

boletim mensal | ano XXXII | nº 389 | agosto de 2015



# 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



## O QUADRO SOCIAL

**P**arece ter sido dado adquirido: o ano rotário que se concluiu no passado dia 30 de Junho trouxe à ribalta, no nosso Distrito, três Rotary Clubes, o Rotary Club do Porto, o de Póvoa de Varzim e o nosso. Na verdade, os três Clubes anteciparam a linha de força do mês de Agosto, que é a do quadro social, e procederam à admissão nos seus respectivos quadros de confortável número de novos Companheiros e, ainda por cima, todos eles magnificamente qualificados, seja do ponto de vista humano, seja do ponto de vista profissional.

Todavia, não nos iludamos. Praticamente todos os nossos novos Companheiros eram “rotariáveis” em função das suas qualidades individuais. “De iure” são actualmente Rotários, com todas as inerentes obrigações e todos os correspctivos direitos. Mas será ousado pensar que, de facto, já sejam mesmo Rotários “verdadeiros”.

É que ser-se um verdadeiro Rotário exige estudo do nosso Movimento, da sua organização e do seu funcionamento, o conhecimento dos seus objectivos e dos seus programas. Vai exigir, por outro lado, que, adquiridos esses conhecimentos, saibam utilizá-los através do aproveitamento das oportunidades geradas pelos programas quer do Rotary International, quer da The Rotary Foundation, em benefício da Humanidade, meios que é essencial fazer render. E é o Rotário atento quem terá à sua disposição esses meios através do seu Clube.

Todos os novos Companheiros têm, pelo menos em embrião, as qualidades necessárias para se tornarem em verdadeiros e activos Rotários e é esta a fundamental meta que lhes é colocada. Mas para que ela seja atingida terão de desempenhar papéis decisivos o “Padrinho” respectivo e o Clube. Aquele, para os instruir acerca do Rotary e os incentivar no cultivo do companheirismo como mola real para a acção de serviço. Este, para os integrar mediante o aproveitamento das qualidades de cada um e em trabalho de equipa no desenvolvimento de projectos de serviço que o Clube lance.

Posto que considerado (e bem) como tempo de férias, Agosto é o mês que nos traz à colação o cuidado do quadro social do Clube. Como qualquer planta que se queira viçosa, é preciso “regá-lo” e estar atento e activo nos capítulos da formação/informação e da integração no Clube, para que se não perca o valor acrescentado que, sem dúvida, reside na admissão de novos e tão admiráveis Companheiros Rotários.

---

### ROTARY CLUB DE VILA NOVA DE GAIÀ

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, Joaquim Gomes Pinto & 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, Joaquim Gomes Pinto & Américo Camarinha

### COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

**PRESIDENTE** – Rui Amandi de Sousa

**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças

**SUBSÍDIOS** – Joaquim Gomes Pinto

**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 SETEMBRO

Dia 3

**REUNIÃO N°. 2117** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
“QUEM SOU EU?” Auto-apresentação pelo Compº. Rogério Cardoso.

Dia 10

**REUNIÃO N°. 2118** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

Dia 17

**REUNIÃO N°. 2119** 20,30 horas – Jantar com Cônjuges.  
Palestra pelo Compº. Joaquim Cunha, Presidente do Rotary Club de Senhora da Hora, sobre o tema “O NÚMERO SIDONACCHI”.

Dia 24

**REUNIÃO N°. 2120** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

DIA 26

**DE SETEMBRO** Viagem para o Gerês: até Pitões das Júnias em visita guiada por um Arqueólogo do Parque Nacional da Peneda-Gerês.

Teremos almoço no Restaurante “D. Pedro” e, após ele, um trilho para visitar o Mosteiro de Pitões das Júnias e a Cascata.

Partida em confortável autocarro de junto do “MAKRO” às 9 horas. Regresso às 19,30 horas.

Preço por pessoa: € 35,00

**Inscreve-se desde já e traga consigo amigos seus, que também serão nossos!**

## Em Festa no Nosso Distrito

**E**m Setembro festejam o seu aniversário da sua admissão em Rotary International o Rotary Club de Caminha, no dia 2, o Rotary Club de S. Mamede de Infesta, no dia 4, o Rotary Club de Braga-Norte no dia 24 e o Rotary Club de Curia-Bairrada, no dia 30.

As nossas sinceras felicitações aos nossos Companheiros.

## COMPANHEIRISMO

Em Setembro vão cumprir aniversários os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais família:

## NATALÍCIOS

Dia 2 – Drª. Teresa Patrícia Gomes Regadas Silveira  
Dia 27 – José Manuel Coelho Guedes

## DE CASAMENTO

Dia 2 – Joaquim Gomes Pinto  
Drª. Albertina de Oliveira Fontes Pinto

Dia 3 – Américo Ferreira Camarinha  
D. Margarida Loureiro Valga Camarinha

Dia 14 – Artur Alberto Falcão Lopes Cardoso  
D. Maria dos Prazeres Castel-Branco de Avelar Lopes Cardoso

Dia 27 – Marília da Graça Oliveira Raro Coelho Guedes  
José Manuel Coelho Guedes

Dia 28 – Diogo José Santos Lima Pedrosa  
D. Marta Isabel Moreira da Silva Cruz Pedrosa

## ÍNDICE

O Quadro Social	1
Programa para o Mês de Setembro	2
Companheirismo	2
Página da Presidente	3
Poesia	4
Secretaria	5
Novos Rotários no nosso Clube	7
Boas Práticas ambientais	8
Eradicação da Polio	9
Relógios	10
Dicas Históricas do Rotary	12
Marcas Comerciais	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 de Agosto - Desenvolvimento do Quadro Social e Expansão

Se temos de esperar,  
Que seja para colher a semente boa  
Que lançamos hoje no solo da vida.  
Se for para semear, então que seja para produzir  
Milhões de sorrisos  
De solidariedade e amizade.

“Cora Coralina”

Queridos Companheiros.

**C**hurchill afirmava que, às vezes, não chega fazer o melhor que podemos. É preciso fazer o que é necessário... E é bem verdade! A continuidade e o futuro do Rotary esta nas mãos de cada clube. Sabemos que o que faz um Clube Rotário são os seus membros, os seus sócios.

Concluiu-se o ano rotário de 2014-2015, da distinta presidência do meu antecessor, o Compº. Eurico de Lima Basto, com uma reunião de que ficará uma boa memória, uma reunião na qual o quadro social do nosso Clube beneficiou de um extraordinário aumento, quantitativo como qualitativo. Passámos a ser mais e incontestavelmente melhores. E tudo aponta para que venhamos a ser ainda mais...

Esse facto trouxe, e traz, para os elementos mais antigos no nosso Clube uma acrescida responsabilidade: a de tudo fazerem no sentido de os nossos novos Companheiros manterem, e mesmo desenvolverem, o seu respectivo interesse em estar e em trabalhar no Rotary, vale por dizer no nosso Clube.

É esta a nossa prioridade.

Sem prejuízo do gozo de férias, estejamos atentos à referida questão, que tenho na conta de essencial.



# Poesia

David Mourão-Ferreira

## Ternura

Desvio dos teus ombros o lençol,  
que é feito de ternura amarrrotada,  
da frescura que vem depois do Sol,  
quando depois do Sol não vem mais nada...

Olho a roupa no chão: que tempestade!  
Há restos de ternura pelo meio,  
como vultos perdidos na cidade  
onde uma tempestade sobreveio...

Começas a vestir-te, lentamente,  
e é ternura também que vou vestindo,  
para enfrentar lá fora aquela gente  
que da nossa ternura anda sorrindo...

Mas ninguém sonha a pressa com que nós  
a despimos assim que estamos sós!

Alexandre O'Neil

## O Beijo

Congresso de gaivotas neste céu  
como uma tampa azul cobrindo o Tejo.  
Querela de aves, pios, escarcéu.  
Ainda palpitante voa um beijo.

Donde teria vindo? (Não é meu...)  
De algum quarto perdido no desejo?  
De algum jovem amor que recebeu  
mandado de captura ou de despejo?

É uma ave estranha: colorida,  
vai batendo como a própria vida,  
um coração vermelho pelo ar.

E é a força sem fim de duas bocas,  
de duas bocas que se juntam, loucas!  
De inveja as gaivotas a gritar...

Sebastião da Gama

## Arte de fazer sonetos

Ah! Soneto,  
que não sei porque me custas!...  
Se é por seres muito pequeno  
para as grandezas que eu sinto  
ou se por seres infinito  
e o meu espírito acanhado  
se encontrar dentro de ti  
como um fato emprestado,  
muito largo...

Só sei que gosto de ti,  
sei que me fazes medo  
e que, quando há meia hora te medi,  
me foste, em cada sílaba medida,  
ma chaga doendo em cada dedo.

Natália Correia

## Envelhecer

Por céus e infernos e extremos tais  
enfeitiçada, fui perdendo a idade.  
Posta a alma em ofícios imortais,  
em que ponto estarei da Eternidade?  
Semeei cantos... poéticos metais  
da dor que encanta a última verdade;  
e com dores acendendo esses umbrais  
á de mim nesse além tenho saudade.

Atravessei mais luas que Sibila  
até ganhar a pedra alta e tranquila  
da minha estátua de saber morrer.

E lá onde não chega o pensamento  
e aos pés dos deuses adormece o vento  
finalmente me haveis de conhecer.

# SECRETARIA MÊS

# JULHO

Compº. Rui Amandi de Sousa



## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Celorico de Basto – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Coimbra – o Compº. António Meira; no Rotary Club de Espinho – os Compºs. Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso, Henrique Lopes Cardoso e Mizi Reis, no Rotary Club de Estarreja – o Compº. Rogério Cardoso; no Rotary Club da Feira – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, António Meira, Eurico Basto, Fernando Jorge Rocha e Jorge Silveira; no Rotary Club de Folkestone (Inglaterra) – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Gaia-Sul – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, António Meira e Mizi Reis; no Rotary Club de Leça da Palmeira – os Compºs. Artur Lopes Cardoso, Eurico Lima Basto e Henrique Lopes Cardoso; no Rotary Club de Murtosa – o Compº. Rogério Cardoso; no Rotary Club de Oliveira de Azeméis – o Compº. Artur Lopes Cardoso; no Rotary Club de Porto-Douro – o Compº. António Meira; no Rotary Club de S. João da Madeira – o Compº. Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Sandim – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, António Meira, Artur Lopes Cardoso, Jorge Silveira e Mizi Reis; no Rotary Club de Valongo – o Compº. Jorge Silveira; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – o Compº. Artur Lopes Cardoso.

## DERAM-NOS A HONRA DA SUA VISITA

os Exm's. Srs. Menezes Figueiredo e Engº. Martins Correia. A Srª. Drª. Isabel Maria Rios de Oliveira e seu filho Gonçalo Maria Oliveira Pereira. O Compº. Emílio Monteiro, com sua Mulher a Drª. Cristina, do Rotary Club de Vila do Conde.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

**Programas** para o mês de Julho dos Rotary Clubes de Águas Santas/Pedrouços, Águeda, Amarante, Braga-Norte, Cascais-Estoril, Celorico de Basto, Gondomar, Feira, Porto, Porto-Portucalé-NG, Póvoa de Lanhoso, Póvoa de Varzim, Sever do Vouga, Vila Nova de Famalicão e Vizela. Informação de adiamentos das VOGs aos Rotary Clubes de Bragança e de Vila Verde.

**Comunicações:** Carta da Agência Lucas a enviar-nos o recibo do pagamento da taxa do condomínio. Factura do consumo de água de Águas de Gaia. Facturas do Hotel Holiday Inn. "Mail" da Fundação Rotária Portuguesa a exigir dados dos novos sócios admitidos no Clube. Notas de lançamento para a Associação Pro-Boletim, do BANIF, e extracto da sua conta. Notificação da Divisão de Execuções Fiscais da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia. Notícias dos falecimentos dos Compºs. Melo Biscaia (Rotary Club de Figueira da Foz) e Silvino Moreira (Rotary Club de Matosinhos).

**Convites:** para as respectivas reuniões de Transmissão de Mandatos dos Rotary Clubes de Águeda (juntamente com os seus Interact e Rotaract, este também aniversário), Braga-Norte, Celorico de Basto, Coimbra, Feira, em conjunto, Lamego, Régua, S. João da Madeira e Vila Real, Leça

da Palmeira, Matosinhos, Oliveira de Azeméis, Pombal (juntamente com os seus Interact e Rotaract), Sever do Vouga e Valongo. Do Rotary Club de Vila Real, para a Gala de Homenagem ao Dr. Vaz de Carvalho e D. Beatriz d'Agostinho. Do Rotary Club de Oliveira de Azeméis, para a inauguração do seu Marco Rotário. Para as respectivas VOGs, dos Rotary Clubes de Cinfães/Resende, Gondomar, Leiria, Oliveira do Hospital/Seia e Póvoa de Lanhoso. Da APPDA Norte para a "Festa de Verão". Da Presidência da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, para a sessão de Tomada de Posse dos Órgãos Sociais da ACVNG.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Carta Mensal. Boletins do Rotary Club de Fafe e de Milano-Aquileia (Itália). "Portugal Rotário".

## PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS

"Audiência", "O Gaiense" e "Terras de Santa Maria" da Liga dos Amigos da Feira.

## O NOSSO CONSELHO DIRECTOR PLUS EM 2015-2016

**PRESIDENTE** – Maria Reis (Mizi)

**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** – Ângelo Sá

**COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL**

– Jorge Silveira

**COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS** – Eurico de Lima Basto

**COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS** – Luiz Carlos Oliveira

**COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION** – Rui Amandi de Sousa

**PRESIDENTE DA "CASA DA AMIZADE"** - Miita Lopes Cardoso

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



**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

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

**BRANQUEAMENTOS  
dentários**

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



# NOVOS ROTÁRIOS NO NOSSO CLUBE

Conforme tivemos ensejo de relatar na nossa anterior edição, na grande festa de Transmissão de Mandatos o nosso quadro social viu-se enriquecido com a admissão de mais um bom punhado de Companheiros. Para que todos conheçam um pouco acerca da identidade deles, aqui fica o breve registo biográfico respectivo.

## Compº ROGÉRIO MANUEL LEAL CARDOSO

Usa simplesmente Rogério Cardoso.

Era membro do Rotary Club de Maputo-Polana, Moçambique (D. 9400). Porque deixou de trabalhar em Moçambique e regressou a Portugal, foi convidado a entrar para o nosso quadro social, o que aceitou. Tem 65 anos e nascera justamente em Lourenço Marques (hoje, Maputo). Em 1973 veio a casar com a Srª. D. Maria Antonieta Abreu Freire Diogo Cardoso.

É licenciado em Engenharia Civil e tem dois filhos (o Luís Pedro e D. Ana Luísa Diogo Cardoso), e três netos: a Geúlia, do filho Luís Pedro, e a Alice e o Manuel, da filha Ana Luísa.

A sua classificação no Clube é “Engenharia Civil – Direcção”.



## Compº. MARIA DO CÉU ROCHA FERREIRA GONÇALVES



Usa simplesmente Maria do Céu Gonçalves.

Tem 55 anos. É divorciada e, do casamento que fez, tem uma filha de 19 anos: a Maria Francisca.

É licenciada em Economia e exerce as funções de Directora Financeira na “Siemens”.

A sua classificação no Clube é “Direcção Financeira”.

## Compº. DIOGO JOSÉ SANTOS LIMA PEDROSA

Usa simplesmente Diogo Pedrosa.

Tem 25 anos. Casou em 2013 com D. Marta Isabel Moreira da Silva Cruz Pedrosa, de 20 anos e o casal espera o primeiro filho. Trabalha na direcção de uma empresa que se dedica ao fabrico de espumas de poliuretano.

A sua classificação no Clube é “Espumas de Poliuretano – Fabricação”.



## Compº. RUI MIGUEL DE OLIVEIRA SANTOS

Usa simplesmente Rui Oliveira Santos.

Tem 37 anos. Casou com D. Daniella Maria Teixeira Servo em 2006.

Têm uma filha – a Inês – com 5 anos.

É licenciado em Direito e exerce a Advocacia, com especialização no Direito Canónico.

A sua classificação no Clube é “Advocacia – Direito Matrimonial Canónico”.



## Compº. MARÍLIA DA GRAÇA OLIVEIRA RARO COELHO GUEDES



Usa simplesmente Marília Raro.

Tem 47 anos. Em 1986 casou com José Manuel Coelho Guedes e o casal tem actualmente dois filhos: a Maria João, com 21 anos, e o Francisco Manuel, de 19.

É licenciada e trabalha como Directora Pedagógica da Escola “António Sérgio”, em Vila Nova de Gaia.

A sua classificação no Clube é “Ensino Secundário – Direcção”.

## Compº. HENRIQUE DANIEL DE AVELAR LOPES CARDOSO

Usa simplesmente Henrique Lopes Cardoso.

Tem 40 anos. Em 2000, casou com a Srª. Drª. Maria do Rosário Bastos de Jesus Chaves Lopes Cardoso.

O casal tem duas filhas: a Maria Luísa, de 10 anos, e a Marta Caetano, de 5.

Tem a licenciatura em Informática de Gestão, o mestrado em Inteligência Artificial e Computação e é doutorado em Engenharia Informática.

É professor na Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto.

A sua classificação no Clube é “Ensino Superior – Engenharia Informática”.



# Boas Práticas Ambientais

A boa gestão dos recursos hídricos e a defesa do meio ambiente são matérias de importância candente para a sustentabilidade da vida na Terra e constituem prioridades do Rotary desde há um bom par de anos. Recordemos, por exemplo, o lema do Presidente Paulo Viriato (1990-1991): "Preserve o Planeta Terra". Vamos, pois, passar a dedicar atenção a matérias da ecologia.

## QUANTO À ÁGUA

Lembre-se de que a água é o recurso mais precioso para a Humanidade. A água é utilizada praticamente em todas as actividades humanas e é elemento essencial à sobrevivência de todos os seres vivos. Na Terra, ela ocupa 70% do território e, de toda a água existente, somente 3% é água doce e, desta, somente uma pequena parte está disponível para o consumo. A sustentabilidade dos nossos recursos hídricos exige de cada um de nós comportamentos responsáveis que devem ser observados todos os dias:

- 1** ✓ feche bem as torneiras. Uma torneira a pingar pode desperdiçar cerca de 25 litros de água por dia.



- 1** ✓ opte por torneiras de regulação do fluxo de água ou instale dispositivos de redução de caudal.

- 2** ✓ faça uma leitura regular do contador e da factura da água, para controlar os gastos.



**3** ✓ feche a torneira quando está a lavar os dentes ou a fazer a barba. Uma torneira aberta pode gastar 9 litros de água por minuto.

- 4** ✓ opte por tornar a duche em vez de banho de imersão. Um duche consome menos de metade da água do seu banho.



- 5** ✓ instale autoclismo com dispositivo de dupla descarga. Poderá, ainda, colocar no interior do reservatório uma garrafa e assim reduzir a quantidade de água gasta.



- 6** ✓ se lavar a loiça à mão, não deixe a água escorrer continuamente. Encha o lava-loiças com a água necessária.



- 7** ✓ quando cozer legumes, utilize somente a água suficiente para os cobrir e mantenha a panela tapada. Os legumes cozem até mais rapidamente, poupa água e poupa energia.



lave o carro com um balde e esponja. Evite o uso da mangueira.

- 10** ✓ aproveite a água da chuva colocando um reservatório ou uma cisterna no exterior. Pode usar essa água para lavar o chão, ou o carro, ou na rega das suas plantas.

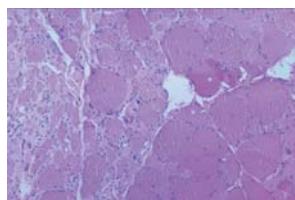
- 11** ✓ utilize no seu jardim plantas típicas da sua região. Elas estão melhor adaptadas às condições climáticas locais e utilizam a água disponível de maneira mais eficiente.



# Erradicação da Poliomielite

Foi já em 1988 que, inspirada numa acção de vacinação levada a cabo nas Filipinas por um Rotary Clube local, arrancou a iniciativa liderada pelo Rotary International e seus parceiros desde a primeira hora, a Organização Mundial da Saúde (OMS), o UNICEF e os Centros Americanos de Controlo e Prevenção de Doenças (CDC), que visa erradicar da Terra uma doença infecto-contagiosa, em princípio, sem cura mas tragicamente incapacitante e deformante, quando não mesmo letal, que é a poliomielite. Desde então, pois, o Rotary e os Rotários de todo o mundo têm vindo a estar envolvidos na Campanha de Erradicação Global da Polio, na qual já foram aplicados vários biliões de dólares.

Esta Campanha tem provocado em todo o mundo um dramático decréscimo do número de casos diagnosticados dessa doença, um decréscimo que já ultrapassa os 99%. Com efeito, se, em 1988 tinham sido registados cerca de 350.000 casos de polio, em 2012 já só foram detectados 223, número que ainda mais se reduziu no ano passado.



Historicamente, e por força da Campanha aludida, a América veio a ser declarada pela OMS livre da polio em 1994; já em 2000, trinta e dois países do oriente, incluindo a China e mesmo o continente australiano, foram também assim declarados pela OMS; e a Europa viria a sê-lo também em 2002.

Em 2011, já só existiam no mundo quatro países nos quais o vírus da poliomielite ainda era endémico: a Índia, o Paquistão, o Afeganistão e a Nigéria. Em todos estes países vieram a suceder-se (e em alguns persistem) campanhas sobre campanhas de alerta contra a doença e de vacinação das crianças com menos de cinco anos de idade.

Daqui resultou que, no que se refere à Índia (um dos países

mais difíceis nesta matéria, quer devido à sua extensão, quer à enorme densidade populacional, quer às extraordinárias dificuldades no terreno e nas mentalidades que coloca) já foi em 13 de Janeiro de 2011 que registou o último caso de polio. Por assim ter acontecido, a OMS vai muito em breve concluir o processo de certificação destinado a declarar oficialmente a erradicação da doença neste País, o que deverá acontecer até finais do próximo mês de Março.

Vão, pois, restar somente três países com polio endémica, ou seja o Afeganistão, a Nigéria e o Paquistão.

A poliomielite é uma doença infecto-contagiosa facilmente transmissível pelo seu vírus, que ataca o sistema nervoso. Em poucas horas pode provocar na pessoa atingida uma paralisia irreversível e pode mesmo matar. Mais condições de higiene e de saneamento básico são favorecedoras do seu alastramento e as crianças são as vítimas privilegiadas do vírus.

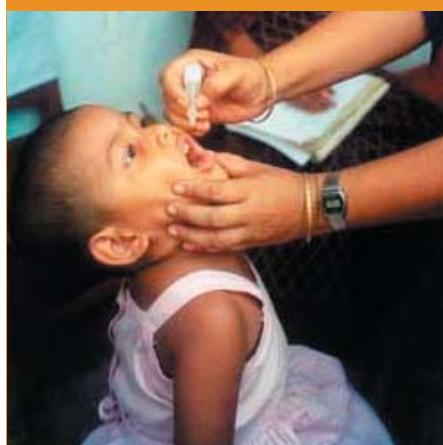
Prosegue muito activa a Campanha de Erradicação Global da Polio na qual ainda são precisos mais fundos de modo a que seja atingida a meta do ano de 2018 para a declaração oficial da erradicação.

À Campanha outras Organizações têm dado o seu apoio, como são os casos da Fundação Bill & Melinda Gates, de muitos Governos de Países e outras. A sua ajuda, por pequena que seja, importa também.

Torne-se num apoiante da erradicação da polio através do seu telemóvel.



## Como se fizesse uma chamada telefónica, marque nele



## 760 302 013

*Se o fizer, mais uma criança há-de ter sido vacinada, em alguma parte do Mundo!*

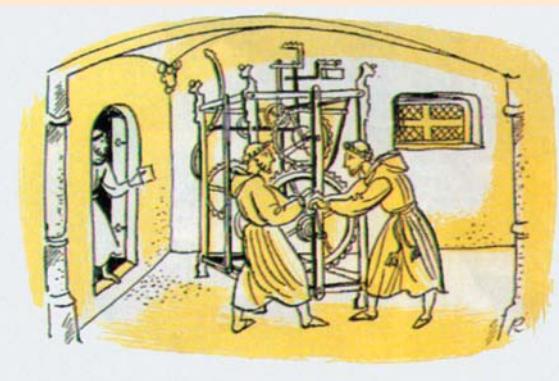


# RELÓGIOS

Os antepassados do relógio são o sol, a água, a areia e o fogo. Desde a pre-História à Idade Média, o Homem usou o obelisco e o quadrante solar, a clepsidra e a ampulheta e mesmo os “relógios” de fogo. Percorramos a evolução das técnicas de medição do tempo.

## O PRIMEIRO RELÓGIO MECÂNICO

Só surge em finais do Séc. XIII. Trata-se de máquinas de grande dimensões, em ferro forjado e madeira, que são normalmente instaladas em torres de grandes catedrais. Não oferecem lá grande exactidão em resultado da sua concepção rudimentar e do seu regulador de balanceiro horizontal (o “foliot”) e têm de ser periodicamente acertados por um quadrante solar. Até fins do Séc. XIII haveria uma meia dúzia destes relógios: em Inglaterra, nas catedrais de Exeter (1284), São Paulo (1286), Westminster (1288) e Cantuária (1292), e em França, na de Sens (1292). Vem desta época o uso da expressão “dar corda”.



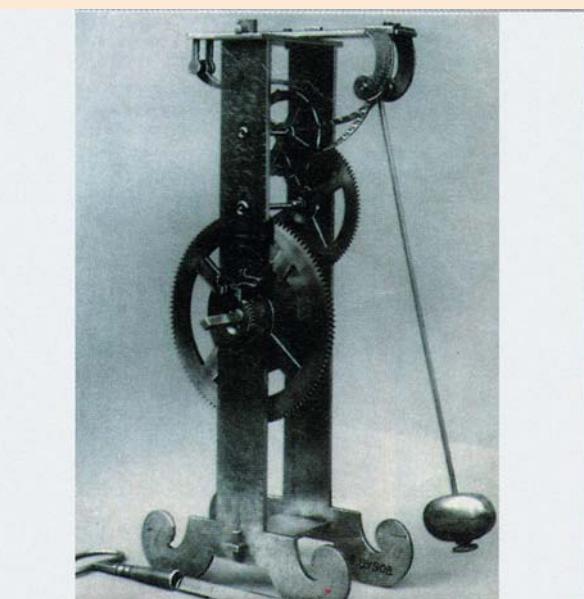
## O RELÓGIO DE BOLSO DE HENLEIN

Resultou da evolução, aperfeiçoamento e miniaturização do que havia então de mecanismos nos princípios do Séc. XVI. Conta-se que o ferreiro Peter Henlein terá construído o primeiro relógio de bolso cerca de 1530, o que terá dado início aos famosos “ovos de Nuremberg”. Mas há quem, diferentemente opine e sustente que quem criou o primeiro relógio portátil, também nessa época, terá sido Pietro Guido, de Mântua. Eram relógios que normalmente se usavam à ilharga, pendurados do cinto ou, quando em viagem, se penduravam na parede da carruagem.



## O PÊNDULO DE GALILEU E O ESPIRAL DE HUYGENS

Na caminhada em busca do rigor na medição do tempo tudo começa nos alvores do Séc. XVII. É nesta altura que Galileu Galilei imagina o uso do pêndulo como regulador. Gastou cerca de quarenta anos a estudar os movimentos pendulares dos quais chegou a definir as leis essenciais. Imaginou, então, modelos de pêndulos e de escapes susceptíveis de utilização no relógio. Perseguido,





porém, pela Inquisição, acabou por falecer em 1642 sem lograr concretizar as suas ideias.

Viria a ser o holandês Christiaan Huygens, um grande físico, geómetra e astrónomo que vivia em Haia, quem definiria o maquinismo do primeiro relógio de pêndulo, um relógio que seria construído pelo relojoeiro Salomon Coster em 1657. Saiu também do génio de Huygens o sistema espiral ou “cabelo”, um sistema que libertava o relógio da observância duma posição fixa. O fabrico de relógios de pêndulo ainda existe e o “cabelo” continua incluído nos seus mecanismos.

## O CRONÓMETRO DE MARINHA DE HARRISON

O grande problema que era sentido no Séc. XVIII era o da determinação da longitude, necessária para a boa utilização das rotas marítimas. Por assim ser, os mais poderosos estados atlânticos tinham instituído avultados prémios de modo a incentivarem o aparecimento de sensíveis melhorias nos relógios, aumentando-lhes a precisão.

O Parlamento inglês, por exemplo, criara um prémio de 20.000 libras esterlinas para o relógio tão preciso que resolvesse o “problema das longitudes”, definindo a longitude com um erro inferior a um grau passadas seis semanas de viagem.

O relojoeiro John Harrison concebeu então um cronómetro que resolveu de largo o problema e os cronómetros de marinha tornaram-se nos mais rigorosos de que até essa altura se dispunha.

## O ESCAPE DE ÂNCORA DE MUDGE

Estamos ainda no Séc. XVIII e, embora seja o oscilador o órgão que mede o tempo, é o escape que mantém o relógio em funcionamento. Foi Theodore Mudge quem inventou o escape de âncora, para o que usou componentes de rubi. O escape consome, em média,  $\frac{2}{3}$  da energia produzida pela corda.. A outra terça parte distribui-se pelo resto do mecanismo. Pedra preciosa e de desgaste mais difícil que o metal, o rubi serve para os contactos entre as várias peças do mecanismo. Quantos mais rubis certo modelo de relógio tiver, mais preciso ele será, mas mais caro também. Nos actuais relógios, aquilo que continuamos a designar por “rubi” não passa de “corundum”, um mineral sintético muito mais barato que o rubi natural e com as mesmas propriedades que ele.

(continua na próxima edição)



# Dicas Históricas do Rotary

## OS NÚCLEOS ROTARY DE DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO



São um programa de prestação de serviços do Rotary (NRDC) que foi lançado em 1986 pelo então Presidente do R.I., M.A.T. Caparas, das Filipinas. Este programa tem por finalidade melhorar a qualidade de vida nas diversas comunidades existentes em todo o mundo.

Partiu da premissa de que, em regra, existe uma abundância de mão de obra disponível em determinada área, mas poucas maneiras de mobilizar esta força de trabalho para a execução de projectos comunitários.

Os NRDCs são constituídos por pessoas não-Rotárias e são financiados pelos Rotary Clubes. Visam ajudar as respectivas comunidades pela realização de projectos de prestação de serviços. Os Rotários fornecem ao NRDC da sua comunidade a experiência profissional, orientação, incentivo, estrutura organizativa e algum do material que seja preciso. Por isso, os NRDCs oferecem aos Rotários uma nova maneira de prover ajudas nas áreas com necessidades.

## OS VOLUNTÁRIOS DO ROTARY

São pessoas que prestam serviços, sobretudo na área da saúde, em clínicas situadas em zonas remotas, em campos de refugiados, em hospitais de campanha, em aldeias primitivas e até nas suas próprias comunidades. Muitos dos voluntários são profissionais da área da administração, do desenvolvimento comunitário, da educação, da produção de alimentos, da saúde pública e do saneamento básico.

O programa “Voluntários do Rotary” faz parte da Avenida dos Serviços Profissionais no âmbito do Clube, do Distrito ou até no âmbito internacional. Sejam Rotários, sejam não-Rotários que queiram servir como voluntários têm de se inscrever na Sede mundial do Rotary International, numa das três listas seguintes: a “International Volunteers List”, a “Rotary Volunteers International Site List” ou a “Rotary Volunteers Resource List”. Através da sua inscrição numa destas listas, o respectivo coordenador tratará de encontrar projecto adequado e tomará as necessárias providências para a inclusão do candidato.

A Fundação Rotária do R.I. fornece os fundos necessários para a cobertura dos custos de transportes aéreos e uma modesta ajuda de custo para o Voluntário que seja Rotário, Rotaractista ou ex-participante em programa da Fundação que tenham recebido convite de um Rotary Clube do país anfitrião. O Voluntário não recebe nenhuns honorários pelos serviços que prestar. Os Voluntários do Rotary já puseram os seus conhecimentos ao serviço de inúmeros projectos de prestação de serviços de todo o mundo.



# Marcas Comerciais

## "Pepsi"



O norte-americano Caleb Bradham, que era farmacêutico em New Bern, Carolina do Norte, em 1898, criou um refrigerante que foi designado por "Brad's Drink". Segundo ele próprio, era uma bebida revigorante, rejuvenescedora e que ajudava a digestão. O novo nome que veio a dar-lhe - "Pepsi-Cola" - foi tirado de um dos seus principais ingredientes (pepsina e nozes de cola). A bebida foi usada pela primeira vez em 28 de Agosto, mas Bradham só conseguiu registar a marca em 1902.

## "Pizza Hut"



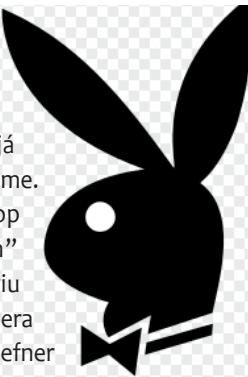
Esta cadeia americana foi criada pelos irmãos Dan e Frank Carney, no Kansas (EUA), em 1958. A primeira loja fazia lembrar uma cabana - em inglês, "hut". Grande parte dos restaurantes segue o padrão do telhado vermelho, o símbolo da empresa que faz lembrar a cabana dos velhos tempos. A "Pepsi" veio a comprar esta cadeia em 1978.

## "Playboy"

Em 1953, quando tinha 27 anos, o norte-americano Hugh Hefner era director de circulação da revista "Children's Activities". Acreditava que havia mercado para uma revista de jovens adultos, mas as publicações masculinas mostravam-se dedicadas a caça, armas, carros, etc., e ignoravam os assuntos que mais diziam respeito aos homens: as mulheres.

Por apenas 500 dólares, Hefner comprou os direitos de fotos que Marilyn Monroe tinha tirado para ilustração de um calendário no início de carreira, reuniu dinheiro com a ajuda de amigos e de parentes e criou uma revista. O nome que lhe deu foi "Stag Party" ("farra" em português) e o símbolo um veado a fumar e à espera de uma companhia feminina.

Na véspera do lançamento, porém, Hefner descobriu que já havia uma publicação com tal nome. Pensou em arranjar outro - "Top Hat", "Bachelor", "Gentlemen" - até que um amigo lhe sugeriu "Playboy", que era o nome que tivera uma fábrica de carros que falira. Hefner concordou e encomendou ao desenhista Arthur Paul uma nova mascote. Este adoptou o coelho e é hoje uma marca mundialmente conhecida. Em Outubro de 1953, dos 69.500 exemplares do primeiro número da revista venderam-se bastante mais de 55.000.



## PLAYBOY

## "Playmobil"



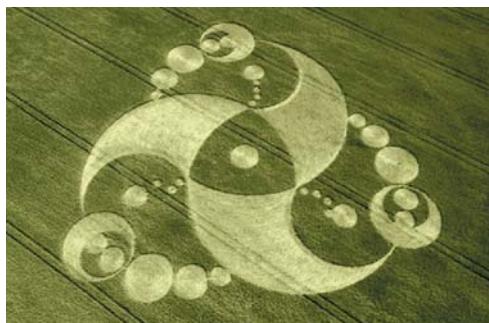
Hans Beck, que era o Chefe de criação da Geobra-Brandstatter, da Alemanha, recebeu em 1970 a missão de criar um brinquedo totalmente inovador. Após 4 anos de investigação, apresentou os pequenos personagens da família "Playmobil", produzidos num plástico bastante resistente, que transformaram a empresa no maior fabricante de brinquedos do País.



Giovanni G. Marello

# Curiosidades

## OS AGROGLIFOS



**O**s “agroglifos”, também chamados “círculos das colheitas”, têm feito as suas aparições no Canadá, nos Estados Unidos, na Holanda, na França, na Inglaterra, no Brasil e no México. Nestes países as culturas de cereais têm sido alvo deste estranho fenómeno que forma nelas desenhos geométricos, sempre de noite. As figuras são perfeitamente simétricas, regulares e complexas. O tamanho dos “agroglifos”, que são vulgarmente em círculo, pode variar desde algumas dezenas de metros até mais de cem.

Os autores destas incríveis esculturas operam no verão e no período em que as searas estão mais altas, sempre antes da colheita. A Inglaterra parece ser o país que detém o maior número de “agroglifos”, quase sempre na sua região sul, onde se encontram os templos de Avebury e de Stonehenge. Este fenómeno, hoje mais divulgado, já acontece desde há muito tempo e existem mesmo documentos que relatam um caso já no Séc. XVII, em 22 de Agosto de 1678, nele se dizendo que teria sido praticado por extraterrestres.

Notou-se um aumento do aparecimento de “agroglifos” após a II Grande Guerra. As observações efectuadas perto do local onde esteja o “agroglifo” deixam perplexos os técnicos pois: as hastes dos cereais não são quebradas, mas torcidas em espiral e dobradas em 90° a partir do seu primeiro nó; no terreno, não fica nenhuma marca que pudesse ser deixada por máquinas ou por outros instrumentos conhecidos; os desenhos, mesmo os mais complicados, são executados durante a noite, em poucas horas e com uma precisão incrível, deixando as hastes dos cereais orientadas sempre no sentido contrário aos ponteiros do relógio.

Algumas testemunhas referiram que viram uma luz intensa, de breve duração, no local onde apareceu um desses desenhos. Qualquer tentativa de explicar esses desenhos como sendo obra dos humanos nunca conseguiu ter argumentos válidos ou realistas. A opinião geral é sempre a de que se tratará de fenómeno extraterrestre.

As plantas dos cereais onde foi feito um “agroglifo” ficam modificadas e desidratadas devido ao aumento brutal da temperatura. Foram encontrados cadáveres de animais ressequidos e reduzidos (por exemplo, um porco-espinho de 30 cms. reduzido a apenas 6). Houve pessoas que se sentiram mal nas proximidades do fenómeno, provavelmente como causa de um forte campo magnético. Alguns pesquisadores encontraram no local micro-esferas de ferro e observaram que o ar se mostrava especialmente ionizado nas cercanias.

Em 1989, o meteorologista inglês George Terence Meaden sugeriu que os “agroglifos” resultariam da vibração de um som especial. Outra teoria admite o uso de armas militares com micro-ondas, mas não são conhecidas técnicas tão avançadas e seguramente que tais equipamentos ainda não existiam há mais de 300 anos. Paul La Violette admite que só a intervenção de discos voadores faz sentido, revelando a presença de isótopos radioactivos na área.

Os “agroglifos”, esses misteriosos trabalhos de figuras enormes e intensamente complicados nos seus desenhos, serão as mensagens de alguém que quer comunicar com o nosso Planeta?





# 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.

**51**

Eu sou um rico tecido,  
sou bom fruto p’ra comer.  
Além disso sou cidade.  
Saberão quem venho a ser?

**52**

Por não me pesar não pesa,  
se me pesares já não pesaria,  
pois por ela não pesar  
tenho pezar cada dia...

**53**

Sou metal precioso e todos me querem ter.  
Mas mudai-me o a em o  
e sirvo para comer.

**54**

Às vezes está cheiinha,  
noutras vezes nem metade.  
Em geral surge à noitinha.  
Que será?

**55**

Eu sou um fruto pequeno.  
Mas, lendo-me ao contrário,  
já sirvo para cheirar.

**56**

Que é, que é,  
que passa na água  
e não molha o pé.

**57**

Na mata se cria,  
e na mata se corta  
e ninguém o deseja ver  
junto da sua porta..

**58**

É pequenino como uma abelha.  
Enche a casa até à telha...

**59**

**Vermelho na ponta,**  
castanho por dentro  
e branco por fora.

**60**

Qual é a coisa, qual é ela  
que tem asas e não voa,  
e tem boca mas não fala?



# BOAS NOTÍCIAS

## EM PORTUGUÊS

### MEDALHAS COMO NUNCA!



Nos campeonatos europeus que se realizaram em Baku, no Azerbaijão, os atletas portugueses conquistaram nada menos que dez medalhas, sendo delas Medalhas de Ouro – a equipa de ténis de mesa constituída por João Geraldo, Marcos Freitas e Tiago Apolónia, Rui Bragança em “taekwondo” (-58 kg.) e Telma Monteiro (judo). Nas Medalhas de Prata destaram-se João Silva, no triatlo, João Costa, no tiro, e Fernando Pimenta, em k1 1.000 e 5.000 ms.

### A GALÁXIA “CR7”



Uma equipa internacional de astrónomos dirigida pelo astrónomo português Dr. David Sobral, descobriu a maior galáxia jamais encontrada até hoje. Com idade estimada de 800 milhões de anos, esta galáxia fica situada numa zona da abóbada celeste denominada “Cosmos” e foi baptizada por David Sobral com o nome de “CR7”, numa homenagem a Cristiano Ronaldo. A galáxia “CR7” é, de longe, mais brilhante que qualquer outra até agora conhecida no grupo das galáxias dos primórdios do Universo e de sinais das primeiras estrelas a formarem-se. A “CR7” é três vezes mais brilhante que a galáxia que, até agora, era tida como a mais brilhante, a galáxia “Himiko”, outra que vem dos primórdios do Universo. É cerca de um trilião de vezes mais luminosa que o Sol.

### PRÉMIO “NELSON MANDELA”



O ex-Presidente da República, Dr. Jorge Sampaio, foi distinguido com a primeira edição do Prémio “Nelson Mandela” em reconhecimento dos seus aturados esforços para a construção da paz e da concórdia mundiais. Também foi atribuído este honroso Prémio a uma médica oftalmologista do Paquistão.

### GOLFE



Ricardo Melo Gouveia, “golfista”, foi o brilhante vencedor do “Open” da Alemanha do “Challenge Tour”, prova que terminou com 269 pancadas, ou seja com 15 abaixo do par. É a segunda vez que Ricardo Gouveia se sagra vencedor nas provas da II Divisão Europeia, pois já ganhou, em 2014, o “Open” de Roma.

# Frases Que Marcaram



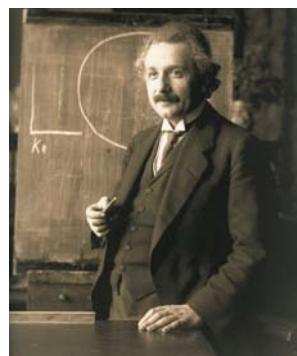
*“Na juventude, estudava por ostentação, depois, um pouco, para me tornar sensato, agora, para me divertir; nunca pelo dinheiro.”*

**Michel de Montaigne**  
(1533-1592)



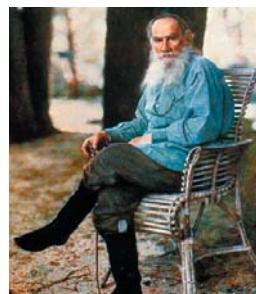
*“Ou vivemos todos juntos como irmãos, ou morremos todos juntos como idiotas.”*

**Martin Luther King**  
(1929-1968)



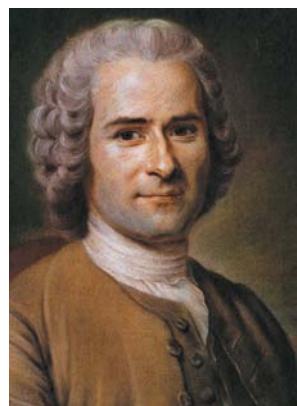
*“O ensino deve ser de modo a fazer sentir aos alunos que aquilo que se lhes ensina é uma dádiva e não uma amarga obrigação.”*

**Albert Einstein**  
(1879-1955)



*“Não existe grandeza onde não há simplicidade, bondade e verdade.”*

**Leon Tolstoi**  
(1828-1910)



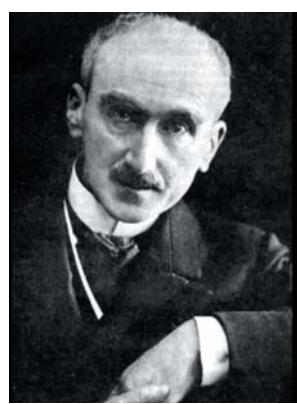
*“O dinheiro que temos é o instrumento da liberdade; aquele de que andamos atrás é o da servidão.”*

**Jean-Jacques Rousseau**  
(1712-1778)



*“A desvantagem do capitalismo é a desigual distribuição das riquezas; a vantagem do socialismo é a igual distribuição das misérias.”*

**Winston Churchill**  
(1874-1965)



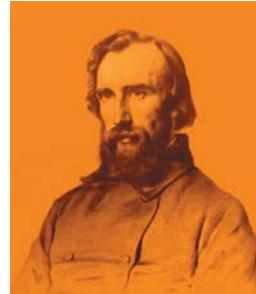
*“A vida é um caminho de sombras e luzes. O importante é que se saiba vitalizar as sombras e aproveitar as luzes.”*

**Henri Bergson**  
(1859-1941)



*“O mercado surgiu com o nascimento da civilização e não é uma invenção do capitalismo. Se ele conduz à melhoria do bem-estar do povo, não há contradição com o socialismo.”*

**Mikhail Gorbachov**  
(1931-?)



*“A inconstância deita tudo a perder, na medida em que não deixa germinar nenhuma semente.”*

**Henri Frédéric Amiel**  
(1821-1881)



# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



NOTA – Foi Presidente do R.I. em 1972-73. Foi membro do Rotary Club de Birmingham, Alabama (EUA), com a classificação de “Fotografia - Gravação”.

Quando fui Presidente do Rotary International, o lema desse ano foi “Examinemos”. Que foi que eu pretendi com esse lema? Tive a intenção de provocar um exrenovado em cada ano sobre o nosso envolvimento pessoal nas quatro Avenidas de Serviço. Pmim, cada Avenida oferece oportunidades claras aos Rotários para que ofereçam uma sempre maior contribuição em favor das comunidades nas quais estão inseridos.

O SERVIÇO NO CLUBE – dá a cada um dos seus membros o ensejo de fruir do companheirismo de modo a cada um lograr ir até ao máximo patamar que possa fazendo parte integrante do Clube e aceitar assumir responsabilidades sem limitações.

O SERVIÇO PROFISSIONAL – sejamos homens de negócios ou profissionais, engenheiro ou médico, sempre temos a oportunidade de fazer o que está certo – sem nunca deixar de liderar – dentro da vocação de cada um. Esta Avenida pode muito bem ser a voz da sua consciência.

O SERVIÇO À COMUNIDADE – cada um de nós pode trabalhar nesta Avenida de Serviço, pois que ela significa simplesmente fazer tudo o que possamos fazer para a melhoria das nossas comunidades de modo a torná-las mais felizes e mais saudáveis. Em que outro lugar, pois, poderíamos encontrar maiores oportunidades de servir para os Rotários?

SERVIÇO INTERNACIONAL – você pode viajar para o estrangeiro e conhecer outras gentes e de diferentes culturas, mas ao mesmo tempo deveremos ser bem educados e ajudar os nossos anfitriões, apreciar o País e falar do nosso mas sempre sem ter a pretensão de sugerir que este goze de maior valor que aquele. Exemplo disto é a chusma de oportunidades que a Fundação Rotária proporciona para o desenvolvimento dos jovens através das Bolsas de Estudo. Se mais hipóteses não houvesse, quando a gente vai para fora isso aumenta a nossa frequência do Rotary, o que a cada um mais valoriza enquanto Rotário, ano após ano.

Fazer parte de qualquer das Avenidas de Serviço torná-lo-á, seguramente, um melhor contribuinte para o nosso Movimento em todo o mundo.

EXAMINEMOS NOVAMENTE!

Roy D. Hickman

58 – A luz; 59 – O cigarro; 60 – A cesta.

Soluções de “Um Teste à sua Argúcia”: 51 – Damasco; 52 – cartaria; 53 – prata; 54 – lua; 55 – amora; 56 – vento; 57 – caixaço;



# Conheça os seus Maiores

## VITORINO NEMÉSIO MENDES PINHEIRO DA SILVA

Conhecido apenas por Vitorino Nemésio, nasceu na Praia da Vitória, Ilha Terceira (Açores), em 19 de Dezembro de 1901. Foi um excelente professor e escritor que deixou valiosos trabalhos sobretudo em filologia, literatura e história. Entre outras obras, escreveu “Paço do Milhafre”, “Relações Francesas do Romantismo Português”, “Mau Tempo no Canal”, “A Mocidade de Alexandre Herculano” e “Exilados”. Faleceu em Lisboa em 20 de Fevereiro de 1978.



## FILIPE DE BRITO NICOTE

Foi um grande viajante e aventureiro nascido em 1550 e morto em 1613. Era sobrinho de João Nicot e afirmou-se no extremo-oriente chegando mesmo a ser proclamado rei, o Rei do Pegu.



## ANTÓNIO NOBRE

Um grande poeta que nasceu em 1867 e veio a finar-se em 1900. Das obras que escreveu são de destacar “Só” e “Despedidas”.



## MANUEL DA NÓBREGA

Missionário jesuíta que nasceu em 1517 e faleceu em 1570. A sua acção evidenciou-se no Brasil. Escreveu obras de muito relevante interesse como “Informações das Terras do Brasil” além de muitas Cartas para a sua Ordem.



## D. ANTÓNIO DE NORONHA

Viveu no Séc. XVI e exerceu o alto cargo de Vice-Rei da Índia. Ficaram célebres os êxitos que alcançou em Ceilão e em Cananor.



## D. SEBASTIÃO DE MATOS DE NORONHA

Nasceu em 1586 e faleceu em 1642. Foi Arcebispo de Braga e chefou a conspiração contra D. João IV que teve lugar em 1641. Escapando aos suplícios a que foram sujeitos os seus sequazes, devido à sua alta colocação hierárquica na Igreja, foi, no entanto, encarcerado no Forte de São Julião da Barra até ao fim dos seus dias.

# CULINÁRIA INTERNACIONAL

Mestre Saborini cruzou o Atlântico e viajou para o Brasil.

## BRASIL



### Coroa de arroz com mariscos

**Ingredientes:** 300 grs. de arroz  
500 grs. de ameijoa  
1 kg. de mexilhões  
500 grs. de camarões escuros



1 colher de sopa de azeite  
2 cebolas grandes  
1 kg. de tomate  
1 dente de alho  
1 ramo de salsa  
1 pé de aipo  
1 folha de louro  
1 limão  
1 dl. de vinho branco  
Molho inglês, sal e pimenta

**Preparação:** abra as ameijoa e os mexilhões, já lavados, sobre lume muito forte e regados com o vinho branco. Retire-os das conchas e coe o sumo que deitam por um pano fino. Coza os camarões e descasque-os. Pique as cebolas e o alho e leve ao lume para alourar brandamente com a margarina e o azeite. Junte os tomates cortados em bocados, sem a pele nem graínhas. Depois, polvilhe com a farinha e regue tudo com a água de cozer os camarões e o suco das ameijoa. Junte um ramo de salsa, o aipo e o louro. Tempere com sal e pimenta. Tape o tacho e deixe a cozer em lume brando (15 minutos). Adicione os mariscos e uma colher de chá de molho inglês. Retire a salsa, o aipo e o louro. Coza 300 grs. de arroz à crio-ula e enforme-o numa forma de savarim. Leve ao forno por 5 minutos. Desenforme para um prato redondo e, no meio, coloque o guisado de mariscos. Polvilhe este com salsa picada e coloque os lagostins à volta do arroz.

6 lagostins  
2 colheres de sopa de manteiga ou margarina  
1 colher de sopa de azeite  
farinha

### Gelado de iogurte com café



**Ingredientes:** 1 boião de iogurte dos grandes  
1 colher de sopa de café solúvel  
1 colher de sopa de natas  
125 grs. de açúcar  
Línguas-de-gato

**Preparação:** bata o iogurte com a vara de arames até obter um creme liso e untuoso. Junte o café, as natas e o açúcar, batendo sempre sem parar. Distribui-se a mistura assim obtida por copos grandes, que se põem a gelar. Sirva acompanhado com línguas-de-gato.

### Cocada branca



**Ingredientes:** 750 grs. de açúcar pilé  
200 grs. de coco ralado  
1 dl. de leite  
Canela em pó

**Preparação:** leve ao lume o açúcar com um terço do seu peso em água. Limpe de impurezas e deixe-o ferver até fazer ponto-de-pérola. Junte o coco ralado e deixe ferver até se ver o fundo do tacho ao passar com uma colher de pau. Retire o doce do lume e junte-lhe o leite e leve de novo ao lume só para levantar fervura. Sirva em taças ou em travessas polvilhadas com canela em pó.

Uma gostosura!!!





## 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>)