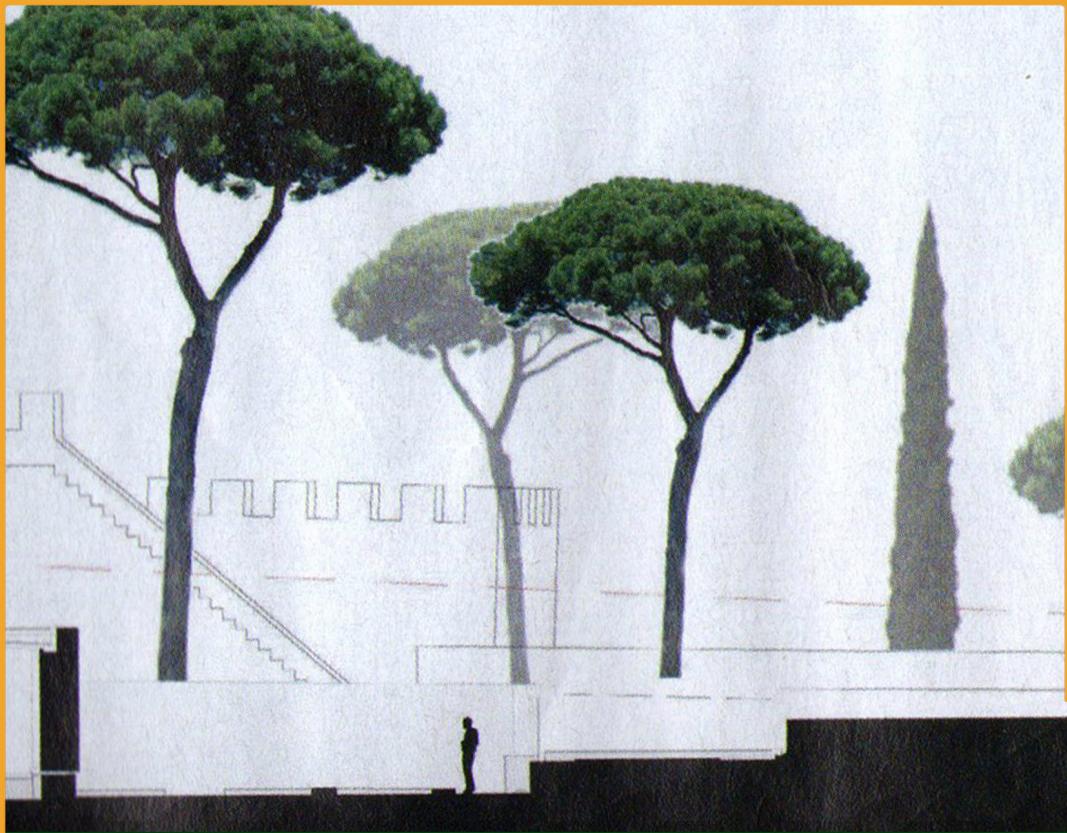


boletim mensal | ano XXXIII | nº 396 | março de 2016



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 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
Web: www.saimoveis.pt



Rotary

Club de Vila Nova de Gaia



boletim mensal • ano XXXIII • nº 396 | março de 2016

ENTRAMOS NO XXXIII

Claro que não foi ontem. Até parece, porém, que foi ainda ontem que se iniciou a publicação mensal do nosso Boletim no já longínquo mês de Março de 1984! Muito poucos se lembrarão ainda disso, ou seja do seu número 0, uma ediçãozinha ambiciosa mas sem cores e com poucas páginas, na qual o arrumo dos assuntos surgia como que a lembrar um jornal. Era o autor desta evocação o Presidente do Clube e a “ousadia” veio do ex-Compº. Agostinho Costa.

Com a edição anterior a esta completaram-se trinta e dois anos de publicações mensais ininterruptas e com esta é iniciado o 33º ano! Em toda a história do Rotary em Portugal o nosso Boletim é a publicação rotária que há mais anos se publica, de longe. É por isso razão do nosso orgulho.

Muitos há que o guardam e que até o encadernam religiosamente, isso a despeito de ele ter passado a não ser impresso desde há cerca de dois anos: o Boletim está actualmente disponível para o leitor no “site” do Clube na Internet. E é lá colocado no início de cada mês, pelo que o leitor atento pode lê-lo a tempo e horas. Não há que hesitar: é “clicar” no local próprio logo que mude o mês e certamente já se lhe irá deparar uma nova edição disponível para lhe proporcionar algum tempo de variada leitura.

Ao longo da sua já alongada vida, o nosso Boletim sofreu variadas transformações, a última das quais a referida. Ao longo de todos estes anos, o nosso Boletim pode assistir ao aparecimento e às efémeras vidas de muitos outros boletins de clube. Estes não vieram para ficar. O nosso veio. E, curiosamente, um dos factores determinantes da sua permanência deixou de ser necessário ponderá-lo.

Refiro-me ao seu peso, certo que era elemento grandemente influente nos custos da expedição: o Boletim tinha o número de páginas rigorosamente admissível para que fosse o menor possível o custo dos portes. Já se vê: um cuidado que as tecnologias se viriam a encarregar de abolir uma vez que o Boletim, hoje, não pesa.

Perdeu, pois, o peso material. Mas não perdeu (assim o esperamos) o peso da influência que deve ter na informação e na formação do leitor. É essa a sua razão de ser, de parceria com a oferta de leituras em volta de temas de cultura geral.

O Boletim é do Clube e é também de cada um dos membros do nosso Clube. Por isso se espera de todos e de cada um que o leia e que, por outro lado, nele ofereça colaboração efectiva.

Viva o Boletim!!

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 ABRIL

Dia 7

REUNIÃO Nº. 2145

21,30 horas – Café com Cônjuges.
“Palestra pelo Compº. António José de Oliveira, membro do Rotary Club de Caldas das Taipas, sobre ARTISTAS GAIENSES/PORTUENSES QUE TRABALHARAM EM GUIMARÃES NOS SÉCS. XVI A XVIII.”

Dia 14

REUNIÃO Nº. 2146

21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.

Dia 21

REUNIÃO Nº. 2147

20,30 horas – Jantar com Cônjuges.
Palestra pelo Compº. João Cadilhe, membro do Rotary Club de Leça da Palmeira, sobre o tema “DO CALENDÁRIO JULIANO AO CALENDÁRIO GREGORIANO”.

Dia 28

REUNIÃO Nº. 2148

21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.

Em Festa no Nosso Distrito

Em Abril assinalam o aniversário das suas respectivas admissões no Rotary International os seguintes Clubes do nosso Distrito Rotário: os Rotary Clubes de Ílhavo e de Mangualde, no **dia 1**; o Rotary Club de Oliveira de Azeméis, no **dia 2**, o Rotary Club de Monção, no **dia 4**; os Rotary Clubes de Cinfães e da Régua, no **dia 5**; os Rotary Clubes de S. João da Madeira e de Viseu, no **dia 8**; os Rotary Clubes da Maia e de Sever do Vouga, no **dia 10**; o Rotary Club de Ponte da Barca, no **dia 12**; o Rotary Club de Ponte de Lima, no **dia 16**; o Rotary Club de Sandim, no **dia 17**; o Rotary Club de Celorico de Basto, no **dia 19**; o Rotary Club de Barcelos, no **dia 20**; o Rotary Club de Póvoa de Lanhoso, no **dia 24**; os Rotary Clubes de Marinha Grande e de Trancoso, no **dia 25**; o Rotary Club de Ovar, no **dia 26**; e os Rotary Clubes de Valença e de Vizela, no **dia 29**.

Aqui vão as melhores felicitações a tantos!

COMPANHEIRISMO

Em Abril aniversariam os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais famílias:

NATALÍCIOS

Dia 3 – D. Maria Antonieta Abreu Freire Diogo Cardoso

Dia 10 – António de Freitas Meira

Dia 14 – Maria do Céu Rocha Ferreira Gonçalves

Dia 28 – Diogo José Santos Lima Pedroso

Dia 29 – D. Ondina Dias dos Santos Aroso

DE CASAMENTO

Dia 3 – Rogério Manuel Leal Cardoso

D. Maria Antonieta Abreu Freire Diogo Cardoso

ÍNDICE

Entramos no XXXIII	1
Programa para o Mês de Abril	2
Companheirismo	2
Página da Presidente	3
Os Benefícios do Vinho Tinto	4
Secretaria	5
Obsessão Cartográfica (continuação)	7
Quadros de Honra	8
Uma VOG Quádrupla	9
Dicas Históricas do Rotary	12
Mais no Nossa Quadro	13
Um Marco Rotário Renovado	13
O Cérebro e a Escrita (continuação)	14
Boas Práticas Ambientais	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 de Março - Recursos Hídricos e Saneamento

Antes de me atrever a escrever algo sobre os Recursos Hídricos e Saneamento, assunto deveras relevante (confesso que sei apenas o elementar), gostaria de partilhar com todos os Companheiros o meu contentamento que foi o dia vinte de Fevereiro do ano de dois mil e dezasseis, o dia em que tivemos a Visita Oficial do Governador António Vaz e de sua mulher Marlene. Foi um dia memorável!

Ela envolveu ainda mais cuidados na sua preparação e desenvolvimento, uma vez que foi conjunta com mais três Clubes dos quais o Rotary de Vila Nova de Gaia é Padrinho: os de Espinho, da Feira e de Sandim. Na minha modesta opinião serviu para uma maior aproximação, convívio e ajuda entre estes Clubes Rotários. Todos estiveram empenhados e com brio extra para que tudo corresse pelo melhor e o Governador fosse agradado. Gostei!

Enquanto estudante do Secundário, na disciplina de Geografia, era abordado o tema do Ciclo da Água e a importância destes Recursos para o Planeta Terra. No sentido de recordar esses sonhadores tempos, fui procurar uma imagem que recria e bem explica o Ciclo da Água. Muito há a dizer sobre este tema, sobretudo sendo um bem económico de uso comum para todo o Planeta. Já dizia Tales de Meleto: -"A água é o princípio de todas as coisas."

A poluição prejudica a utilização da água, tal como compromete o valor estético dos rios; daí a importância dos Recursos Hídricos no controle da poluição e da manutenção da qualidade da água. Estamos a chegar a um processo irreversível, abusamos e já sentimos que o clima escapa do nosso controle...

É obrigação moral do ser humano, tal como é uma necessidade vital para com as gerações presentes e vindouras, a promoção de comportamentos responsáveis no que diz respeito ao consumo da água. Um dos princípios gerais de Projectos para o Rotary International são os Recursos Hídricos e Saneamento, para além da Paz, da Prevenção e Resolução de Conflitos.

Vamos este mês pensar um pouco neste assunto.

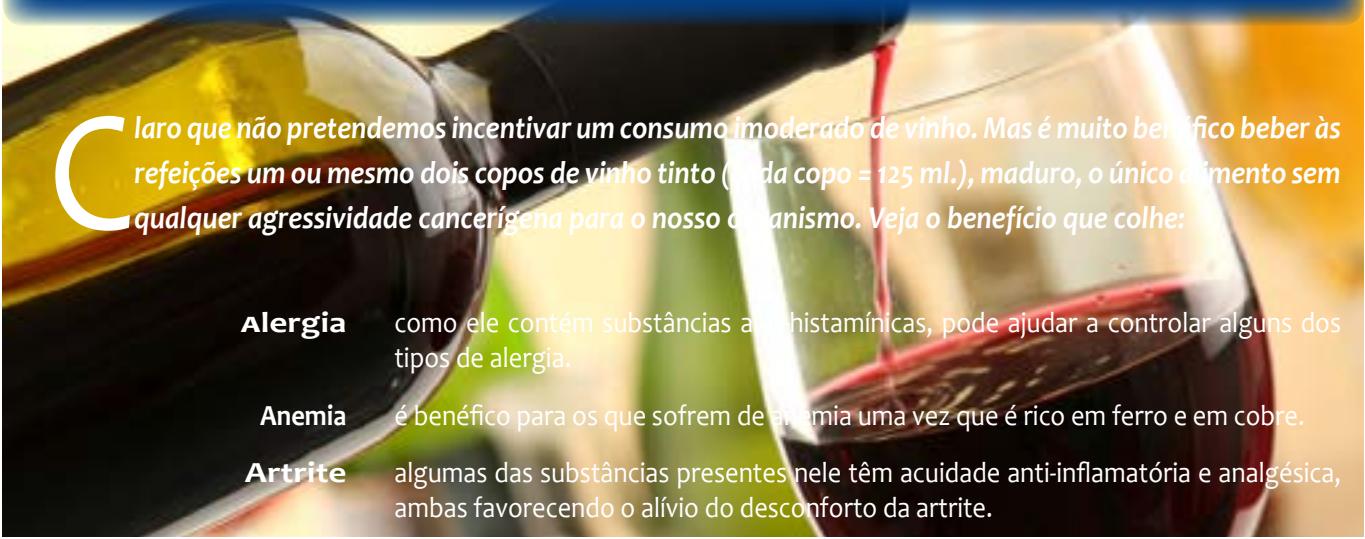


Um abraço da Mizi Reis

Um dos princípios gerais de Projectos para o Rotary International são os Recursos Hídricos e Saneamento para além da Paz, da Prevenção e Resolução de Conflitos.



Os Benefícios do Vinho Tinto



Claro que não pretendemos incentivar um consumo imoderado de vinho. Mas é muito benéfico beber às refeições um ou mesmo dois copos de vinho tinto (cada copo = 125 ml.), maduro, o único alimento sem qualquer agressividade cancerígena para o nosso organismo. Veja o benefício que colhe:

Alergia como ele contém substâncias anti-histamínicas, pode ajudar a controlar alguns dos tipos de alergia.

Anemia é benéfico para os que sofrem de anemia uma vez que é rico em ferro e em cobre.

Artrite algumas das substâncias presentes nele têm acuidade anti-inflamatória e analgésica, ambas favorecendo o alívio do desconforto da artrite.

Arteroesclerose o consumo regular e moderado previne o endurecimento das paredes das artérias e mantém-nas elásticas e flexíveis.

Cérebro beber 1 ou 2 copos durante a refeição reduz o risco de obstruções nas artérias do cérebro e de ter um AVC ou um derrame.

Circulação sanguínea melhora a circulação do sangue pois mantém os vasos sanguíneos flexíveis e limpos.

Colesterol o vinho tinto é benéfico para os que têm problemas com o colesterol pois impede a oxidação do colesterol mau (LDL) e aumenta os níveis de colesterol bom (HDL).

Coração protege a saúde do coração e reduz o risco de doenças cardiovasculares.

Dentes e gengivas previne e trata a periodontite, uma doença infecciosa progressiva que afecta a gengiva e os ossos que sustentam os dentes.

Diabetes ajuda a reduzir os níveis de glicose no sangue.

Digestão melhora a digestão das proteínas, carnes, gorduras, queijos, etc.

Infecções do trato urinário pode ter efeitos semelhantes ao sumo do arando na prevenção de infecções das vias urinárias.

Menopausa melhora o desconforto da menopausa.

Olhos previne a catarata e a degeneração macular.

Rejuvenescimento é rico em substâncias anti-oxidantes e estas retardam os

Trombose reduz o risco de trombose pois evita a formação de coágulos dentro dos vasos sanguíneos.

Varizes e hemorróidas beneficia o sistema nervoso e reduz o risco de formação de varizes e de hemorróidas.



SECRETARIA MÊS

FEVEREIRO

Compº. Rui Amandi de Sousa



RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Sandim – os Compºs. Jorge Silveira e Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Valongo – os Compºs. Jorge Silveira e Rui Amandi de Sousa; na Reunião Plenária das CIPs, Figueira da Foz – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e Rui Amandi de Sousa.

DERAM-NOS O PRAZER DA SUA VISITA

a Exmº. Srº. Engº. Mercês Ferreira.

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

“E-mails” para a Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, um sobre a colocação do novo marco rotário na Rua Pádua Correia, em substituição do que lá foi em tempos colocado, e o outro sobre projecto de restauração do jardim e outros equipamentos na Avenida Poeta Eugénio de Andrade. Carta para o Presidente do Rotary Club de Sandim a agradecer e a felicitá-lo pela reunião festiva da VOG.

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de Fevereiro dos Rotary Clubes de Águas Santas/Pedrouços, Águeda, Amarante, Braga-Norte, Espinho, Gaia-Sul, Gondomar, Guimarães, Maia, Oliveira do Bairro, Ovar, Paredes, Porto-Douro, Póvoa de Lanhoso, Valongo e Viana do Castelo, e do Rotaract Club de Vila Nova de Famalicão.

Comunicações: “e-mail” do Gov. António Vaz a agradecer o acolhimento que o Clube lhe tributou na VOG e a felicitar o Clube pela sua actividade; da Secretaria Distrital, a comunicar o cancelamento do II Seminário da Fundação Rotária e Gestão de Fundos; de Agência Lucas, convocatória da Assembleia de Condóminos; facturas dos consumos de água e de electricidade; recibo de pagamento da FRP; Circular do Presidente da CD do Desenvolvimento do Quadro Social alertando para que não estará a caminho de ser atingida a meta definida para o Distrito; do Banco Santander-Totta sobre

“homebanking” relacionado com a transferência da conta do “Banif” para ele; extractos da conta do Banco Santander-Totta, da Associação Pro-Boletim do RCVNGaia e do Montepio Geral, da “Casa da Amizade”. Nota de Lançamento do Montepio Geral, conta da “Casa da Amizade”; do “Banif”, Nota de Lançamento para a conta da Associação Pro-Boletim.

Convites: da CIP Portugal/Espanha, para o Encontro Ibérico do Rotary a realizar em Évora; no Rotary Club de S. João da Madeira, para o Seminário de Liderança Rotária; do Rotary Club de Chaves e de Mirandela, para comemorações do 111º Aniversário do Rotary; do Rotary Club de Braga-Norte, para participação na reunião dos Clubes das 5ºs-feiras; do Rotary Club de Águas Santas/Pedrouços, para sessão de homenagem a profissional; do Rotary Club de Caldas das Taipas, para o seu 1º Concurso Literário; do Rotary Club de Celorico da Beira, para o “Baile de Carnaval”; do Rotary Club de Matosinhos, para a sua reunião festiva de aniversário juntamente com homenagem a profissionais; dos Rotary Clubes de Ovar e de Viana do Castelo, para as festas dos seus 54º e 60º aniversários, respectivamente; dos Rotary Clubes de Aveiro e Ílhavo, de Póvoa de Varzim e Vila do Conde, e de Valongo, para as suas respectivas reuniões festivas da VOG; do Rotary Club de Estarreja, para sua reunião com palestra; do Compº. Américo Camarinha, para a sessão de apresentação pública da “Onda Bienal”.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins dos Rotary Clubes de Caldas da Raínha, Coimbra e Fafe. “Le Rotarien” e “Portugal Rotário”.

PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS

“O Gaiense”. “Exafocus”. “Rotary em Ação”.

VISITE O “SITE” DO NOSSO CLUBE EM:
www.rotaryvng.com ou 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 UNI
UMA NOVAÇÃO PERSONALIZADA

**Inovação em
ambientes
cerâmicos**

Saniax

Almeida & Xavier, Lda.



Decoração de
Salas de Banho



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

ARTUR LOPES CARDOSO ADVOGADO

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



**TRATAMENTO
com implantes**

**JORGE SILVEIRA
MÉDICO DENTISTA**

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

**BRANQUEAMENTOS
dentários**

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



Obsessão Cartográfica ou aproximações a um mapa de Montalegre

Henrique Jorge Regalo



Arqueólogo

(continuação da edição anterior)

Desde os mais arcaicos tempos, o Homem, vivendo em grupos nómadas - procurando continuamente meios de subsistência - e guerreiros - lutando pela sobrevivência num mundo hostil -, sentiu necessidade de conservar a memória dos trajectos, dos trilhos percorridos e das suas direcções, e de transmitir essas informações preciosas aos vindouros.

Desta necessidade teriam surgido os primeiros esboços incipientes representando a superfície da terra ou parcelas de uma região, isto é, traçavam-se os primeiros mapas, fazendo apelo à sua intuição, ao seu conhecimento directo do terreno onde habitavam.

Realizavam uma primeira apropriação do seu território fundado numa herança ancestral, por vezes sagrada, legitimada por um consenso social que recusaria a intrusão de estrangeiros. As primeiras delimitações apoiar-se-iam, segundo concluem antropólogos e arqueólogos, sobre fronteiras naturais, ou em limites sacralizados por marcas misteriosas que uma transmissão oral reservaria aos iniciados.

Há cerca de 15.000 anos, beneficiando das novas condições ambientais que se vinham gradualmente impondo na Europa - recuo dos glaciares, temperaturas mais amenas -, desenvolveram-se as primeiras comunidades de pastores/agricultores, responsáveis pelo relevante salto qualitativo efectuado na embrionária sociedade humana.

O Homem sedentarizou-se. Este facto, condicionando e originando profundas alterações na ordem demográfica e na humanização da paisagem, permitiria a expansão lenta mas progressiva de uma agricultura rudimentar.

Esta viragem “neolítica”, caracterizada, assim, pelo estabelecimento de novas relações entre o Homem e o meio-ambiente, - mais entendida aqui como evolução complexa ao longo de extensa diacronia do que como mudança radical -, criou, uma nova mentalidade.

Destamentalidade, e na confluência dos problemas suscitados pela sua transformação com o evoluir de uma nova consciência de adaptação a espaços fixos, surgiriam diferentes e mais complexas noções de território e limite.

Assim, no fim do Neolítico, as relações de vizinhança,

estruturalmente mais estáveis, seriam representadas simbolicamente sob a forma de gravações e inscrições geometrizantes nas paredes de abrigos ou simplesmente em afloramentos rochosos. Seriam já esboços de mapas, pré-cadastros, memórias de propriedade ou apenas projecções estéticas de um novo espaço-tempo social ?

Data de 2.500 a.C. a célebre placa de argila descoberta nas ruínas da cidade de Ga Sur, na Babilónia que, representando o vale de um rio, provavelmente o Eufrates, será um dos mais antigos mapas conhecidos. Também os agrimensores egípcios teriam elaborado desenhos e cartas, resultantes das medições feitas no vale do Nilo durante o reinado de Ramsés (1.333-1.300 a.C.). A noção de itinerário e de limite constituiriam, pois, um dos primeiros degraus da cartografia.

A expansão política, comercial e marítima dos povos do Mediterrâneo na Antiguidade, irá desenvolver e alargar consideravelmente as noções de espaço e a sua representação.

Com os Gregos, surgiu um verdadeiro pensamento geográfico sistematizado. Caberia aqui referir, entre os mais relevantes exemplos da produção cartográfica da Antiguidade, o mapa de Anaximandro de Mileto (650-615 a.C.) e o de Hecaton de Mileto (560-480 a.C.). Agora, o acto de desenhar articulava-se já com uma necessidade de descrever, conhecer e possuir o Mundo.

Mais tarde, com o advento no Ocidente da ordem romana, surge a prática de medir, projectar e dividir enormes áreas ou de criar fronteiras artificiais - olimes - que, num esforço de normalização do espaço, irá aprofundar o conceito de mapa.

Para um conquistador romano, o mapa, antes mesmo de descrever - de constatar - um determinado espaço real - terra, cidade, colónia ou campo de batalha -, pronunciava a sua posse. Desenhavam, pois, utilizando tramas uniformes com os quais cobriam progressivamente os territórios ocupados ou colonizados pelo seu império, criando, com régua e esquadro, dezenas de realidades jurídicas complexas e diferentes. Estes parcelamentos - as centuriões - eram acima de tudo um utensílio de contabilidade, um cadastro que se afirmava como a única imagem possível da intervenção do poder sobre o espaço quotidiano.

(continua no próximo número)



Quadros de Honra

“Major Donor” Rui Manuel Amandi de Sousa

Benefitadores da *The Rotary Foundation*

Albino dos Santos Araújo
Ângelo Couto Soares
António Jesus Duarte
Rui Manuel Amandi de Sousa

Sócios Beneméritos
Alberto Gonçalves da Silva
Almeida & Xavier, SA.
Amândio Pereira de Matos
WIRSBO-Tubos da Suécia, Ld^a

Companheiros “PAUL HARRIS”

Agostinho Santos Júnior (póstumo)
Dr^a. Albertina de Oliveira Fontes
Pinto
Alberto Simões de Almeida (1)
Albino dos Santos Araújo (3)
Albino dos Santos Araújo & C^a, Ld^a.
D. Alcinda Felicidade A. S. Santos
Amândio Pereira de Matos (1)
Américo Ferreira Camarinha (1)
Dr^a. Ana Cristina Gomes Leite
D. Ana Gonçalves de Sá
D. Ana Maria Carvalho (5)
D. Ana Paula Araújo
Dr. Ângelo Couto Soares (5)
Ângelo Gomes de Sá (1)
António Cândido Leite (1)
António Freitas Meira
António Jesus Duarte
António Martins Maia
Armando Jorge Henrique dos Santos
Artur Lopes Cardoso (4)
Bento António Dias Ferreira
Bernardino Andrade Maia
Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia
Carlos Manuel Pereira dos Reis
César Fernando Couto Oliveira
Dr^a. Cristina Alexandra
A. Amandi de Sousa
Diamantino Sousa Gonçalves
D. Dora C. Azenha Simões de Almeida
Fernando A. Ferreira Pinto (3)
Giovanni Gino Marello
D. Helena Maria C. G. Ferreira Pinto
Jaime Alcino Filipe Poças
João C. da Cunha Neto Borlido
Joaquim Gomes Pinto
Joaquim Jorge Castro Soares (1)
Joaquim José Santos Castro Soares
Jorge M. Calheiros d'Assunção Santos
José Guimarães Martins Costa
José Magalhães Ramos
José Moraes Oliveira Fernandes (1)
José Saturnino Machado Barandela
Leonel R. Pedrosa e Silva (póstumo)

Lúcio Ferreira Coelho
Luís Jorge Moreira Pinto Silveira
Manuel Filipe de Castro
Manuel Júlio Pinto da Costa Santos
Manuel Pereira de Matos Reis
Marcelo da Silva Fontes
Marco António Mendes Araújo
D. Margarida Loureiro Valga
Camarinha
Dr^a. Margarida Rosa P. Sousa Poças
Eng^a D. Maria Alice Barbosa dos Santos
D. Maria Amélia Alves Pereira
D. Maria do Carmo M. Mendes Araújo
D. Maria Emília Lima Gomes
D. Maria Felismina Pereira Santos
D. Maria Lisete A. Amandi de Sousa (1)
D. Maria Lisette C. P. Areias de Sousa (2)
D. Marina Célia de Magalhães F.L.Celho
Mário de Almeida Coutinho
D. Marta Cristina Amandi de Sousa Valente
Miguel José A. de S. Gonçalves de Melo
D. Miita Lopes Cardoso
D. Núria Isabel Areias Amandi de Sousa
Pedro Augusto Fernandes (1)
Pedro Villadelprat Ribas
Dr^a. Raquel Natália
A. Amandi de Sousa
Rui Manuel Amandi de Sousa (7)
Rui Pedro Soares Filipe Poças
Santa Casa da Misericórdia de V. N. Gaia
D. Sofia Raquel Amandi de Sousa G. de Melo
Valdemar Reis Santos (póstumo)
D. Verónica Pedroso Monteiro Pereira Gaspa
Víctor Manuel Ferreira Pinto Canelas
Vítor Manuel Machado dos Santos
WIRSBO-Tubos da Suécia, Ld^a.

FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA

SUBSCRITOR BENEMÉRITO
Rotary Club de Vila Nova de Gaia

SUBSCRITOR DE HONRA
Rotary Club de Vila Nova de Gaia (5)

SUBSCRITOR DE PRESTÍGIO
Rotary Club de Vila Nova de Gaia (5)

SUBSCRITORES DE MÉRITO

Academia de Música de Vilar do Paraíso
Adão José Gomes de Oliveira Reis
Dr^a. Albertina de Oliveira Fontes Pinto
Alberto Gonçalves da Silva
Alberto Simões de Almeida
Albino dos Santos Araújo
Alcino da Silva Ferreira Casal
Almeida & Xavier, SA.
Amândio Pereira de Matos
Américo Ferreira Camarinha
D. Ana Gonçalves de Sá
D. Ana Maria Carvalho
Ângelo Couto Soares
Ângelo Gomes de Sá
António Benjamim Pereira da Fonte
António Cândido Leite
António de Castro Ribeiro
António Martins Maia
António Pinto
Armando António Moreira Guerner
Armando Jorge Henrique Santos
Artur Lopes Cardoso
Bento António Dias Ferreira
Bento Teles Barreiras
Bernardino Andrade Maia
Carlos Manuel Pereira Reis
César Fernando Couto Oliveira
Daniel Lopes Cardoso
Daniela Sá Oliveira
Diamantino Sousa Gonçalves
D. Dora Celeste Azenha S. de Almeida
Fernando A. Ferreira Pinto
Gastão Lopes Correia da Silva
Giovanni Gino Marello

D. Helena Maria C. G. Ferreira Pinto
Jaime Alcino Filipe Poças
Joaquim Jorge Castro Soares
Joaquim Vieira Fernandes
Jorge Alves Pereira
José Guimarães Martins Costa
José Moraes Oliveira Fernandes
José Saturnino Machado Barandela
Leonel R. Pedrosa e Silva
Lúcio Joaquim Ferreira Coelho
Luís Carlos Almeida Oliveira
D. Luzia Gomes da Costa Villadelprat
Manuel Filipe de Castro
Marcelo da Silva Fontes
D. Margarida Loureiro Valga Camarinha
D. Maria Alice Barbosa dos Santos
D. Maria Emília Lima Gomes
D. Maria da Glória Fernandes de Oliveira
D. Maria Lisette C. Pinto Amandi de Sousa
Mário Almeida Coutinho
D. Miita Lopes Cardoso
Osvaldo João Pereira da Costa
Pedro Augusto Fernandes
Pedro Villadelprat Ribas
Raúl António Silva Santos
Rotary Club de Vila Nova de Gaia (10)
Rui Manuel Amandi de Sousa
Saimóveis, Ld^a.
D. Sandra Sá
Sofia Sá Oliveira
Vítor Manuel Machado dos Santos
WIRSBO-Tubos da Suécia, Ld^a.



Uma VOG Quádrupla

O dia 20 de Fevereiro foi um dia todo especial: o nosso Gov. António Vaz realizava a sua VOG a quatro Rotary Clubes, o nosso e a mais três dos nossos Clubes afilhados, os Rotary Clubes de Espinho, Feira e Sandim. Dia lindo, de sol, o Governador, com sua mulher, Marlene, dedicou a manhã à visita, para reunião de trabalho, ao Clube de Espinho, tendo a tarde sido distribuída com as análogas reuniões ao nosso Clube e, já em Sandim, ao Clube local e ao Rotary Club da Feira.

No início da tarde, o nosso Clube e o Rotary Club de Sandim foram protocolarmente recebidos pelo Sr. Presidente da Câmara, Prof. Doutor Eduardo Vítor Rodrigues, no Salão Nobre do Município, acto que foi acompanhado também por mais quatro Vereadores. Foram muitos os que ocuparam lugares no belo Salão Nobre e, depois, de podermos admirar um estupendo vídeo ilustrativo das potencialidades e das realidades do Concelho, o Presidente da Câmara proferiu um importante discurso enaltecendo a indispensabilidade dos

contributos das organizações da sociedade civil para ajudar a promover a resolução dos problemas sociais. Falaram ainda a nossa Presidente, Comp^a. Mizi Reis, o Presidente do Rotary Club de Sandim, Comp^o. Diogo Pereira e, por fim o Gov. António Vaz, tendo havido também oferta de lembranças artísticas.

Dali seguimos para a nossa Sede, que foi admirada pelo Governador, onde teve lugar a reunião de trabalho com o Conselho Director do Clube até um pouco adiante das 17 horas.

A reunião festiva de jantar com a qual a jornada remataria decorreu já em Sandim, nas excelentes instalações do Hotel “Villa Sandini”. Nela participou cerca de uma centena de pessoas, entre Rotários e convidados, tendo sido, na circunstância, o Presidente da Câmara representado pela Vereadora Dr^a. Elisa Cidade. Reunião que foi presidida pelo Presidente do Clube anfitrião, o Comp^o. Diogo Pereira, que se houve muito bem, mostrava a Mesa d’Honra constituída pelo casal governador, a



Na recepção no Salão Nobre da Câmara Municipal.



Sr^a. Dr^a. Elisa Cidade e seu marido, e os Presidentes dos quatro clubes alvo da VOG com seus cônjuges.

A reunião teve diversos momentos de especial relevo e, desde logo, a Saudação às Bandeiras, acto solene que foi acompanhado pela execução ao piano do Hino do Rotary.

Seguiram-se as intervenções dos Presidentes dos Clubes visitados acompanhadas das entregas de ofertas quer à esposa do Governador, quer a este.



Reunião de trabalho na nossa Sede.



Na reunião festiva de jantar, a "Saudação às Bandeiras". Da esquerda para a direita: a nossa Presidente Comp^a. Mizi Reis, o Gov. António Vaz e a Sr^a. Dr^a. Elisa Cidade, Vereadora Municipal em representação do Município.



Fala a nossa Presidente.

Sóbria, a que foi a cargo da nossa Presidente Mizi, envolveu outros actos muito felizes: desde logo o da admissão formal no nosso Clube da Comp^a. Mercês Ramos Ferreira (veja a Pág. 13) cujo padrinho, o Comp^o. Fernando Jorge, após ler o seu notável currículo e anunciou a classificação ocupada por ela no quadro social do Clube, e pediu ao nosso Gov. António Vaz que lhe impusesse o emblema rotário, acto que ele fez e foi vibrantemente aplaudido.



A nossa nova Comp^a. Mercês Ferreira recebe do Governador o emblema rotário.



O Comp^o. Jorge Silveira é Companheiro "Paul Harris"!



A esposa do Governador, Marlene, recebe uma lembrança do Clube.





Um presente para o nosso Governador.



O Coral de Gulpilhares na sua excelente actuação.



O Gov. 2014-15, Compº. Fernando Laranjeira, quando fazia a entrega da Menção Presidencial com que o nosso Clube tinha sido distinguido.



A Vereadora Drª. Elisa Cidade dirige a palavra aos Clubes alvo da VOG.

Logo a seguir um outro acto importante tivemos: o da imposição ao Compº. Jorge Silveira de um Título “Paul Harris” do que foi incumbida D. “Nani” Ferreira Pinto.

À medida em que cada um dos Presidentes dos quatro Clubes fazia a sua respectiva intervenção tinha lugar a apresentação rotária em globo dos seus Clubes e o Protocolo, a final, teve ensejo de proclamar os demais clubes representados: Coimbra, Estarreja, Gaia-Sul, Ovar, Porto-Foz, S. João da Madeira e Valongo. E seguiu-se o jantar.

Na altura da sobremesa houve lugar a um magnífico momento musical registando-se a interpretação ao piano dum avelha peça de Beethoven, pelo jovem e promissor pianista Diogo Aguiar, estudante do Forum Cultural de Gulpilhares, e a intervenção do Coral de Gulpilhares interpretando a melodia “Follow Your Rotary Dream” sob a direcção do Maestro Ramiro, actuações que foram muito apreciadas e sublinhadas com estrondosas palmas.

Teve ensejo de então intervir do Gov. (2014-15), Compº. Fernando Laranjeira para se dirigir ao nosso Clube e lhe fazer a entrega de uma Menção Presidencial a que fizéramos jus no seu ano de presidência em razão do assinalável aumento do nosso quadro social, que o nosso Presidente do ano passado, Compº. Eurico Basto recebeu das mãos dele. Seguiu-se uma breve alocução proferida pelo Gov. (2006-07) Compº. Álvaro Gomes muito a propósito e em nome de todos os Clubes forasteiros ali presentes.



O Governador na sua mensagem final.

Em nome da Câmara Municipal falou em seguida a Vereadora Drª. Elisa Cidade que, além do mais, agradeceu aos Rotary Clubes todo o vasto trabalho a que se têm dedicado para benefício dos mais carentes e atingiu-se depois a altura de o Gov. António Vaz proferir a sua intervenção de fundo, o que fez com muito acerto e muita motivação exortando todos os Clubes a prosseguirem sem desfalecimentos as suas acções de serviço.

Faltavam cerca de quinze minutos para a meia-noite quando a reunião foi encerrada pelo Presidente Diogo Pereira, uma reunião que, de facto, foi bem preenchida e decorreu com a maior das elevações, mostrando-se o nosso Clube fortemente representado através das presenças de 14 dos seus membros com seus cônjuges.

Dicas Históricas do Rotary

A FUNDAÇÃO ROTÁRIA



Em 1917, o então Presidente do R.I., Arch Klumph, na Convenção de Atlanta, Geórgia (EUA), anunciou que “seria permitido aceitar doações que tivessem por finalidade fomentar o bem no mundo”. Foi educada e favorável a resposta dos presentes, mas demoraram a aparecer as doações. Só um ano mais tarde é que o “Fundo de Dotações do Rotary” (o seu nome de início) é que veio do Rotary Club de Kansas City, Missouri (EUA), a primeira doação, que foi do valor de 26,50 dólares, o que era o saldo existente numa conta que tinha sido aberta em nome da Convenção de Kansas no final do encontro anual de 1918.

A partir daí, vieram para o Fundo pequenas importâncias todos os anos, tão pequenas que ao fim de seis anos apenas existia um capital de 700 dólares. Dez anos mais tarde, na Convenção de 1928 realizada em Mineapolis, foi oficialmente criada a Fundação Rotária.

Nos quatro anos que se seguiram, a Fundação já dispunha de um total de 50.000 dólares e em 1937 definiu-se para ela a meta de dois milhões de dólares, meta que veio a ser, porém, abandonada em resultado da II Grande Guerra.

Em 1947, porém, com a morte de Paul Harris nasceu uma nova era para a Fundação. Foram feitas inúmeras doações à Fundação Rotária em honra e à memória do fundador do Rotary. A partir daí, a Fundação assumiu o objectivo de fomentar “a compreensão e as boas relações entre os povos de diferentes nações”.

Em finais de 1954 e pela primeira vez em toda a sua história ela recebeu doações que atingiram o somatório de 500.000 dólares e, em 1965, chegou ao milhão.

É simplesmente incrível imaginar como, com um começo tão modesto, a Fundação Rotária tenha recebido quase 85 milhões de dólares até 2004-05 para financiamento dos seus diversos programas anuais e, no total, 118 milhões de dólares!

The
Rotary
 Foundation



Mais no nosso Quadro

Na oportunidade da VOG, tivemos a alegria de admitir no nosso quadro social mais um elemento, na circunstância mais uma Senhora, circunstância que para todos nós foi, e é, motivo de grande satisfação e de acalentadora esperança.

Trata-se da Comp^a. MARIA MERCÉS DUARTE RAMOS FERREIRA, que é licenciada em Engenharia do Ambiente pela Faculdade de Ciências e Tecnologia da Universidade Nova de Lisboa, no ramo de Engenharia Sanitária e Hidráulica, desde Agosto de 1986. Fez pos-Graduação pela Universidade Católica do Porto e obteve o grau de “Master in Public Administration” em Agosto de 2011.

Ocupa, doravante, no nosso Clube a classificação “Engenharia – Meio Ambiente”.

A Comp^a. Mercês Ferreira é residente na Rua Alcino Araújo, 160-1º Esqº., 4410-218 S. Félix da Marinha e é casada com o Sr. César Augusto Antunes da Silva Ferreira desde 30 de Setembro de 1989. É natural da freguesia de Colmeal da Torre, concelho de Belmonte tendo nascido em 8 de Maio de 1962.

Tem sido docente na Escola Superior de Biotecnologia da Universidade Católica do Porto, no curso de Engenharia Civil e Ambiente do Instituto Politécnico Superior de Viana do Castelo e em diversos cursos de formação profissional na Administração Pública, nas áreas do ambiente, do saneamento básico e da gestão de resíduos. Exerceu já funções na área ambiental dos Municípios de Sintra e de Vila Nova de Gaia.

O casal tem 2 filhos, ambos ainda solteiros: a Ana Carolina, com 24 anos, e o João Pedro, com 19.



Um Marco Rotário Renovado

A assinalar a organização duma Conferência Distrital realizada já há vários anos, o nosso Clube tinha erigido um Marco Rotário que, nos últimos tempos, estava implantado na pequena rotunda existente na Rua Pádua Correia. Ele até que não era nada feio. Todavia, por vezes sucessivas, era “agredido” por meliantes que lhe roubavam peças, especialmente a que representava a Roda Dentada do Rotary. Restaurado por diversas vezes, acabava por ser vítima de novas e repetidas agressões e amputações e, do ponto de vista estético, já não oferecia a almejada boa imagem, pois que estava praticamente reduzido à coluna em pedra.

O Clube decidiu, pois, introduzir uma mudança radical no Marco e, graças sobretudo, ao esforço e pertinácia do Comp^o. Fernando Jorge Rocha, eis que no passado dia 17 de Fevereiro, se operou a total substituição do Marco Rotário por um outro com maiores dimensões e de excelente “visual”, como a foto mostra.

A imagem pública do Rotary viu-se, deste modo, valorizada e agora dá gosto passar na referida rua e admirar o renovado Marco Rotário.





Jean-Louis Sers

O Cérebro e a Escrita

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

(continuação da edição anterior)

Uma aprendizagem progressiva a partir dos cinco anos

Existe, pois, uma teia neuronal: um neurónio vai reconhecer uma letra à velocidade de 200 milésimos de segundo. A palavra irá ser identificada através de um reconhecimento em “pirâmide neuronal”, um movimento rápido (a letra B, por exemplo), depois, um movimento menos rápido (letra B + letra A = BA). É isto o fundamental da aprendizagem da leitura que deve ocorrer lá pelos cinco anos de idade. A criança vai adicionar sons simples para descobrir palavras (falamos de uma descodificação fonológica muito progressiva).

Se todas as crianças podem aprender a ler, esta técnica exige tempo para que cheguem a fazê-lo por rotina. Depois deste primeiro estádio, a criança deverá aprender a decompor uma palavra (o prefixo, o sufixo). Estudará os tempos da conjugação (o presente, o futuro, o passado...), uma noção muito importante para a ajudar a situar-se no tempo e no mundo.

A princípio, a criança manifestará uma tendência natural para uma leitura “em espelho”: vai confundir o “b” com o “d” (b=d). Isto é normal pois que o cérebro tem esta capacidade natural (o reconhecimento de si mesmo). Mas rapidamente vai ser corrigida esta leitura. Entretanto, se tal confusão persiste para além dos dez anos há que preocupar-se com isso e consultar um ortofonista.

Certas classes experimentais (com voluntários) usam uma lógica de aprendizagem de leitura na qual se combinam as mais recentes descobertas das neurociências com a psicologia.

Dislexia e alexia: dois problemas da leitura

A dislexia: uma perturbação genética da inter-face entre a audição, a vista e a fala. Determinados sons que se ouvem não podem ser lidos correctamente.



A alexia, por seu lado, que impede a leitura, não tem origem genética. Deve-se a lesões da face ventral do lobo temporal do hemisfério esquerdo, lesão de origem vascular ou de origem traumática. A pessoa sabe falar, sabe escrever a palavra, reconhece as letras, mas é incapaz de lhes dar um sentido e fala-se, então, de cegueira visual.

A escrita ajuda à recuperação de perturbações psicológicas

Colocar por escrito, dia após dia, imagens ou pensamentos provocados por perturbações psicológicas ajuda a cura (*O Intranquilo*, do pintor Gérard Garouste em Maio de 2009).

(conclui na próxima edição)



Boas práticas ambientais

Nos países desenvolvidos, o desperdício alimentar tem atingido proporções altamente preocupantes. Calcula-se que vai para o lixo uma terça parte de toda a comida confeccionada em todo o mundo. Esta quantidade dava para alimentar três mil milhões de pessoas!

Segundo o Parlamento Europeu, este é um problema considerado de escala mundial e que se reflecte ao longo de toda a cadeia agro-alimentar. De harmonia com diversos estudos, existem nesta altura cerca de 925 milhões de pessoas em todo o mundo em risco de subnutrição. É, pois, urgente que se faça uma revisão quanto à forma de actuação de cada um quotidianamente e nesta matéria de modo a evitar as repercuções ao nível dos três pilares do desenvolvimento sustentável: económico, social e ambiental.

Eis alguns conselhos “verdes”:

- 1 Compre apenas as quantidades certas e necessárias, para que se não estrague.
- 2 Utilize em primeiro lugar os produtos que tenham data limite de consumo mais próxima.
- 3 Arrume correctamente os alimentos no frigorífico usando embalagens herméticas sempre que isso seja necessário.
- 4 Tenha mais cuidado com os produtos perecíveis e coloque os produtos que devem ser usados mais rapidamente na parte da frente o frigorífico ou do armário.
- 5 Coloque as doses certas quando confeccione refeições tendo sempre em conta o número de refeições a servir. Ajuste os tamanhos das porções de alimentos servidos consoante as necessidades nutricionais e o apetite de cada um.
- 6 Quando faça um piquenique, transporte os alimentos em caixas herméticas em vez das embalagens originais dos produtos/alimentos. Deste modo, o que sobrar poderá levar para casa.
- 7 Faça uma lista de compras planeando antecipadamente as refeições.
- 8 Pratique a compostagem caseira.
- 9 Aproveite os alimentos cozinhados em excesso para confeccionar outros pratos, se possível ou congele hermeticamente os restos para consumir noutra ocasião, em embalagem datada.
- 10 Limpe o frigorífico duas vezes por mês.



BOAS NOTÍCIAS

EM PORTUGUÊS

VISITANTES AOS MILHÕES!



Em 2015, os monumentos, palácios e museus do nosso País, sob a alçada da Direcção-Geral do Património Cultural (DGPC), foram visitados por mais de quatro

milhões de pessoas, fasquia que representa um aumento anual da ordem do meio milhão de visitantes. Os mais visitados foram os mosteiros e os conventos (2.435.147), seguindo-se-lhes os museus (1.251.715) e finalmente os palácios (369.106).

CANDIDATURA IMPORTANTE



Foi apresentada a candidatura ao cargo de Secretário-Geral da ONU do Engº. António Guterres, antigo 1º Ministro do Governo Português e ex-Comissário da ONU para os Refugiados.

“FLORESTA COMUM”



Comum”. Este Prémio árvores de diferentes delas pinheiros-mansos, destinadas à dinamização,

O Município de Santarém foi distinguido pela Associação Ambientalista QUERCUS com um prémio inserido no programa “Floresta

traduz-se na entrega de 600 espécies autóctones, 300



FLORESTA COMUM

em 2016, do Projecto “Raízes da Sustentabilidade”. O programa “Floresta Comum” da QUERCUS tem por objectivo fomentar e incentivar a criação de uma floresta autóctone com altos índices de biodiversidade e de produção de serviços de ecossistema.,

BICAMPEÕES DA EUROPA



A seleção portuguesa de “futsal” de padres católicos, que já fora campeã da Europa em 2015, voltou a sagrar-se campeã agora em 2016. Treinada pelo Revº. Pe. Manuel Fernando, do Porto, esta seleção é integrada por sacerdotes das Dioceses de Braga, Lamego, Porto, Viana do Castelo e Vila Real. Desta vez o campeonato europeu de “futsal” de sacerdotes católicos disputou-se na Eslováquia e, na final, Portugal derrotou a Polónia por 2 a 1.

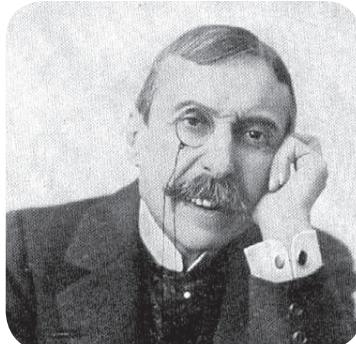
ULTRAMARATONISTA



A ultramaratonista portuguesa Ester Alves foi a brilhante vencedora da ultramaratona que se disputou na Costa Rica em Fevereiro passado. Prova de extrema dureza e com a extensão de 225 kms. divididos por seis etapas, Ester Alves percorreu a distância em 33 horas, 4 minutos e 32 segundos!



Frases Que Marcaram



“Overdadeiro comércio inspira virtudes próprias: a economia, a boa-fé, a exactidão, a ordem e a actividade leal”.

Eça de Queiroz (1845-1900)



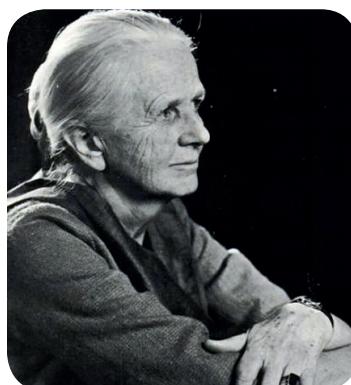
“As pessoas pedem liberdade de expressão para compensar a liberdade de pensamento que elas evitam”.

Soren Aabye Kierkegaard (1813-1855)



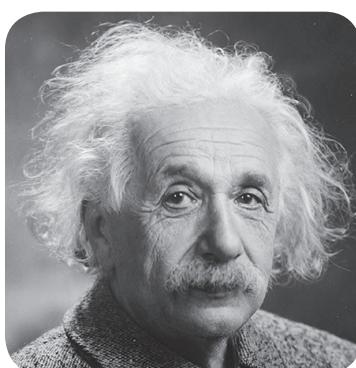
“O tempo é um químico invisível que dissolve, compõe, extraí e transforma todas as substâncias morais”.

Machado de Assis (1839-1908)



“O propósito do estudo da economia não é adquirir um conjunto de respostas prontas para as questões económicas, mas aprender a evitar ser enganado pelos economistas”.

Joan Robinson (1917-1963)



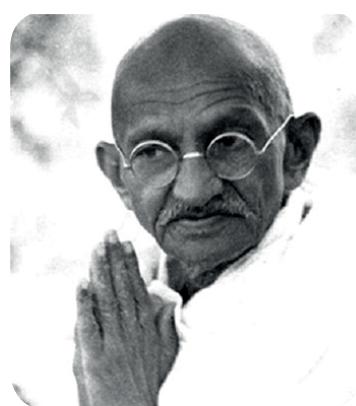
“Ficou assustadoramente óbvio que a nossa tecnologia superou a nossa humanidade”.

Albert Einstein (1879-1955)



“Não basta saber: é preciso aplicar. Desejar não basta: é preciso fazer”.

Goethe (1749-1832)



“O único tirano que aceito neste mundo é a “pequena e quieta voz” dentro de mim. E mesmo que tenha de enfrentar a possibilidade de ser uma minoria de apenas um, eu humildemente acredito que tenho a coragem de ficar nesta minoria tão sem esperança”.

Mahatma Gandhi (1869-1948)



PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



NOTA – Foi Director e Tesoureiro do Rotary International em 1976-78. Foi membro do Rotary Club de Tampico, Tamaulipas (México), com a classificação “Bebidas carbonatadas - Fabricação”.

A minha ligação ao Rotary começou quando eu tinha muito pouca idade. Lembro-me de o meu avô me falar acerca da reunião rotária quando eu tinha 12 anos e andava na escola. Quando cresci, descobri que ambos os meus avós tinham sido sócios representativos no Rotary Club de Lancaster, Ohio (EUA). Meu pai tinha sido sócio também logo no princípio da sua carreira profissional, mas não voltou a filiar-se depois da segunda Grande Guerra.

A minha oportunidade de entrar para o Rotary surgiu em 1959, logo depois de iniciar a minha carreira de jornalista em Newark, Ohio (EUA). O filho do editor, que era um Rotário activo, convidou-me para entrar para o Clube como sócio adicional. Onze anos mais tarde vim a ser o Presidente do Clube e mais dezassete anos adiante vim a servir como Governador do Distrito.

Ser Governador deu-me uma visão de todo um mundo novo. Comecei por tomar consciência da dimensão e das oportunidades do Rotary International. Via a nossa Associação como o Movimento Mundial que efectivamente é, notei as enormes possibilidades de serviço que outorga aos seus membros para ajuda à humanidade. A partir da minha governadoria, o Ideal do Serviço à humanidade fixou-se em mim.

De facto, recordando o passado, o Ideal do Serviço à humanidade tem sido um desafio comum em todos os momentos. A gente adquire estes ideais cedo, a partir de casa, a partir da nossa religião. O credo da Câmara de Comércio Junior dos Estados Unidos contém a frase: “O SERVIÇO À HUMANIDADE É O MELHOR TRABALHO DA NOSSA VIDA” Concordo com isso e tenho tentado viver de acordo com isso desde que me fiz homem

Theodore D. Griley II

Conheça os seus Maiores

FERNANDO PESSOA

Nasceu em Lisboa em 1888 cidade onde veio a falecer em 1942. Foi um grande poeta e escritor e deu início ao modernismo, uma escola poética. Foi autor de “Mensagem” e, em língua inglesa, escreveu quatro livros de poemas “English Poems”.



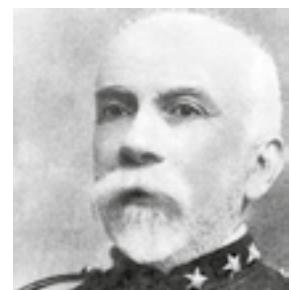
ALFREDO PIMENTA

Nasceu em 1882 e faleceu em 1950, no Porto. Foi um notável poeta, investigador, historiador e escritor, uma das mais discutidas e marcadas personalidades do seu tempo. Escreveu obras como “As Bases da Monarquia Futura”, “Estudos Filosóficos e Críticos”, “Deus”, “Pátria”, “Rei” e outros.



PIMENTA DE CASTRO

Nasceu em 1846 e faleceu em 1918. Foi General e chegou a desempenhar funções de Primeiro Ministro e de Ministro da Guerra e, em Janeiro de 1915, impôs uma ditadura que viria a terminar com o movimento revolucionário de 14 de Maio desse ano.



ALBERTO PIMENTEL

Nasceu no Porto em 1849 e aqui faleceu em 1926. Foi um apreciado escritor que deixou os títulos “Raína sem Reino”, “As Amantes de D. João V”, “Luar de Saudade (colectânea de romances históricos), “Homens e Datas”, “O Porto há 30 Anos”, e outros.



LEONOR DA FONSECA PIMENTEL

Foi uma notável escritora que, todavia, nasceu em Roma, em 1752. Faleceu em 1790. Teve parte muito activa, por outro lado, nas revoltas de Nápoles de 1798-1799. Deixou a obra intitulada “O Triunfo da Virtude”. Foi uma personagem que figura em romances doutros autores, como são os casos de “La San Felice”, de Alexandre Dumas, e “As Duas Flores de Sangue”, de Pinheiro Chagas.



CULINÁRIA INTERNACIONAL

Mestre Saborini saiu da Itália e foi-se ali ao lado, a França, pois.

FRANÇA



Salada de arroz à moda de Nice

- Ingredientes:**
- 250 grs. de arroz
 - 2,5 colheres de sopa com azeite
 - 1 limão
 - 100 grs. de azeitonas
 - 1 colher de sopa com salsa picada
 - 12 rabanetes
 - 1 lata pequena de filetes de anchova enrolados
 - rodelas de tomate
 - sal e pimenta a gosto



Preparação: Coza o arroz à crioula. Quando ele estiver frio, tempere-o com azeite, sumo de meio limão, sal e pimenta. Retire os caroços das azeitonas e misture-as com o arroz juntamente com a salsa picada. Coloque o arroz em monte num prato redondo e enfeite pondo à volta as rodelas de tomate alternadas com meias rodelas de limão caneladas. Sobre o monte do arroz colocam-se os rabanetes já cortados em forma de flor e os filetes de anchova enrolados.

Ameijoas à marinheira

- Ingredientes:**
- 1 kg. de ameijoas
 - 50 grs. de manteiga ou de margarina
 - 1 fio de azeite
 - 1 colher de sopa com farinha
 - 1 dl. de vinho branco
 - salsa, sal, pimenta, alho e sumo de limão



Preparação: depois de bem lavadas as ameijoas, deitam-se numa caçarola com a manteiga ou a margarina e o azeite. Quando já estiverem refogadas, temperam-se com sal, pimenta e limão, polvilham-se com a farinha e regam-se com o vinho branco. Levam-se a lume brando na caçarola, bem tapada, e deixam-se a cozer durante meia hora, tendo o cuidado de mexer várias vezes. Servem-se quentes e polvilhadas com alho e salsa picada.

Oh la la!





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

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

Informações e reservas: +351 223 747 500

Internet: www.holidayinn.com

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