumprimento da meta definida quanto ao aumento do quadro social. Do Rotary Club de Braga-Norte, sobre a sua campanha “Azulejo Mágico”. Do Vereador Dr. Delfim Sousa, a confirmar a cedência do espaço da igreja de “Corpus Christi” para o “Concerto de Reis”. Do Rotaract Club de Vila Nova de Famalicão, sobre o seu jantar de angariação de fundos a favor da Comissão de Protecção de Crianças e Jovens.

**Convites:** do Rotary Club de Paredes, para sua reunião com palestra. Do Rotary Club de Gaia-Sul, para a VOG.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins dos Rotary Clubes de Caldas da Rainha, Coimbra e Fafe. Carta Mensal do Governador, nº. 2.

## PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS

“O Gaiense”,

## NOTA

Por razões a que somos alheios, não se incluem mais dados referentes às reuniões de 10 e de 19 de Dezembro.

**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)



# A Alfabetização

Falamos quer da capacidade de ler e de escrever, quer da capacidade de utilizar a leitura e a escrita para a aquisição de conhecimentos, desenvolver aptidões próprias e ter uma participação activa na sociedade.

Em 2014, a UNESCO deu a conhecer que havia, nesse ano, 775 milhões de adultos e 126 milhões de jovens analfabetos. Deles, 64% eram mulheres. 67 milhões de crianças não tinham acesso à educação. Mas em 2011 a taxa de alfabetização andava nos 84,1%, um valor bem melhor que o que se tinha determinado por alturas de 1985 a 1994, que era da ordem dos 76%.

A distribuição dos índices de analfabetismo é díspar: 75% dos 775 milhões de adultos analfabetos que há no mundo inteiro vivem em 10 países: Bangladesh, Brasil, China, Egipto, Índia, Indonésia, Irão, Nigéria, Paquistão e Sudão. Acresce que nas zonas de elevado crescimento demográfico como nas regiões da África Sub-Sahariana, o número de analfabetos passou de 133 milhões para 166 milhões e nos países árabes de 55 para 58 milhões.



A alfabetização não constitui apenas um dos importantes desígnios do Rotary, por isso que é também um especial objectivo de todo o mundo na justa medida em que ela constitui um factor chave no combate contra a pobreza, contra a exclusão social e contra tudo quanto lhes está associado. Diz mesmo a UNESCO que ela é decisiva para a preservação da paz, pois que permite a todos alcançar as suas liberdades individuais e melhorar a compreensão do mundo.

É por isso que, desde 1986, o fomento da alfabetização passou a ser uma das principais metas do Rotary e uma prioridades para os Clubes. Começou por ser apontado o mês de Junho de cada ano para Mês da Alfabetização, mês que, mais tarde e por se ter reconhecido que Junho era menos conveniente dado ser primacialmente dedicado à preparação do novo ano rotário, foi alterado para Março e, agora, é o mês de Setembro, o Mês da Educação Básica e Alfabetização”.

# Adeus Polio!



Após o ano verdadeiramente histórico no qual foi interrompida a transmissão do vírus selvagem da polio na Nigéria e em todo o continente africano, encontramo-nos bem mais perto do atingir a erradicação global desta doença. Na ocasião do assinalar do Dia Mundial do Combate à Polio, ou seja em 23 de Outubro do ano passado e em Nova Iorque, mais de centena e meia de pessoas participaram no programa difundido “ao vivo” e patrocinado pelo UNICEF.

Serviu como moderador desse importante evento, Jeffrey Kluger, que é o editor da Revista “Time”, e milhares doutros telespectadores acompanharam-no “on-line”.

Na sequência de tal celebração marcante a actividade desenvolvida contra a poliomielite ganhou um reforço extra: a doação feita pelo Rotary International do valor de 40,4 milhões de dólares, uma elevada quantia a somar aos vários milhões já aplicados pelos Rotários de todo o mundo na mesma causa e que está agora a ser utilizada em actividades de vacinação e de vigilância epidemiológica, sendo que 26,8 milhões de dólares foram para as Américas e visam assegurar que a doença não volte a manifestar-se aqui. 6,7 milhões de dólares foram para o Paquistão, que é um dos três países que ainda não lograram interromper a transmissão do vírus, 5,3 milhões de dólares na Índia e 400.000 dólares no Iraque.

As contribuições do Rotary destinam-se ao UNICEF e à OMS, Organizações que são parceiras nossas no âmbito da Iniciativa Global de Erradicação da Polio.

Temos, pois, nesta altura, que já foi eliminado o vírus Tipo 2 (WPV2), meta que já foi declarada como tendo sido alcançada em Setembro passado pela Comissão Global para a Certificação da Erradicação da Poliomielite. Na verdade, o último caso de WPV2 a ser registado aconteceu em 1999 e na Índia.

No que se refere ao vírus selvagem Tipo 3, o último caso relatado aconteceu já em Novembro de 2012, na Nigéria, e também foi recentemente declarada pela referida entidade controladora a sua erradicação.

Resta-nos, pois, a incidência do Tipo 1 para se atingir a meta da erradicação total da poliomielite. Nesta linha, pois, e como o Afeganistão é país ainda endémico da doença, foi nele desenvolvido o programa “Afghan Youth Connect” (AYC), especialmente centrado em Jalalabad. Constou de “workshops” sobre a polio e foi colocado em prática no passado mês de Outubro, interessando centenas de estudantes, pais, directores escolares, professoras e mesmo líderes comunitários para tomada de consciência sobre os sintomas da doença, prevenção desta e esforços para a sua erradicação. Neste programa é largamente utilizada a informática para entrada em contacto de milhares de estudantes afgãos com outros países e outras regiões. O programa é especialmente patrocinado pela Fundação do Rotary Club de La Jolla Triangle, dos EUA, em parceria com a estrutura das cidades geminadas de San Diego (Califórnia – EUA) e Jalalabad (Afeganistão).



# O Cérebro e a Escrita

Jean-Louis Sers



Rotary Club de Hauts de Siagne

Formos 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

## Preliminares

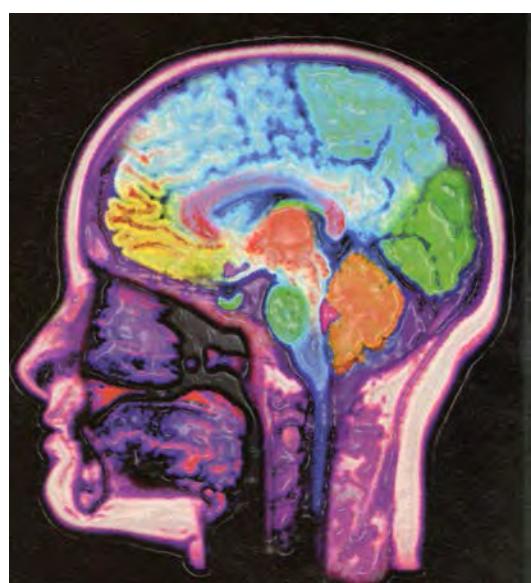
Ao longo da evolução humana, a leitura constitui uma actividade absolutamente nova que se iniciou entre os habitantes da Babilónia e no seio dos Sumérios, que foram os que inventaram o primeiro alfabeto. Foi isto o que criou o ser humano, vão decorridos cerca de 300.000 anos.

Eis a grande revolução: somos os únicos dos primatas a terem adquirido um sexto sector de neurónios no cortex, o que aconteceu graças a uma “mutação feliz”. No neolítico, o homem tornou-se sedentário e passou a reutilizar neurónios para memorizar a palavra através da escrita, de início através de cálculos simples (“calculi”, palavra latina que designa pequenas pedras gravadas para fazer contas), depois por inscrições praticadas na pedra e na natureza (cabeça de touro, ramos cruzados em T, ou em L...), símbolos aos quais irá fazer corresponder sons ou sílabas.

### O circuito visual está em inter-conexão com a fala

Desde logo, a visão das letras passa pela retina, sobre o ponto central do globo ocular onde a acuidade visual é máxima, de um ângulo de eficácia de 15°. A partir daí há uma névoa. Tudo começa por um movimento dos olhos que vai da esquerda para a direita (no hebraico, no árabe), ou da direita para a esquerda (para os ocidentais): leitura em cascata de 8 a 10 letras de cada vez. A palavra é “tratada” por dezenas de milhões de foto-receptores que constituem a zona exacta de visão. A despeito da diferença de tamanho, de tipo de grafia, etc... o cérebro vai fazer uma representação invariável.

O circuito visual inter-conecta-se com a fala e a sua plasticidade permite a memorização.



O cérebro da criança, para a aprendizagem, vai reutilizar antigos circuitos neurais. É o hemisfério esquerdo que, como para a fala e para os matemáticos, está sempre a ser solicitado em todas as formas da escrita. Note-se que, para a música, descobertas recentes mostram que ela se distribui pelo conjunto do cérebro no seu todo, quando se pensava que seria apenas o hemisfério direito a ser implicado. “A melodia à direita, a harmonia à esquerda” e, sempre, “a música precederá a fala” (Serenata para um Cérebro Músico, de Pierre Lemarquis, segundo Odile Jacob, em Novembro de 2009).

“É a prova de que, se uma larga parte do cérebro”, sobretudo do hemisfério direito, “está empenhada com a actividade musical, esta, desenvolvida a partir de necessidades de carácter amoroso, é fortemente útil ao homem” (A Descoberta, de Abril de 2010, na apresentação da obra de Daniel Levitin, ed. Héloïse d'Ormesson 2010, *De la Note au Cerveau, l'Influence de la Musique sur le Cerveau*).

(continua na próxima edição)



# Festa de Natal

Com a ajuda da Fundação Rotária Portuguesa, uma vez mais, aproveitámos a quadra do Natal para organizar e distribuir meia centena de "Cabazes de Natal" bem pesados e não menos recheados de géneros alimentares que certamente tornaram melhores os ambientes domésticos das famílias com eles contempladas.



O bem disposto grupo da casa dos Rotários da Aldeia SOS



A "barafunda" dos presentes.

Caiu no dia 19 de Dezembro e, sob a presidência da Comp<sup>a</sup>. Mizi Reis, tivemos uma sala muito bem composta. Connosco, e como já considerar se pode a cumprir uma tradição, a inestimável representação da Aldeia SOS de Gulpilhares, com as presenças do seu Director, o Dr. Rui Dantas, da "mãe" Anabela e dos jovens que nesta altura são quem está a viver na "Casa dos Rotários".

Logo de entrada, as mesas estavam irrepreensivelmente lindas, notando-se em cada lugar um pequeno rolo de papel amarelo, cintado artisticamente, rolo que tinha impresso um extraordinário poema alusivo ao Natal, que a Miita seria chamada a ler.

Almoçou-se (bem) e foi chegado o momento das actuações programadas após "atribulados" ensaios preparatórios. Em palco, no qual era visível uma bela árvore-de-natal, todos os pequenos intervenientes, bem cônscios do seu papel, declamaram em torno do significado na natalícia estação. Depois, houve que aguardar a imprescindível chegada do "Menino Jesus" interpretado superiormente pelo David, ali todo contente e de olhitos esbugalhados comodamente instalado. Ele, em viatura de tiro, fez uma entrada triunfal na sala, logo seguido por um séquito apessoado, representando as clássicas presenças no

Presépio, mas segundo interpretação aldeã. Claro que o cajado do S. José era o adereço mais pretendido. É que não há volta a dar-lhe: todos querem ser o portador do cajado, sempre. Chegados, que foram, ao palco, após o atravessamento de toda a sala de jantar, todos cantaram uma ritmada melodia de sabor africano, de letra sugestiva, melodia contagiatante, mas claramente indecifrável.

E chegou-se ao "must": a alegre, mas disciplinada, distribuição dos presentes, um momento que colocou as crianças mais que alegres e com especial brilho no olhar. Claro que o grupo da Aldeia SOS não foi esquecido. E, entretanto, a Comp<sup>a</sup>. Marília Raro conseguira armar uma exposição de belíssimas peças de joalharia que ficaram ali disponíveis para quem quisesse adquirir alguma. Qualquer delas, por sua qualidade e elevado sentido estético, era uma verdadeira tentação.

Foi num ambiente de grande descontração e de muita alegria que a Presidente veio a dar por terminada a reunião, até porque havia que "saltar" para o Auditório do Centro Paroquial de Mafamude, onde se seguiria o Concerto.

ALC



# O Concerto “Natal Plus”

O estupendo Auditório do Centro Paroquial de Mafamude não estava cheio, mas, mesmo assim, na sua grande parte preenchido, conferindo ao evento um ambiente de veras agradável. O Concerto foi todo ele preenchido por actuações de alunos da Academia de Música de Vilar do Paraíso e, como sempre, revestiu indesmentível qualidade.

Com as finalidades de celebrar o Natal e gerar alguns fundos a aplicar na luta contra a pobreza, esta realização constituiu um novo desafio à capacidade de realização e de mobilização do Clube e, por isso, só foi possível graças às diversificadas colaborações de muitos Companheiros. Sem esquecer o muito que outros deram de si, seja permitido salientar os esforçados trabalhos em que andaram os Comp's. Rui e Diogo que, em difíceis condições, até climáticas, asseguraram os transportes da elevada quantidade de instrumentos musicais da Academia para o Auditório e vice-versa. Um Bravo! para eles.

Deu-nos a honra de estar connosco no início, e ter dirigido a palavra ao nosso Clube de maneira amiga e reconhecida, o Prof. Doutor Eduardo Vítor Rodrigues, ilustre Presidente da Câmara.

E depois, foi o desenrolar de um excelente espectáculo musical de pendor natalício, um espectáculo que anunciado e introduzido pela nossa Presidente a Comp<sup>a</sup>. Mizi, no seu peculiar estilo a um tempo brincalhão e tímido.

O programa foi muito variado e agradou plenamente. Começou com interpretações vocais pelo “Coro do 2º Ciclo” magnificamente dirigido pela Prof. Iryna Horbatyuk, que, inclusivamente, até com o “seu” Coro cantou.

Seguiu-se-lhe uma sequência de teatro musical dirigida pelas Profs. Alexandra Moura e Patrícia Quinta e, depois, a actuação do “Ensemble” de flautas transversais sob a direcção do Prof. Joaquim Pereira.

O Concerto iria culminar com a orquestra de percussão (marimbas), passando primeiro por um notável “solo”. Bem poderá dizer-se que o auditório “explodiu” contagiado pelo virtuosismo revelado por esta jovem orquestra dirigida pelo Prof. Luís Arrigo.

Foram cerca de duas horas de espectáculo de excelência!



## CONCERTO

### “NATAL PLUS”

AUDITÓRIO DO CENTRO SOCIAL E PARÓQUIAL DE MAFAMUDE

## PROGRAMA

**Dia 19 de Dezembro de 2015, 17 horas**

**Organização do Rotary Club de Vila Nova de Gaia,  
em luta contra a pobreza.**



# Dicas Históricas do Rotary

## O LEMA ANUAL DO ROTARY



Sirvamos os Nossos Semelhantes", de William Skelton (1983-84), ou "Tornem Eficiente a vossa Filiação Rotária", de Luther Hodges (1967-68). E outros houve na mesma linha: "Revisar e Renovar", "Examinemos Novamente", "Que o Ideal de Servir Ilumine o Caminho" ou "Dignificar o Ser Humano".

Em 1986-87 foi a vez de M.A.T. Caparas definir "Rotary Leva Esperança" e Charles Keller, no ano seguinte estabeleceu "Rotários Unidos para Servir, Dedicados à Paz".

Mas muitos mais ainda já foram apresentados. Sempre com a intenção de motivar e de chamar à ação os Rotários nos seus respectivos Rotary Clubes.

Em 1949-50, o Presidente do R.I. Percy C. Hodgson definiu quatro objectivos para a sua equipa e assim se lançou a tradicional escolha de um lema anual. A partir de então, o lema anual do R.I. tem variado de tamanho e de mensagem mas sempre sendo inspirador dos Rotários para a ação concreta.

O lema mais curto até hoje foi o de 1961-62 - "Agir" - definido por Joseph Abey. Um outro lema de somente uma palavra surgiu em 1968-69, quando foi Presidente Kiyoshi Togasaki - "Participem".

Em 1963-64, Carl Miller lançou "Linhas de Orientação para Rotary na Era Espacial", o que foi, para aquela altura, de grande actualidade. Mas já surgiram outros lemas importantes como o "Encontremos Tempo para Servir", de Rolf Klärich (1980-81), ou "É Hora de Agir", de William Carter (1973-74).

Houve dois lemas que apresentavam algumas semelhanças com anúncios comerciais: "Um Mundo Melhor através do Rotary", de Richard Evans (1966-67) e "Estenda a sua Mão", de Clem Renouf (1978-79). E a palavra "pontes" tem aparecido em lemas: "Construam Pontes de Amizade", de Harold Thomas (1959-60), "A Humanidade é uma só - Criemos Pontes de Amizade em Todo o Mundo", de Hiroji Mukasa (1982-83).

Em 1970-71, o Presidente William Walk proclamou "Transponham as Barreiras", num apelo à dimensão mundial, no que foi seguido por Stanley McCaffrey com o lema "Compreensão e Paz Mundial Através do Rotary" (1981-82) e Carlos Canseco (1984-85) com o lema "Descubra um Novo Mundo de Serviço". Houve anos em que esteve em especial destaque o ser humano: "Vocês são Rotary", de Edd McLaughlin (1960-61), "A Boa Vontade começa Connosco", de Ernst Breitholtz (1971-72) ou "Você é a Chave", de Edward Cadman (1985-86).

Noutros casos, o lema dirige-se especialmente aos próprios Rotários, num convite a um maior empenhamento: "Compartilhemos o Rotary –

### RI Themes



# O Tomate

Para quem esteja preocupado com o controle do peso, o consumo de tomate revela-se um óptimo aliado para alcançar perda de massa gorda. É que o tomate tem um baixo valor calórico, sensivelmente de apenas 19 calorias por cada 100 gramas. Ele é composto maioritariamente por água.

Assim, e no geral, o tomate faz bem à saúde, pois:

- oferece boas quantidades de vitaminas A, C e de complexo B.
- é fonte de minerais, como o sódio, o magnésio e o potássio, elementos que são fundamentais para o equilíbrio do metabolismo.
- é rico em fibras e auxilia no bom funcionamento do intestino.
- é fonte de licopeno e protege o corpo de doenças cancerígenas.

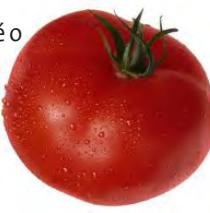
Com uma ação desintoxicante e regeneradora dos tecidos, o sumo fresco e natural de tomate, ingerido imediatamente depois de preparado para que se não percam as propriedades das vitaminas, ajuda no tratamento das inflamações e de determinados distúrbios cardíacos produzidos pelo espessamento do sangue.

O tomate verde conserva-se bem à temperatura ambiente; já o tomate maduro deverá guardar-se no frigorífico e aqui manter-se durante uma semana, no máximo.. O tomate pode também ser congelado para as situações de mero uso culinário.

Na utilização do tomate em saladas, escolha tomates que estejam quase maduros, com a pele bem esticada e brilhante. Mas, se pretende usar tomate em cozinhados, opte por tomates muito maduros. Eles podem ser cozidos ou refogados e ser incorporados em molhos, sopas e massas.

Há uma rica variedade de tomates:

✓ **o tomate maçã** – de textura firme, é o melhor para comer cru em saladas e mesmo em sandes. Pelo tamanho que tem, é uma excelente alternativa para recheios, seja cozinhado, seja em cru.



✓ **o tomate ameixa** – de forma alongada, é mais popular na Itália. Tem polpa densa, com poucas sementes, o que o torna próprio para cozinhados demorados, em molhos e estufados.



✓ **o tomate amarelo** – em forma de pêra, é menos ácido que o tomate normal e tem também um sabor menos pronunciado. Pode ser combinado com o tomate comum.



✓ **o tomate chucha** – mostra-se disponível durante todo o ano mas tem um sabor melhor no verão. Dá para todos



os fins, bom em saladas, sandes ou refogados. Usa-se também em sopas ou em molhos, depois de pelado, porém.

✓ **o tomate cereja** – é pequeno mas cheio de sabor. Pode ser acrescentado inteiro a saladas ou a espetadas. Escavado e recheado, é o indicado e delicioso para azeitonas ou para entradas.





Giovanni G. Marelli

# Curiosidades

As “Auroras Polares”, fazem parte integrante, desde sempre, do nosso planeta e dependem da actividade solar e do campo magnético terrestre.



A superfície turbulenta do sol lança para o espaço átomos e partículas subatómicas (protões e electrões). Quando ocorre uma tempestade solar, uma grande quantidade de electrões e de neutrões não chega à atmosfera terrestre e excita os átomos de oxigénio e de azoto, ganhando estes luminescência e produzindo as magníficas manchas ou pinceladas de cor visíveis nos céus polares.



As “Auroras Polares” chamam-se assim porque as partículas solares, quando atingem a atmosfera terrestre, são “apanhadas” pelo campo magnético e são enviadas para o Polo Norte (“Aurora Boreal”), ou para o Polo Sul (“Aurora Austral”).



A temperatura média da atmosfera solar é de cerca de 5 milhões de graus centígrados. A esta temperatura, a colisão entre as partículas é tão violenta que os átomos de hidrogénio se decompõem em electrões e protões, um material ionizado usualmente denominado por “plasma”.



O vento solar é o movimento do “plasma” para fora do campo solar, em todas as direcções. A velocidade e a densidade deste vento solar variam muito e podem ser muito fortes quando se verificam explosões na superfície solar.

Um dos primeiros cientistas a estudar o fenómeno das “auroras polares” foi Galileu Galilei. Galileu chegou a baptizar a “boreal” do hemisfério norte, isto cerca de 1608 dC.



Está demonstrado que as “auroras polares” não são fenómeno exclusivo do planeta Terra: também há outros planetas, como em Vénus, Marte, Júpiter e Saturno.



As primeiras referências históricas sobre a existência de “castas” encontram-se no livro sagrado hindu “Manu”, que foi escrito entre 600 e 250 aC.



A religião do hinduísmo e o sistema feudal que, desde sempre, imperou na Índia, fixaram o sistema de “castas” e estas continuaram a existir na Índia como se isso fosse perfeitamente normal. Mesmo em tempos da dominação britânica, os ingleses encorajaram a divisão mantida pelas “castas” em aplicação do velho princípio de que “é mais fácil governar dividindo”...



A origem das “castas, segundo o hinduísmo, vem de Brahma, a divindade criadora do Universo.





# Um Teste à Sua Argúcia

É bem popular o desafio que a todos colocam as “adivinhas”, um verdadeiro teste à argúcia de cada qual. Vamos experimentá-lo nesta edição no domínio das “adivinhas”. Pense bem, pondere melhor e veja se descobre as respostas adequadas a cada “adivinha”. Se não conseguir decifrar alguma, vá ver a solução na pág. 18.

**101**

Dois pais e dois filhos,  
quantas pessoas são?

**102**

Doce como o mel,  
amargo como fel...

**103**

Qual é a coisa,  
qual é ela:  
a terra é branca  
e a semente é preta.

**104**

Qual é a coisa,  
qual é ela,  
que é lavrado  
sem lá entrar o arado?

**105**

Em cima de vós me ponho,  
e vós todos abanais,  
eu fico sempre com gosto  
mas vós com o leite ficais

**106**

Dois redondos  
e um comprido,  
entre as pernas é metido.

**107**

Qual é a coisa,  
qual é ela,  
é redondinho e redondel  
e tem as folhinhas como o papel.

**108**

Sem ser ave tenho asas,  
sem ser abelha, ferrão.  
Mas, quanto mais depressa ando  
é que adormeço no chão.

**109**

Sou visita aborrecida,  
a mim não me quer ninguém.  
Mas o certo é que, sem mim,  
nada vos saberá bem...

**110**

Qual é a coisa, qual é ela,  
que, quem a dá,  
fica com ela?



# BOAS NOTÍCIAS

## EM PORTUGUÊS

### NO “INSTAGRAM”



Micaela Sousa, uma cientista de 36 anos, resolveu dedicar-se por inteiro à fotografia e foi recentemente considerada um dos 20 melhores fotógrafos do “Instagram” na Alemanha. Está agora a expor os seus

trabalhos em Berlim numa exposição colectiva com outros artistas fotográficos seleccionados pela “Post Collective e I Heart Berlin”.

Micaela Sousa, uma cientista de 36 anos, resolveu dedicar-se por inteiro à fotografia e foi recentemente considerada um dos 20 melhores fotógrafos do “Instagram” na Alemanha. Está agora a expor os seus

trabalhos em Berlim numa exposição colectiva com outros artistas fotográficos seleccionados pela “Post Collective e I Heart Berlin”.

### PATRIMÓNIO DA “UNESCO”



O fabrico de chocalhos no nosso País, com especial incidência em Alcáçovas, no Alentejo, foi classificado como Património Cultural Imaterial com Necessidade de Salvaguarda Urgente pela UNESCO. Esta decisão foi tomada no decurso de 10ª reunião do Comité Intergovernamental para a Salvaguarda do Património Cultural Imaterial, que se realizou na capital da Namíbia, Windhoek, da Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura (UNESCO).

### “MARCA DO PATRIMÓNIO EUROPEU”



O Promontório de Sagres foi classificado como “Marca do Património Europeu” pela União Europeia em função da importância que mundialmente lhe foi reconhecida na Epopeia dos Descobrimentos. Esta classificação pretende conferir visibilidade a locais que celebram e simbolizam a integração, os ideais e a história da UE.

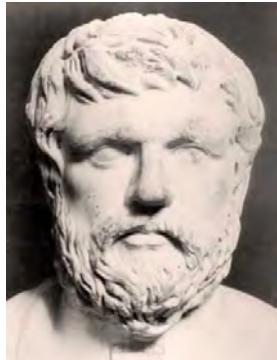
O Promontório e a Fortaleza de Sagres datam do Séc. XV, seu primeiro quartel, e estão indissoluvelmente ligados aos Descobrimentos e à figura do seu principal mentor, o Infante D. Henrique.

### “PORTUGAL NO SEU MELHOR”



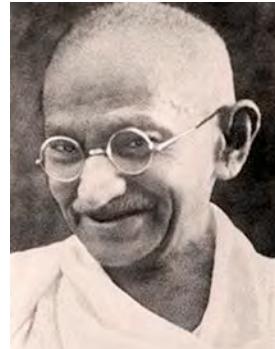
Entre Abril e Maio de 2016, um “Comboio Presidencial” efectuará viagens com partida da Estação de São Bento (Porto) e chegada à Estação do Pinhão (Douro), ou seja ao longo da margem direita do Rio Douro, nas quais os passageiros, além de poderem desfrutar de panoramas belíssimos, poderão degustar alguns dos melhores vinhos “Niepoort” e de Vinhos do Porto “Taylor’s” e refeições de inultrapassável qualidade preparadas pelo “Chef” austríaco Koschina. A Linha do Douro é uma obra-prima da engenharia portuguesa do Séc. XIX e o “Comboio Presidencial”, luxuoso por demais, foi integralmente restaurado e teve o galardão APOM-Associação Portuguesa de Museologia 2014. O preço deste programa é de € 350,00 por pessoa.

# Frases Que Marcaram



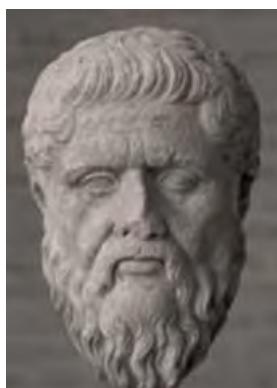
“As guerras demoram a terminar sempre com a destruição ou com a desgraça dos dois beligerantes.”

**Xenofonte** (430-355 aC)



“Existem pessoas tão famintas no mundo que Deus não poderia aparecer diante delas a não ser na forma de pão.”

**Mahatma Gandhi** (1869-1948)



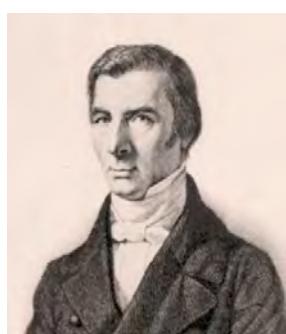
“Muitos odeiam a tirania apenas para que possam estabelecer a sua.”

**Platão** (427-347 aC)



“Um Estado dividido num pequeno número de ricos e um grande número de pobres sempre desenvolverá um governo manipulado pelos ricos, para proteger os pequenos prazeres representados pelas suas propriedades.”

**Harold Laski** (1893-1950)



“O Estado é a grande ficção através da qual toda a gente se esforça por viver à custa de toda a gente.”

**Frederic Bastiat** (1801-1850)



“Quando você perceber que, para produzir, tem de obter autorização de quem nada produziu; quando verificar que o dinheiro flui para quem negocia não com bens, mas com favores; quando perceber que muitos ficam ricos através do suborno e das influências, mais que pelo trabalho, e que as leis não nos protegem deles, mas, pelo contrário, é a eles que protegem; quando perceber que a corrupção é recompensada e a honestidade se converte em auto-sacrifício; então poderá afirmar, sem medo de errar, que a sua sociedade está condenada.”

**Alissa Rosenbaum (Ayn Rand)** (1905-1982)



“Podemos ter democracia no País ou podemos ter grande riqueza concentrada nas mãos de poucos, mas não podemos ter ambos.”

**Louis Brandeis** (1856-1941)



# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



**NOTA** – Foi Director e 1º Vice-Presidente do Rotary International em 1974-76. Foi membro do Rotary Club de Cali (Colômbia), com a classificação “Produtos de Madeira - Exportação”.

Quando se atinge a idade em que começa a maturidade, há decisões importantes a tomar com relação à nossa família, a nossa profissão, a nossa comunidade, a nossa cidade, o nosso País, e, claro, em relação ao nosso planeta. Não é fácil determinar qual seja delas a mais instantânea.

No meu caso, fui bastante feliz em ter sido informado acerca dos objectivos do Rotary quando contava 32 anos. No princípio, aderiu ao Rotary Club de Cali, Colômbia (Distrito 428), lá pelos fins de Outubro de 1950, ainda com algumas dúvidas acerca da Organização.

Foram-me necessários alguns anos para chegar à conclusão de que o Rotary era a única hipótese que me oferecia, nessa altura, ensejo de concluir que todas as pessoas no mundo têm de ter sucesso, pelo menos ao ponto de cada um poder retribuir à comunidade ao menos uma parte do que dela recebeu e do que até recebeu da comunidade no seu todo.

Pessoalmente, não considero possível manter esta dúvida. Somente através de organizações como o Rotary, se pode atingir o Ideal do Serviço junto do nosso semelhante.

Foi essa a principal razão pela qual me fiz Rotário. Mais tarde, descobri uma formidável oportunidade para os homens de boa vontade, apenas possíveis pelo Rotary: a Avenida dos Serviços Internacionais. Quando me dei conta de que os seres humanos são apenas passageiros provisórios de uma nave enorme no espaço a 60.000 milhas por hora, igualmente descobri no Rotary a mais decisiva razão para lutar por um mundo melhor, pela melhoria das condições de vida no nosso planeta Terra, para atingir, em muitas ocasiões, verdadeiros milagres, como os dos programas 3-H, PolioPlus e muitos outros que promovem a compreensão mundial. Considero-me muito feliz por fazer parte do Rotary. Foi por isso que me tornei. E assim me mantendo, Rotário.

**Bernardo E. Guzmán**

Soluções de “Um Teste à sua Argúcia”: 101 – três; 102 – noz; 103 – carta; 104 – telefonado; 105 – fregueira; 106 – bicicleta; 107 – cogumelo; 108 – pão; 109 – forme; 110 – a palavra-de-honra.



# Conheça os seus Maiores

## D. PEDRO

Duque de Coimbra, era filho de D. João I e da Raína D. Filipa de Lencastre. Entrou na expedição para a conquista de Ceuta e viajou muito pela Europa, a Ásia e mesmo África. Foi regente do Reino durante a menoridade de D. Afonso V e, quando este atingiu a maioridade, entregou-lhe o poder e, quando este Rei casou com a filha dele, retirou-se para o castelo de Coimbra. Os seus inimigos, porém, persuadiram o jovem Rei de que D. Pedro se preparava para o despojar do trono e viria prendê-lo à frente de um grande exército. D. Pedro decidiu dirigir-se a Lisboa para pedir justiça a Afonso V, mas o exército do Rei e as hostes de D. Pedro encontraram-se em Alfarrobeira numa luta inesperada na qual D. Pedro sucumbiu. Viveu de 1392 a 1449 e, pessoa de grande cultura e nobreza de carácter, deixou obras de grande importância como “Da Virtuosa Benfeitoria”. Traduziu a obra de Cícero “De Officiis”.



## JOSÉ CAPELO FRANCO FRAZÃO

Foi Conde de Penha Garcia. Nasceu em 1872 e faleceu em 1940. Foi escritor e político de nomeada e deixou obras de referência nas áreas da agricultura e da economia.



## D. CAETANO DE NORONHA PORTUGAL

Foi Conde de Peniche. Nasceu em 1820 e faleceu em 1881. Político de ideias avançadas e dotado de espírito irrequieto, participou na “Janeirinha” e outros movimentos populares da época.



## DOMINGOS LEITE PEREIRA

Nasceu em Braga, em 1882, onde se finou em 1956. Foi notável político e professor de Filosofia e de Literatura Latina e presidiu à Câmara Municipal de Braga assim como à Câmara de Deputados. Geriu diversos Ministérios e foi mesmo Presidente do Ministério.



## GABRIEL PEREIRA

Escritor de referência, nasceu em Évora em 1847. Faleceu em 1911. Entre outras obras, deixou “Contos Singelos”, “Narrativas para Operários” e outras obras relacionadas com a história e os monumentos bracarenses.



## JOAQUIM DA SILVA PEREIRA

Maestro nascido em Celorico da Beira em 1912. Foi insigne violinista diplomado pelo Conservatório Nacional e foi bolseiro do Instituto de Alta Cultura. Foi um notável chefe de orquestra e dirigiu a Orquestra Sinfónica do Porto a partir de 1958. Foi autor de obras muito apreciadas como “Origens e Evoluções da Forma Sonata”, “Os Grandes Intérpretes” e outras.



# CULINÁRIA INTERNACIONAL

Mestre Saborini, principiou o ano com uma digressão à Hungria.

## HUNGRIA



### ARROZ COM ESCALOPES À HÚNGARA

**Ingredientes:**

- 350 grs. de arroz
- 6 escalopes de vitela
- 1 dl. de natas
- 2 echalotas
- 1 cebola
- 1 colher de chá de farinha
- sal, pimenta e “paprika”
- 1 ramo de salsa



**Preparação:** pique fininha a cebola e ponha-a a alourar numa colher de sopa de manteiga ou de margarina. Quando a cebola já estiver bem alourada, junte-lhe o arroz já lavado e enxuto e deixe-o absorver toda a gordura. Regue-o com água a ferver. Numa frigideira, frite os escalopes de vitela numa colher de sopa de manteiga ou de margarina. Tempere-os com sal e pimenta. Quando já estiverem bem alourados, retire-os e conserve-os em local quente. Na gordura que ficou aloure as echalotas picadas e polvilhe com uma colher de chá de farinha. Molhe-as depois com 2 dls. de água a ferver. Quando levantar fervura, junte a nata e a “paprika” e deixe a ferver por mais 5 minutos. Coloque o arroz em monte num prato redondo e ponha em volta os escalopes com intervalos de salsa. Rectifique o tempero do molho e deite-o a ferver sobre o arroz.

**Ingredientes:**

para o bolo:

- 280 grs. de açúcar
- 280 grs. de nozes
- 12 ovos
- 250 grs. de chocolate em barra

para o creme:

- 150 grs. de manteiga
- 4 colheres de sopa com açúcar
- 2 paus de chocolate
- 1 gema de ovo
- 1 colher de sopa de Vinho do Porto
- 1 colher de sopa de café bem forte

**Preparação:** bata as gemas com o açúcar até que a massa fique esbranquiçada. Junte as nozes já raladas e o chocolate raspado (reservar 2 paus para o creme) e bata tudo. Junte as claras já batidas em castelo bem firme, envolvendo-as apenas o suficiente para as misturar à massa. Leve a cozer em forno brando em forma untada e polvilhada. Depois de cozido, corte o bolo ao meio pela horizontal e junte as duas camadas com o seguinte recheio:



**creme:** misture a manteiga e o açúcar e junte a gema, o chocolate amolecido numa colher de sopa de água, o Vinho do Porto e o café. Bata tudo até que o creme esteja bem liso. Cubra o bolo todo com o creme que reste e polvilhe com as nozes raladas.

*E aceite os melhores votos de um bom Ano Novo!*





## Lancaster King's School

The future is now!

### 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



[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>)