

Rotary

Club de Vila Nova de Gaia



nº 493 | boletim mensal ano XLI abril de 2024



SAIMÓVEIS

SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados
na Compra e Venda de:

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

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

Farmácia Portela

ABERTO 24 HORAS

Homeopatia
Fitoterapia
Ortopedia
Podologia
Equipamentos para geriatria e deficientes

Rua Marquês Sá da Bandeira, 238
4400-217 Vila Nova de Gaia
Telefone: 223 750 719 • Fax 223 744 106



disponibilizamos-lhe um
serviço personalizado

Almeida & Xavier, Lda.

Saniax

PME lider

Inovação em
ambientes
cerâmicos



Decoração de
Salas de Banho

Stand de Vendas: Rua Soares dos Reis, 82
Armazém: Rua da Rasa, 89 - 4400-271 Vila Nova de Gaia

Telf.: 223 745 922 | Fax: 223 745 929
geral@saniatx.pt



Membro n.º 12 028 do Rotary International
Admitido em 13 de Janeiro de 1973, então no Distrito 176 – ac-
tualmente Distrito 1970

Pessoa colectiva n.º 501 765 751
Reúne às Quintas-feiras no HOTEL HOLIDAY INN PORTO--GAIA

Rua Diogo de Macedo, 220, 4400-107 Vila Nova de Gaia Tel.: 22
374 7500: Fax 22 374 7576

Associação Pro-Boletim do Rotary Club de Vila Nova de Gaia
Pessoa colectiva n.º 503 231 053

SECRETÁRIO EXECUTIVO DIRECTOR – Américo Camarinha
CONSELHO DIRECTOR
PRESIDENTE – Artur Lopes Cardoso
PRESIDENTE ELEITA – Filomena Aguiar
VICE PRESIDENTE – Inês Ferraz
1º SECRETÁRIO – Fátima Passos
2º SECRETÁRIO – Alexandra Fontes Pinto
1º TESOUREIRO – Maria do Céu Gonçalves
2º TESOUREIRO – Justa Castro
1º PROTOCOLO – Jorge Silveira
2º PROTOCOLO – Marília Raro

COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE
PRESIDENTE – Bartolomeu Pereira
PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Artur Lopes Cardoso, Filomena
Aguiar
"WEBSITE" e Estratégias "WEB" – Henrique Lopes Cardoso,
Alexandra Fontes Pinto
EVENTOS SOCIAIS – Ana Maria Cunha, Rogério Cardoso
MANHÃS CULTURAIS – Artur Lopes Cardoso, Fátima Passos

COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL
PRESIDENTE – Rogério Cardoso
ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS – Ângelo Sá, Ana Maria
Cunha, Inês Ferraz
RETENÇÃO DE SÓCIOS – Manuel Júlio Santos, Ângelo Sá
FORMAÇÃO/INFORMAÇÃO – Artur Lopes Cardoso, Inês Ferraz

**COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM PRESI-
DENTE** – Raquel Lima
RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL – Henrique
Lopes Cardoso
BOLETIM DO CLUBE – Artur Lopes Cardoso, Fátima Passos
PUBLICIDADE & MARKETING – Jaime Poças, António Meira

COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS
PRESIDENTE – Maria de Fátima Meira
SERVIÇOS À COMUNIDADE – António Meira, Filomena Aguiar
SERVIÇOS PROFISSIONAIS – Francisca Neves, Mónica Gonçal-
ves, João Camarinha
SERVIÇOS À JUVENTUDE – Marília Raro, "Mizi" Reis, Marco
Gomes
SERVIÇOS INTERNACIONAIS – Rogério Cardoso, Manuel
Júlio Santos
ALDEIA SOS – Américo Camarinha, Ana Maria Cunha

COMISSÃO DE THE ROTARY FOUNDATION
PRESIDENTE – Mercês Ferreira
DOAÇÕES ANUAIS – Francisca Neves, Jaime Poças, Artur
Lopes Cardoso
SUBSÍDIOS – Manuel Júlio Santos

DELEGADOS REVISTA "PORTUGAL ROTÁRIO" – Alexandra
Fontes Pinto

BOLETIM MENSAL | ANO XLI • N.º 493 | ABRIL DE 2024

A "NOVITCHOKCRACIA"

Claro que o amigo leitor jamais terá ouvido pronunciar o vocábulo que dá título a esta reflexão. Inventei este neologismo apenas aplicável a esse desmesurado país euro-asiático que dá pela designação de Rússia. Faço-o após ter sido conhecido o assassinato de Alexei Navalny, que a ninguém efectivamente surpreendeu: na ditadura russa, a actual "putiniana", como em todas as anteriores deste país sem emenda, tem sido assim sempre. Ali nada se discute. Elimina-se a discordância perante o déspota, e ponto final.

Para mais se não ter de recuar no tempo, lembremos apenas a época imediatamente precedente à consabida "revolução bolchevique", tempos da czarina Alexandra Feodorovna (aliás, neta da britânica Rainha Vitória – 1872-1918). Por essa altura era muito influente na Corte o célebre monge Grigori Yefimovich Rasputin (1869-1916) que, por assim dizer, dominava a vontade dela, a dita czarina, fragilizada pela circunstância de seu filho, putativo herdeiro do trono, padecer de hemofilia.

Rasputin tornou-se num "todo-poderoso" e claro, também foi envenenado (mas o veneno não o matou). Poderá não ter sido do agora "privilegiado" Novitchok, mas, portanto, a tradição do uso de venenos para, ao invés de discutir ideias ou de defender direitos humanos, eliminar fisicamente quem se oponha ao "diktat" reinante.

Julgo que terá sido em tempo do advento da "Perestroika" levada a cabo por Mikhail Sergeevitch Gorbachov (1931-2022), aliás distinguido com o Prémio Nobel da Paz em 1990, que, perante a então mudança de regime na então URSS, o *Rotary International* se decidiu por fomentar a implantação de clubes rotários em tais paragens, acreditando, pois, que havia ali, ao menos, e finalmente, laivos de alguma democrati-
cidade e vislumbres de respeito pelos direitos fundamentais da pessoa. Foram, pois, organizados alguns Rotary Clubes na Rússia nessa altura.

Será que, no presente e em face do que está patente, e patente sob os mais diversos ângulos, ainda faria o mesmo? Será que ainda estão a funcionar, e como devido, Rotary Clubes ali? Confesso que não sei e tenho sérias dúvidas quanto a isso.

De todo o modo, fica o exemplo heróico de Navalny, mesmo assim personalidade não de todo isento de alguma controvérsia. Teve toda a possibilidade de sobreviver após ter sido tratado na Alemanha, mas optou por retornar a "casa". Já sabia, por certo, ao que ia: imolou-se e assim reavivou a luta pelos direitos humanos fundamentais. Um ruído-
so exemplo!

ALC

Capa: A V Gala da Música (veja nas págs. 10 e seguintes).

■ PROGRAMA PARA O MÊS ■ DE MAIO

DIA 2

REUNIÃO N.º. 2527 21,30 horas – Café com Cônjuges.
~ À conversa com a Sr.ª. Dr.ª.
Ana Mesquita sobre TRABALHAR JUNTO DO PARLAMENTO EUROPEU.

DIA 9

REUNIÃO N.º. 2528 21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.

DIA 16

REUNIÃO N.º. 2529 20,30 horas – Jantar com Cônjuges e Convidados.
Palestra pelo Comp.º. Henrique Lopes Cardoso sobre INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL GENERATIVA.

DIA 23

REUNIÃO N.º. 2530 21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.

DIA 30

Cancelada por ser Feriado Nacional - "Festa do Corpo de Deus".

DIA 4 - EXTRA

Por iniciativa da "CASA DA AMIZADE"
"FEIJOADA À BRASILEIRA"
12,30 horas – em casa do casal Ana/Ângelo Sá
(Rua de Santa Rita, 126, V. N. de Gaia).
Entidade beneficiária: a IPSS "Atreve-te a Ajudar".

EM FESTA

■ NO NOSSO DISTRITO ■

Os Rotary Clubes de Mirandela e de Viseu, no **dia 8**; o Rotary Club de Paredes, no **dia 10**; o Rotary Club de Gaia-Sul, no **dia 11**; o Rotary Club de Trancoso, no **dia 14**; o E-Club Distrito 1970, no **dia 19**; o Rotary Club de Coimbra-Olivais, no **dia 23**; o Rotary Club de Póvoa de Varzim, no **dia 25**; o Rotary Club de Caldas das Taipas, no **dia 27**; o Rotary Club de Marco de Canavezes, no **dia 28**; os Rotary Clubes de Bragança, Montemor-o-Velho e de Valpaços, no **dia 30**; e o Rotary Club de Castelo de Paiva, no **dia 31**.

Vai um apertado abraço de felicitações para os nossos Companheiros

■ COMPANHEIRISMO ■

Em Maio vão assinalar festivamente aniversários:

COMPANHEIROS EM FESTA

NATALÍCIOS

No dia 3 – Maria Mercês Duarte Ramos Ferreira

No dia 6 – Dr.ª. Rosa Celeste Barros da Silva Meira

No dia 17 – João Miguel Pinto Camarinha

No dia 19 – Maria de Fátima Queiroz da Cunha
Passos da Costa

DE CASAMENTO

No dia 15 – Luís Jorge Moreira Pinto Silveira

Dr.ª. Teresa Patrícia Gomes Regadas
Silveira

No dia 23 – Ana Maria Ferreira da Costa de Azevedo
Cunha

Dr. Daniel Carmino de Azevedo
Cunha

ÍNDICE

A "Novitchokcracia"	1
Programa para o mês de Maio	2
Companheirismo	2
Página do Presidente	3
Outras Páscoas	4
Secretaria	5
Protecção do Ambiente	6
Um pouco de Etimologia	7
Rotários assim disseram	8
Noticiário Rotário	9
A V Gala da Música	10
Saiba quem foi	14
Momentos Históricos do Rotary	15
Factos e Feitos da nossa História	16
Boas Notícias em Português	17
Frases que marcaram.....	18
Conheça os seus Maiores	19
Culinária Internacional	20

■ PÁGINA DO PRESIDENTE ■



Artur Lopes Cardoso

Presidente 2023-24

Caríssimos Companheiros(as).

O nosso ambiente é a matéria que, essencialmente, o Rotary nos coloca em foco em Abril.

Trata-se de assunto cuja importância o leva aos píncaros de tudo quanto nos deve realmente preocupar, certo que o que está em causa é o nosso “habitat” e, por muito que a exploração do Espaço já tenha feito portentosos progressos que já nos colocaram no limiar do conhecimento da possível existência doutras galáxias, porventura outros ambientes susceptíveis de vida, certezas quanto a isto ainda se quedam na esfera do hipotético.

Para já (às tantas ainda por muitos e bons, se não assim se mantiverem as coisas), os humanos dispõem apenas do Planeta Terra como “casa comum”. Devemos, pois, ser prudentes e zelá-la, quanto mais não seja para se evitar a estultícia estouvada de se ... trocar o certo pelo duvidoso.

Curiosamente (ou não...) desde que, íamos no ano rotário de 1955-56, começaram os nossos Presidentes a, em cada ano, proporem um tema norteador das actividades rotárias (uma prática que irá acabar no ano que vem), só muito raramente esse tema aflorou a defesa do meio-ambiente. Percorra-se, com efeito, o vasto período de cerca de 70 anos no qual assim se fazia, e verificar-se-á que em termos de alusão explícita ou talvez implícita, terá sido o Presidente A. Z. Baker, Rotário norte-americano, ademais o primeiro a definir um tema, a formular: “Desenvolvamos os nossos Recursos”. A roçar o assunto, viemos a deparar-nos, mas só em 1996-97 (ou seja cerca de quarenta anos mais tarde) vem o Presidente Luís V. Giay, argentino, vem um tema assim redigido - “Construa o Futuro com Acção e Visão” - o que pode tocar no problema, mas apenas “tocar”. E, em boa verdade, mais se não encontra.

Com uma deriva, porém. Falo do ano de 1990-91, da presidência do brasileiro Paulo Viriato Corrêa da Costa, que definira o tema “Valorize o Rotary com Fé e Entusiasmo”. Dá ideia de que, já em funções, se terá lembrado do problema do meio-ambiente e quis recuperá-lo: lançou o Programa “Preserve o Planeta Terra”, assim mesmo: de maneira absolutamente clara.

A preocupação com a defesa do nosso ambiente é, no entanto, de importância essencial. O nosso dever colectivo passa iniludível e por aí e deve ocupar a linha de preocupações de todos e de todas as idades. Jovens incluídos.

ALC

■ OUTRAS PÁSCOAS ■

Estamos na época própria e já aqui fizemos referências a celebrações da Páscoa como acontecem em várias partes do nosso mundo. Eis mais um punhado delas:

ESPANHA – uma das mais expressivas celebrações pascoais



acontece na cidade de Sevilha. Aqui, são milhares de pessoas que participam em procissões que incluem estátuas barrocas. Em Verges,

porém, Girona (Catalunha), assinala-se a Quinta-feira Santa com a *Dansa de la Mort*, numa procissão nocturna em que os fiéis se vestem como esqueletos e transportam um caixão com cinzas.

NORUEGA – neste país nórdico a Páscoa



é celebrada comumente com leitura de romances policiais, leitura que é aqui muito comum. A coisa chega ao ponto de as editoras lançarem

“policiais de Páscoa”, ordinariamente denominados por *Paaskekrimmen*!

INDONÉSIA – numa tradição bebida na época



em que andavam por aqui missionários idos de Portugal, os homens querem para si a honra de serem escolhidos para representarem a figura

de Jesus, sujeitando-se a serem amarrados a uma cruz em vários locais públicos.

BULGÁRIA – neste país a Páscoa celebra-se



com lutas de ovos. É proclamado vencedor o que saia de tal batalha com um ovo intacto. Noutra vertente,

tingem-se de vermelho os ovos de Páscoa, sendo que o primeiro ovo assim tingido simboliza saúde e boa sorte para a família. Deve ser ciosamente guardado até à Páscoa seguinte.

GUATEMALA – decorre em Antigua e são



especialmente praticadas a crucificação e a ressurreição de Jesus. Na observância duma tradição que remonta ao Séc. XVI, introduzida pelos missionários espanhóis, tem lugar uma procissão enorme com milhares de fiéis.

PORTUGAL – realizam-se procissões, enca-



nações teatrais e reflexões cristãs por todo o lado. Observa-se a “limpeza da casa” para se acolher o “Compasso”, ou seja a entrada de

Jesus Cristo no lar. Há a bênção não só da casa mas igualmente de quem nela mora. O “Compasso” é alvo de acolhimento com doces, amêndoas, licores e Vinho do Porto. No Domingo de Páscoa, ao almoço, deve haver cabrito ou borrego assado. Na Semana Santa, em Braga há procissão que inclui a imagem de Nossa Senhora transportada numa burra, e faz-se a “Procissão do Enterro do Senhor”, com os “farricocos”.



Já no Algarve, em S. Brás de Alportel, há a Procissão das Tochas Floridas, e no Alentejo (Castelo de Vide) faz-se a bênção dos borregos e dos fiéis,

com o ruído de chocalhos, guizos e sinos.



Comp.ª Fátima Passos

SECRETARIA

Março

RECUPERAÇÕES

No Rotary Club de Gaia-Sul – os Comp.ºs. Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Jorge Silveira, Justa Castro e Maria do Céu Gonçalves. No Rotary Club de Sandim – os Comp.ºs. Artur Lopes Cardoso e Jorge Silveira. Na reunião festiva de comemoração distrital do 119º aniversário do Rotary e aniversário do Rotary Club de Oliveira de Azeméis – o Comp.º. Artur Lopes Cardoso.

DERAM-NOS A HONRA E O PRAZER DAS SUAS VISITAS

a Comp.ª. Gracinha Tavares, do Rotary Club da Maia. O Comp.º. Manuel Garcia, do Rotary Club de Barcelona (Venezuela – D. 4370). Os Comp.ºs. Gov. Duarte Besteiro, com sua esposa, D. Teresa, Germano e Manuela Rocha, José e Deolinda Neves, do Rotary Club de Gaia-Sul. O Comp.º. António Gândara, do Rotary Club de Gondomar. Os Comp.ºs. Álvaro Gomes e António Castro, do Rotary Club de Ovar. O Comp.º. José Ferraz, do Rotary Club de Sever do Vouga. A Comp.ª. RTC Carolina de Almeida. O Sr. Dr. António Castro Ribeiro, nosso sócio honorário, com sua mulher, D. Virgínia. Os Exm.ºs. Srs. Luís Filipe Silva e D. Ana Maria Gonçalves, dirigentes da APP-DA-Norte. Os Exm.ºs. Srs. Valdemar Carlos Lofgren Rodrigues, sua esposa, D. Maria Clara Torres Magalhães Lima Rodrigues, e a Sr.ª. Dr.ª. Sofia Magalhães Lima Oliveira. A Sr.ª. Dr.ª. Maria do Carmo Couto. Os Exm.ºs. Srs. José, Milu e Ricardo Camarinha, com seus cônjuges

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

O nosso Boletim e o programa mensal, para todos os Companheiros e todos os Rotary Clubes do Distrito, ao Interact Club ESAS/Vila Nova de Gaia e ao Rotaract Club de Vila Nova de Gaia. Divulgação da nossa V Gala da Música por todos os Rotary Clubes do Distrito. "E-mail" para a Associação Abrigo para a Vida sobre o caso "Iara". "E-mail" para a Sr.ª. Dr.ª. Sofia Oliveira. "E-mails" de agradecimento para a ESAS e para a Academia de Música de Vilar do Paraíso pelas suas participações na V Gala da Música.

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de **Março** dos Rotary

Clubes de Algés, Amarante, Barreiro, Cascais-Estoril, Ermesinde, Esposende, Estarreja, Feira, Gaia-Sul, Lisboa, Lisboa-Benfica, Lisboa Internacional, Lisboa-Estrela, Lisboa-Lumiar, Lisboa-Norte, Lisboa-Parque das Nações, Loures, Moita, Monção, Ovar, Parede-Carcavelos, Porto, Póvoa de Lanhoso, Póvoa de Varzim, Praia da Rocha, Quinta do Conde, Setúbal, Sintra, Viana do Castelo e Vizela.

Comunicações – "E-mail" de Sr.ª. Dr.ª. Sofia Oliveira.

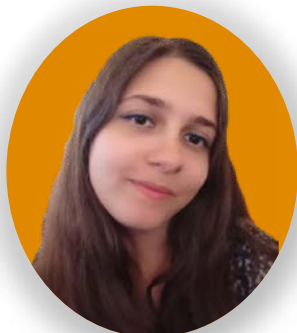
Convites – Dos Rotary Clubes de Albergaria-a-Velha, Barreiro, Cascais-Estoril, Esposende, Lisboa-Belém, Lisboa-Estrela, Lisboa-Parque das Nações, Oeiras, Olhão, Oliveira de Azeméis, Parede-Carcavelos, Porto-Douro e Sintra, para suas reuniões com palestra. Do Rotary Club de Almada, para "Serão Musical". Do Rotary Club de Albergaria-a-Velha,

para Concerto. Dos Rotary Clubes de Águas-Santas/Pedrouços, Amarante, Aveiro, Beja, Bombarral, Lagos, Lisboa-Parque das Nações, Maia, Matosinhos, Portalegre, Seia e Valongo, para reuniões de homenagem a profissional. Dos Rotary Clubes de Lisboa-Olivais e Cascais-Estoril, para a digressão "Rotary aos Templários" que organizam. Dos Rotary Clubes de Albergaria-a-Velha, Figueira da Foz, Guimarães, Peniche, Setúbal e Vila do Conde, e Rotaract Club de Santarém, para reunião festiva dos seus aniversários. Dos Rotary Clubes de Gaia-Sul, Loures, Mafra e de Sines, para as respectivas VOG. Do conjunto dos Rotary Clubes de Amarante, Bragança, Chaves, Lamego, Mirandela, Régua, Valpaços e Vila Real, e ITC e RTC de Mirandela, para a sua "Gala Solidária Transmontana". Do Rotary Club de Lisboa-Norte, para a inauguração da sua Sede. Dos Rotary Clubes de Amarante e Portela, para suas reuniões festivas de entrega de Prémios a melhores estudantes. Do Rotary Club de Lisboa-Benfica, para Caminhada pela Saúde Mental. Do Rotary Club de Oeiras, para Passeio Solidário. Do Rotary Club de Monção, para a Conferência Distrital RTC/ITC. Da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia, para Exposição e para Concerto. Programações de Pinto Lopes-Viajens e dos Auditórios Municipais.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Portugal Rotário". Cartas Mensais dos Governadores. Boletins dos Rotary Clubes de Caldas da Rainha, Ermesinde, Esposende e Fafe.

■ ÁGUA, SANEAMENTO E HIGIENE ■



Beatriz Monteiro

Rotaract Club de Vila Nova de Gaia

A degradação do ambiente é um problema com o qual o ser humano tem vindo a lidar desde o início da Revolução Industrial. A partir dela, a exploração de recursos tornou-se exponencialmente maior, conduzindo à sua escassez. As actividades humanas, tais como a produção agrícola intensiva, a queima de combustíveis fósseis, o abate de florestas e a caça e a pesca intensivas, são a principal causa da destruição de ecossistemas, extinção de espécies, poluição da água e do ar e alterações climáticas, causando um desequilíbrio no nosso Planeta. A gravidade destes problemas ambientais era desvalorizada devido à crença de que não passavam de pequenos sacrifícios pelo bem da humanidade, até, finalmente, se fazer sentir que não era bem assim.

Um ecossistema é a junção de uma comunidade de organismos com os factores ambientais a que está sujeita, estabelecendo interações entre si e com o meio onde habitam. Os ecossistemas dispõem de uma vasta gama de serviços essenciais para a sobrevivência da humanidade, entre os quais o fornecimento de alimentos e água potável, regulação do clima e qualidade do ar, prevenção de desastres naturais e riqueza cultural. Como esses serviços naturais não dependem da mão humana para o seu funcionamento, mesmo

nos dias de hoje, chegámos a dá-los como garantidos e esquecemo-nos de que são finitos.

Tendo noção da importância dos ecossistemas para a humanidade, o *Rotary International* demonstra o seu interesse em proteger o meio ambiente, contribuindo para a educação ambiental, o combate ao desperdício, a reflorestação de florestas e, ainda, a restauração de ecossistemas, destacando-se as acções de protecção do *habitat* da borboleta-monarca, um importante polinizador migratório responsável por regular a reprodução de plantas, tanto silvestres quanto agrícolas, desde o México ao Canadá, e que se encontra ameaçada de extinção devido à perda de *habitat*, ao uso de pesticidas, entre outras ameaças. O Rotary assumiu o compromisso de contribuir para a conservação desta espécie – e de outros polinizadores durante o processo – recorrendo aos esforços dos clubes e habitantes locais para a replantação de flora essencial ao seu ciclo de vida ao longo da sua rota migratória.

Todas as espécies polinizadoras são imprescindíveis para o êxito da agricultura que nos alimenta. Através destas iniciativas, o Rotary contribui para a restauração dos ecossistemas onde prosperam estas espécies, sem as quais não poderíamos sobreviver.

■ UM POUCO DE ETIMOLOGIA ■

Por certo que todos sabem que muitos dos nomes com os quais somos identificados têm uma origem e, com ela, um significado próprio do ponto de vista etimológico. O que, às tantas, nem todos sabem é a origem e o significado etimológico do seu próprio nome. Iremos, pois, dar a conhecer a cada um (na medida do possível) o que se sabe do seu nome e do seu cônjuge, seguindo a ordem pela qual estão no livrinho dos Serviços Internos de que dispomos. Veja, pois, continuando:

HENRIQUE –significa “Senhor da Pátria”. É pessoa prestável, sempre disponível para os amigos.

FÁTIMA – nome de origem árabe que significa “mulher perfeita”. Pessoa comunicativa e dotada de muita facilidade em estabelecer contactos. Adora mudanças, especialmente que a levem a conhecer outras pessoas.

CARLOS - de origem germânica, significa “homem viril”. No latim era, simplesmente, equivalente a homem. É pessoa emotiva que faz por que gostem dele e o admirem. Pragmático, optimista, dotado de elevada dose de criatividade. Normalmente é apaixonado pela justiça e bom juiz.

FRANCISCA – uns dizem que tem origem francesa, outros italiana. Quer dizer “humilde” ou “pobre”. Pessoa de carácter firme e audaz. Evidencia alguns problemas no que toca a relações sociais.

BARTOLOMEU – vem do aramaico “Bar-Talmay”. Também pode derivar do grego “Bartholomaios” ou mesmo do latim “Bartholomeus”. Significa “nascido num monte”.

ESTER – vem do hebraico e significa “estrela”.

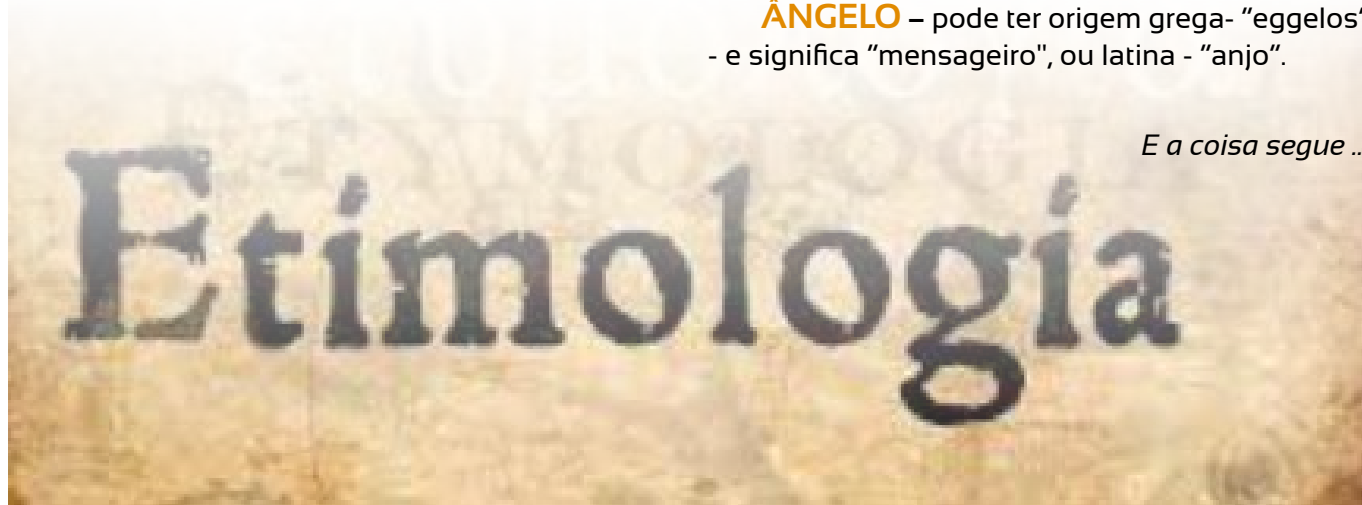
ALEXANDRA - vem do grego “alexein” e “andros” e significa “defensor do homem”. É de espírito tenaz e lutador, mesmo conspirador. Gosta de ser oposição, de ser diferente. Dada a crises existenciais, delas sai quase sempre mais forte e determinada.

JAIME – é uma variante de Jacob. De origem hebraica, significa “o que suplantou o seu irmão”.

ALCINO – é de origem grega – Alkinoos – e significa “espírito forte”.

ÂNGELO – pode ter origem grega- “eggelos” - e significa “mensageiro”, ou latina - “anjo”.

E a coisa segue ...



■ ROTÁRIOS ASSIM DISSERAM ■

1. "A Campanha (PolioPlus) tornou-se num trabalho coordenado entre os parceiros, captando quase um bilião de dólares de nações doadoras".

■ **Herbert Pigman**, Presidente da "Task Force" da Erradicação da Poliomielite 1998-2000. ■

2. "São poucas as Organizações com tantos contactos como a nossa, capazes de fazer algo assim".

■ **William Sergeant**, Presidente do Programa PolioPlus. ■

3. "É impossível ter interesse e paixão pela vacinação das crianças contra a paralisia infantil sem antes conhecer o trabalho do Rotary".

■ **Pai de Bill Gates**, em 2009. ■

4. "Nós estávamos bem próximos do seu avião quando Bill olhou para mim e disse que um seu funcionário entraria em contacto conosco".

■ **John Osterlund**, Gerente-Geral da Fundação "Bill & Melinda Gates". ■

5. "É admirável o que foi alcançado desde que o *Rotary International* se comprometeu a eliminar a polio com a queda nos casos de olio em 99,8%! O Rotary deu-nos um novo modelo do que as parcerias público-privadas são capazes e ampliou a nossa visão quanto ao nível de financiamento que os voluntários são capazes de alcançar. Mostrou-nos o que pessoas sinceras e determinadas podem alcançar, no sentido de arrecadar fundos de Governos e de envolver Chefes de Estado em questões de saúde global".

■ **Pai de Bill Gates**, em 2002. ■

6. "O Rotary inspirou o meu compromisso pessoal de me envolver na erradicação da parali-

sia infantil. O mundo não estaria onde hoje se encontra se não fosse devido ao Rotary, e não chegara aonde deve chegar sem ele".

■ **Bill Gates**, em 2008. ■

7. "Nunca vi ninguém ser negativo sobre o combate contra a polio. Talvez houvesse quem não quizesse gastar o dinheiro, mas o Rotary tem muita credibilidade perante o Congresso".

■ **James Lacy**, Presidente do R.I. 1998-99. ■

8. "Estou a fazer da erradicação da poliomielite a nossa prioridade operacional".

■ **Margaret Chan**, Directora-Geral da OMS, em 2008. ■

9. "Que prova de generosidade e de bons serviços daria o Rotary se, através do poderio financeiro da sua Fundação, ajudasse no grande trabalho de curar crianças deficientes. Não há limites para a nossa Organização quando o assunto é o voluntariado".

■ **Arch Klumph**, Presidente do R.I. 1916-17. ■

10. "Todas as pessoas no mundo querem a paz ... A paz é fácil de ser alcançada quando se está entre amigos – mas, como fazer amizades, ou pelo menos estabelecer um vínculo de confiança, quando se está entre inimigos?".

■ **Dr. Albert Sabin** (1906-1993). ■

ARTUR LOPES CARDOSO
ADVOGADO

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

■ NOTICIÁRIO DO ROTARY ■

Foi estabelecida mais uma parceria entre o *Rotary International* e a ONU, agora colocando em foco hidrovias. Insere-se no programa das Nações Unidas para o Meio Ambiente (PNUMA) e é denominada Programa de Acção Comunitária pela Água Doce.

*

Em 23 do passado mês de Fevereiro foi admitido em R.I. o Rotary Club de Cantanhede, o que voltou a colocar em 90 o número dos Clubes do nosso Distrito. Entretanto, está em progresso a formação de um Rotary Clube em Paços de Ferreira.

*

Em 8 de Março passado foi assinalado o Dia Internacional da Mulher, sendo nessa altura proclamada a vencedora do Prémio "Sylvia Whitlock". Esta acção decorreu "online".

*

O resultado líquido da "Gala dos Clubes Solidários", em boa hora organizada pelo Rotary Club de Figueira da Foz no Grande Casino Peninsular, foi de € 5.115,50 e, como fora anunciado, reverteu a favor de *The Rotary Foundation*.

*

O Rotaract Club de Vila Nova de Gaia elegeu para sua Presidente no próximo ano rotário (2024-2025) a Comp^a. RTC Jéssica Pinto.

*

Em 6 de Fevereiro do ano passado o maior sismo em um século atingiu a Turquia e a Síria, tendo provocado mais de 55.000 vítimas mortais e afec-

tado seriamente as vidas de cerca de 15 milhões de pessoas. Os Rotary Clubes da região, em reacção a este devastador desastre natural, já angariaram mais de 2 milhões de dólares e financiaram uns 60 Subsídios para aplicação em projectos de recuperação.

*

A 41ª Conferência do nosso Distrito irá decorrer em Maio próximo, ocupando os dias 10 a 12. Terá lugar nas instalações do Hotel "Hilton" (Rua Serpa Pinto, 124, em Vila Nova de Gaia. Não deixe de nela participar.

*

No passado dia 28 de Fevereiro o nosso Presidente foi entrevistado via rádio pela Rádio Metropolitana Porto na qual teve também intervenção a Assistente Social da APPDA-Norte, Dr^a. Daniela Sousa. Nessa entrevista procurou divulgar o que faz o nosso Clube e a "sua" V Gala da Música. E também muito foi dito sobre a actividade desenvolvida pela APPDA-Norte.



■ A V GALA DA MÚSICA ■

As “nossas” Galas da Música começaram a realizar-se em 2018, ou seja há uns bons seis anos, sempre graças ao “savoir-faire” do Compº. Rogério Cardoso, e à sua tenacidade, um Rotário que contou sempre com a cooperação da generalidade de muitos dos demais membros do Clube. Elas são grandes eventos de sabor musical que têm levado ao palco verdadeiros talentos e são desencadeados com sentido solidário (angariação de fundos a favor de alguma IPSS presente e actuante no nosso Concelho).

Diferentemente do que se fizera em todas as pretéritas edições da Gala, que decorreram com

jantar no Hotel “Holiday Inn”, a V Edição foi concebida para se realizar num auditório e como espectáculo musical. Realizou-se, pois, em 9 de Março, na tarde desse dia, no caso, no excelente Auditório Paroquial de Mafamude, sendo que o produto líquido alcançado reverteu a favor da APPDA-Norte.

Com o belo Auditório lisonjeiramente preenchido, a V GALA foi, com nota bem positiva, dirigida pela dupla constituída pelos Compºs. Ana Maria Cunha e José Ferraz.

Após breves palavras de acolhimento a cargo do Presidente do Clube, foram passando pelo pal-



O Presidente abriu ... as hostilidades.



A notável e imprescindível dupla dos apresentadores: os Compºs. Ana Maria Cunha e José Ferraz.



Um excelente início da GALA: actua o Grupo Musical e de Dança da ESAS, verdadeiramente electrizante.



Claro que o nosso Coro tinha de actuar, e fê-lo de maneira cativante.



Interpretando melodias suaves foi tempo da Renata Ferraz com a Luísa Lopes Cardoso...



... mas a Renata também foi solista!



O Compº. José Ferraz, além de apresentador em exercício, também foi um ótimo cantor ... a certa altura delirando nos papéis.

co o endiabrado Grupo Musical e Dança da ESAS, numa actuação ao jeito de teatro musical bem colorido e ritmado.

Seguir-se-ia a actuação do Coro do Rotary Club de Vila Nova de Gaia, dirigido pelo Maestro Guilherme Santos, que interpretou quatro melodias com reconhecido acerto, e as actuações reconhecidamente bem conseguidas, primeiro do dueto Renata Ferraz/Luísa Lopes Cardoso e depois apenas daquela, assim como as de José Fer-



Tivemos ainda voz clara da Benedita Brandão, um encantamento manifesto.

raz a solo, mas depois em dueto dele e de Benedita Brandão.

E foi chegada a pausa de intervalo, esta dedicada a convívio e fruição de um abundante e muito variado lanche colocado à disposição de toda a gente presente.

A segunda parte começou com uma intervenção curta do Vice-Presidente da Direcção da APPDA-Norte, Dr. Luís Filipe Silva, alusiva ao trabalho nela desenvolvido, dificuldades e anseios, além de palavras de agradecimento.

De seguida, foi o delicioso desempenho da Alice Cardoso Moreira, na interpretação de belas

melodias na sua voz que é sempre um encantamento ouvir.

Seguiu-se-lhe a sempre contagiante exibição da Tuna Feminina de Engenharia da Universidade do Porto, plena de energia.

E, já a finalizar, a actuação ímpar do Coro dos Actores da Academia de Música de Vilar do Paraíso, sob a direcção do Maestro Prof. André Lacerda. Cerca de quarenta jovens cantores, de ambos os sexos, interpretaram trechos musicais de maneira extraordinária.

A cada actuação, o Presidente do Clube foi fazendo entrega de um artístico Diploma de Reco-



No intervalo, um abundante e variado lanche para "tout le monde et son père".



No reatamento da GALA, o Dr. Luís Filipe Silva, Vice-Presidente da APPDA-NORTE, proferiu algumas palavras sobre a Instituição que dirige, assim como de agradecimento.



Reatando o programa da GALA, não podia (evidentemente) faltar a "performance" da Alice, e a um nível tal!...



Foi verdadeiramente contagiante a actuação da Tuna Feminina de Engenharia da Universidade do Porto.



E a V GALA DA MÚSICA terminaria com a estrondosa actuação do Coro dos Actores da Academia de Música de Vilar do Paraíso, absolutamente notável a todos os títulos!!!



O Presidente acabou por chamar ao palco o fundador da Academia, Prof. Hugo Berto Coelho, a quem agradeceu e obsequiou...



... e também teve uma especial atenção para com o Compº. Rogério Cardoso, o mentor principal de todas as "nossas" GALAS DA MÚSICA".

nhecimento e de um presente aos intervenientes, mas, após a actuação derradeira, houve por bem chamar ao palco o Prof. Hugo Berto Coelho, aliás fundador da Academia de Música de Vilar do Paraíso, e foi na pessoa dele que as ofertas foram por ele efectuadas e sob largos aplausos.

Entretanto, e discretamente, a Rádio Metropolitana Porto fez um "directo" do evento no qual o Presidente teve o ensejo de esclarecer os propósitos desta edição da Gala da Música e de colocar em destaque a acção do nosso Clube.

Seguiram-se os agradecimentos finais, dirigidos à Paróquia de Mafamude, na pessoa do seu Pároco, o Sr. Cónego Jorge Duarte, ao Supermercado "Mira-Ramos" e, muito particularmente aos dois funcionários do Auditório, José e Gonçalo, cujo trabalho nas questões relacionadas com a sonoplastia foi a todos os títulos distinto. E foi com palavras de agradecimento a quantos tinham correspondido ao convite para participação nesta V Gala da Música e atenta recomendação no sentido de exercerem o indeclinável direito de voto nas eleições que, no dia seguinte, iriam ter lugar,



Recomendando a todos o cumprimento do dever cívico de votarem no dia seguinte, o Presidente agradeceu as várias colaborações generosamente concedidas e que asseguraram o êxito, que realmente foi, a V GALA DA MÚSICA.

que o Presidente proferiu a derradeira intervenção e sob calorosos aplausos dos circunstantes.

E os resultados alcançados até que não foram de somenos...

ALC

■ SAIBA QUEM FOI... ■

Vamos evocar memórias de Rotários eminentes que já partiram mas deixaram uma dedada rotária significativa e perene.

AUGUSTO SALAZAR LEITE



Nasceu na Ilha de S. Nicolau, Cabo Verde, em 26 de Agosto de 1904 e veio a falecer a 13 de Setembro de 1986.

Esteve na fundação do Rotary Club de Lisboa e foi um Rotário de enorme prestígio. Aliás, Salazar Leite foi de enorme prestígio em todas as causas a que se dedicou, e muitas foram elas.

Especializou-se em Medicina Sanitária na Universidade de Coimbra e, mais tarde, em Medicina Tropical no Instituto de Medicina Tropical

de Lisboa. Doutorou-se em medicina e veio a ser Bolseiro do Instituto de Alta Cultura, do Instituto "Pasteur" d'Algerie, França. Foi professor catedrático de Medicina Tropical.

Activo na causa pública, foi Deputado nas IX, X e XI Legislaturas.

Indefectível "sportinguista" (fez parte de órgãos sociais do clube), exerceu ainda a Presidência da Associação Industrial Portuguesa.

Em termos rotários, Augusto Salazar Leite exerceu a presidência do Rotary Club de Lisboa e veio a ser o Governador do então Distrito Único, que tinha o n.º. 65, nos anos de 1953-54 e 1954-55.

Até hoje, foi o Rotário Português que ocupou o mais alto cargo na orgânica do *Rotary International*: foi seu Vice-Presidente. Explicando: foi eleito para o "Board" sendo à altura Presidente do R.I. o Rotário norte-americano Clifford A. Randall, ou seja no mandato deste (1958-59), com o tema "Ajude a Moldar o Futuro". No ano que se seguiu (1959-60) o Rotary teve como seu Presidente o neo-zelandês Harold T. Thomas, com o tema "Construam Pontes de Amizade", e Augusto Salazar Leite ocupou o cargo de Segundo Vice-Presidente do R.I..

Com forte probabilidade, o inesquecível Compº. Augusto Salazar Leite há-de ter sido o Rotário Português de maior projecção internacional, até porque foi chamado a desempenhar várias missões rotárias a nível mundial e em todas se houve com inexcelável zelo e pundonor.

■ APONTAMENTOS HISTÓRICOS DO ROTARY ■

Continuando, eis mais uma pequena série de factos históricos referentes ao Rotary:

1 – Na já referida Convenção de 1988, como se disse em Filadélfia, Walter Maddocks colocou um ponto final na geral ansiedade chamando o, então, ex-Director do R.I. Herbert G. Brown (seria mais tarde Presidente do R.I. em 1995-96) para que fosse ele a anunciar quanto tinha arrecadado a última região, ou seja a 44ª.

2 – Brown começou a aumentar o “suspense” apenas referindo que tal região tinha estabelecido como meta arrecadar 78.406.000 dólares, o que, aritmeticamente, não seria o suficiente para atingir os almejados 250.000.000 de dólares.

3 – Acabou, porém, por anunciar que a Região 44 ultrapassara tal meta e lograra recolher 119.186.869 dólares, o que fez com que se atingissem 219.350.449 dólares.

4 – Seguiu-se um indescritível delírio vivido pelos mais de 17.000 participantes em tal Convenção, todas as luzes da nave se acenderam, tambores rufaram e saiu impante uma banda-de-música, uma ruidosa algazarra! O Presidente Keller mostrava-se emocionado com os olhos marejados.

5 – Nesta Convenção de 1988 a OMS apresentou uma proposta no sentido de que o objectivo da Campanha já não fosse apenas “controlar” a propagação da polio, mas o de a erradicar até 2000.

6 – O Presidente “Chuk” Keller, após ouvir os Curadores da Fundação Rotária do R.I. e outros líderes rotários, anunciou publicamente o apoio do Rotary para se alcançar o extermínio da doença.

7 – Aquela verba de mais de 219 milhões de dólares (supra em 3) veio a ser superada com mais doações de última hora.

8 – Foi, depois, lançada pelo R.I. uma segunda campanha, o Programa “Parceiros PolioPlus”, em 2002-2003, com a meta estabelecida de arrecadar mais 80 milhões de dólares.

9 – O Presidente do Rotary aquando desta segunda campanha era o Rotário Tailandês Bhichai Rattakull e presidia ao Conselho de Curadores da Fundação Rotária Glen Kinross.

10 – Tal campanha teve dedicações significativas dos Curadores Luís V. Giay e James Lacy, mas ainda de Herbert Pigman, do Dr. Robert Scott, de Louis Piconi, Jack Blane e de John Osterlund.

11 – A “Task-Force” para a Imunização Internacional contra a polio foi dirigida por Herbert Pigman, que já tinha sido por duas vezes Secretário-Geral do Rotary e até já estava na situação de aposentado.

12 – Realizaram-se, por essa altura, diversas conferências globais de saúde, nas quais participavam Ministros da Saúde e representantes quer da OMS, quer do UNICEF, muitas vezes em clima de desconfiança, prometendo isto e aquilo mas sem meios de execução.

13 – Em 1993 foi criada a Comissão Internacional PolioPlus, corpo consultivo para o “Board” e TRF.

14 – Esta Comissão foi presidida por William T. Sergeant, Rotário norte-americano altamente reputado como administrador rigoroso.

■ FACTOS & FEITOS DA NOSSA HISTÓRIA ■

É indubitavelmente rica a história do nosso País. Contudo, aqui e além poderemos topar com mitos e verdades forjadas que é preciso desmontar em abono da verdade ... verdadeira...

REVOLUCIONÁRIO – ROMÂNTICO



Estava-se ainda em tempos do denominado Estado Novo e Hermínio da Palma Inácio (1922-2009) já dava que fazer às autoridades. Era mecânico da Aeronáutica Militar e até obteve o “brevet” de piloto civil.

Participou em certa tentativa de golpe militar tentada pelo Gen. Marques Godinho que incluía a sabotagem de aviões da Base de

Sintra mas que não teve êxito. No entanto, reza a história que ele terá sido um dos poucos de tal intentona a cumprir a missão que lhe fora atribuída. Inácio seria preso pela PIDE e foi sujeito à “estátua” durante uma dúzia de dias e, mesmo assim, nunca revelou quem seria o seu contacto nela.

Preso, pois, logrou uma audaciosa fuga: saltou pela janela da casa de banho a cerca de 15 ms. do solo usando quatro lençóis entre si atados. Fugiu misturando-se entre os transeuntes, escondeu-se e veio a embarcar clandestinamente num cargueiro onde demandou Casablanca (Marrocos). Embarcadicho, andou pelo norte da Europa, pelo Oriente e ainda pelos EUA. Viveu mesmo em Massachussetts até 1955. Foi daí deportado e veio a fixar-se no Brasil. Aqui, entrou em relação com o Gen. Humberto Delgado e o Cap. Henrique Galvão. Fez-se empresário com duas empresas: uma de

recauchutagem e outra de reparações de aeronaves.

Sempre irrequieto, foi o autor do primeiro acto de pirataria aérea do mundo, a “Operação Vagô”, tomando de assalto, com outros, o quadrimotor *super-constellation* “Mouzinho de Albuquerque”, da TAP, isto em 10 de Novembro de 1961.

Novo golpe realizou mais tarde: a Operação “Mondego” de assalto à Delegação do Banco de Portugal da Figueira da Foz. Foi em 17 de Maio de 1967. Este golpe conheceu diversas peripécias que estiveram a ponto de comprometê-lo nos seus propósitos, a última das quais foi que a filhota do guarda do aeródromo do Centro de Aeronáutica da Académica, onde estavam, começou a chorar de fome. Inácio parou tudo e, antes do mais, dedicaram-se a ... aquecer-lhe o biberão e a mudar-lhe a fralda. Só depois voaram no *Auster* para Vila do Bispo (Algarve).

Foi-se para França e aqui seria preso após digressões a Nova York e à Suíça. Viria a ser libertado por se entender que o que fizera tinha tido motivações políticas. Entrou na LUAR, onde teve divergências com Emídio Guerreiro. Tentou ocupar a cidade da Covilhã. Voltou a ser preso em 1972 e só retomou a liberdade em 26 de Abril de 1974. Era muito amigo do Dr. Mário Soares e fez-se militante do Partido Socialista. Em 2000 seria condecorado com a Ordem da Liberdade por Jorge Sampaio.

Passou os seus últimos anos de vida num lar fundado por ex-alunos da Casa Pia, com tudo pago por amigos, pois a sua reforma não chegava...

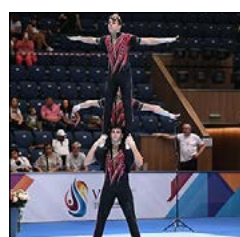
■ BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS ■

NATAÇÃO



No "EURO MEET" realizado no Luxemburgo, Diana Margarida Durães, natural de Fafe e com 27 anos de idade, ganhou a Medalha de Ouro nos 1500 ms. livres, e Diogo Matos Ribeiro, de 19 anos, também arrebatou a Medalha de Ouro nos 50 ms. livres.

GINÁSTICA ACROBÁTICA



Portugal é o Campeão Europeu, título que alcançou nos campeonatos que decorreram em Varna (Bulgária). A equipa nacional foi constituída por João Teles, Gonçalo Sampaio, Nuno Santos e Vicente Colaço, e capitalizou 81.710 Pontos!

INOVAÇÃO



A empresa "Cork Supply" (CS) lançou uma rolha inovadora - "Legacy" - uma rolha de cortiça natural mais consistente e "top" do respectivo mercado. Usou a "Tecnologia x 100" através de um investimento da ordem dos 1,2 milhões de Euros.

SAÚDE



Uma parceria entre a Câmara Municipal de Idanha-a-Nova e a RNA-Rede Nacional de Assistência, estabelecida no âmbito do Projecto Cartão Raiano Saúde O-114, ganhou o prémio internacional de Responsabilidade Corporativa no forum anual IAG Awards 2023. Trata-se de uma rede que engloba 160 parceiros de

200 países.

FUTSAL



A equipa feminina do Benfica foi a brilhante vencedora da Liga dos Campeões - "Women's European Champions" - competição em cuja final derrotou o "Biotonto C5 Femminile", de Itália, por 5-4, nas grandes penalidades.

CULTURA



Os Parques de Sintra foram considerados como Melhor Destino Cultural do Mundo pelos "World Luxury Travel Awards", competição que envolveu mais de duas centenas de concorrentes de todo o mundo.

ASTROFÍSICA



Pedro Gil Ferreira, de Lisboa e nascido em 1968, é professor de Astrofísica na Universidade de Oxford, Reino Unido. A Sociedade Astronómica Britânica atribuiu-lhe a Medalha "Edington" por o considerar o melhor em investigação na área da astrofísica.

CICLISMO



Íuri Gabriel Dantas Leitão, de Viana do Castelo, onde nasceu em 1998, sagrou-se Campeão da Europa em "scratch" de pista, prova que se realizou em Apeldoorn (Países Baixos). Foi já a terceira vez que ele conquistou tal título!!!

MÚSICA



Jéssica Reis, de 21 anos, de Escalvos-de-Baixo, venceu o XXX Concurso Internacional de Acordeão - "Arrasate Hiria" - promovido pela associação de acordeonistas "Euskal Herriko Acordeoi Elkarte" (Hauspoz) do País Basco.

PRÉMIO "LEADER"



O Projecto "Aldeias de Portugal" ganhou este importante Prémio inserido no Programa de Desenvolvimento Rural da União Europeia.

SUSTENTABILIDADE



A EDP é a Campeã Mundial na área da distribuição. Entre 256 Empresas a concurso, ela foi considerada a mais sustentável pelo "SRP CSA Scores 2023".

■ FRASES QUE MARCARAM ■

"A integridade sem o saber é fraca e inútil, enquanto o saber sem a integridade é perigoso e terrível."

■ **Samuel Johnson** (1709-1784) ■

"A insatisfação é o primeiro passo para o progresso de um homem ou de uma nação."

■ **Oscar Wilde** (1854-1900) ■

"Uma democracia que não se defende vigorosamente não tem o direito de sobreviver."

■ **Francisco Sá Carneiro** (1934-1980) ■

"Todos os segredos da política consistem em mentir a propósito."

■ **Marquesa de Pompadour** (1721-1764) ■

"A nova cultura começa quando o trabalhador e o trabalho são tratados com respeito."

■ **Máximo Gorky** (1868-1936) ■

"A vida contrai-se e expande-se proporcionalmente à coragem do indivíduo."

■ **Anaís Nin** (1903-1977) ■

"Rara a felicidade deste tempo, onde é permitido pensar o que se quiser e dizer o que se pensa."

■ **Tácito** (55-120) ■

"Determinação, coragem e auto-confiança são factores decisivos para o êxito. Se estamos

possuídos por uma inabalável determinação, conseguiremos superar as dificuldades. Independentemente das circunstâncias, devemos ser sempre humildes, recatados e despidos de orgulho."

■ **Tenzin Gyatso – 14º Dalai Lama** (1935-...) ■

"A persistência é o caminho do êxito."

■ **Charles Spencer Chaplin Jr.** (1889-1977) ■

"Tudo o que um sonho precisa para se materializar é de alguém que acredite que possa ser realizado."

■ **Roberto Shinyashiki** (1952-...) ■

"O pessimismo, depois de nos acostumarmos a ele, é tão agradável quanto o optimismo."

■ **Arnold Bennett** (1867-1931) ■

"Verifiquei que, aos homens, se deve agradecer o menos possível, pois o reconhecimento que lhes tributamos convence-os facilmente de que estão a fazer de mais."

■ **Benjamim Constant** (1767-1830) ■

"A gratidão é a virtude das almas nobres."

■ **Esopo** (620-564 aC) ■

"Aos incapazes de gratidão nunca faltam pretextos para a não terem."

■ **Gustave Flaubert** (1821-1880) ■

■ CONHEÇA OS SEUS MAIORES ■

FREI MATIAS DA CONCEIÇÃO



Foi um apreciado escritor que viveu de 1629 a 1687. Entre outras obras, escreveu "O Viridário Poético" e biografias da Rainha Santa Isabel, do Infante D. Fernando, do Cardeal D. Henrique e outras ainda.

MANUEL CONSTÂNCIO

Célebre anatomista e cirurgião que nasceu em 1725 e faleceu em 1817.



FREI PEDRO DA CONCEIÇÃO



Um notável compositor e poeta que nasceu em 1691 e faleceu em 1712. São da sua autoria numerosas peças de música sacra, assim como de música profana.

FRANCISCO SOLANO

Notável médico, escritor e político nascido em 1772 falecido em 1846. Era filho do anterior e escreveu várias obras, com saliência para a "História do Brasil".



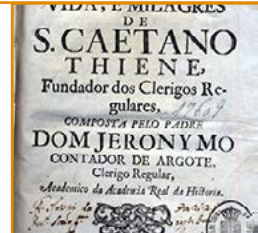
ERNESTO FERREIRA CONDEIXA



Grande pintor que viveu de 1858 a 1933. São da sua autoria as telas "D. João II ante o Corpo Inanimado de seu Filho D. Afonso", "Volta da Fonte" e outras.

JERÓNIMO CONTADOR DE ARGOTE

Escritor e arqueólogo de elevados méritos que viveu de 1676 a 1749. São de sua autoria obras como "Memórias para a História Eclesiástica".



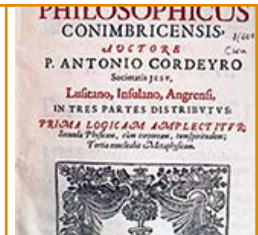
ZÓFIMO CONSIGLIERI PEDROSO



Professor e historiador nado em Lisboa em 1851 que veio a finar-se em Sintra em 1910. Modernizou o ensino da História. Escreveu, dentre outros títulos, "Manual da História", "História Universal" e "Tradições Populares Portuguesas".

Pe. ANTÓNIO CORDEIRO

Natural de Angra do Heroísmo (Ilha Terceira – Açores), onde nasceu em 1641 e onde faleceu em 1722, foi escritor apreciado. Escreveu as obras "História Insulana" e "Loreto Lusitano" além doutras de carácter teológico.



LUCIANO CORDEIRO



Natural de Mirandela, onde nasceu em 1844, faleceu em 1900. Escritor de nomeada, fundou a Sociedade de Geografia de Lisboa, a cidade onde terminou os seus dias. Deixou obras de referência como "Os Bancos Portugueses", "Estros e Palcos", "Viagens", "Soror Mariana", "A Senhora Duquesa", isto além de muitas outras sobre o Ultramar Português.

JACINTO CORDEIRO

Foi um considerável autor cómico que escreveu as suas obras quase sempre em castelhano. São dele "Victoria del Amor", "El Juramiento Ante Dios" e "El Soldado Rebolioso".



CULINÁRIA INTERNACIONAL

A Holanda despertou o especial interesse de Mestre Saborini...

COROA DE CARNE

Ingredientes (para 4 pessoas):

750 grs. de carne de vaca picada
1 colher de sopa com sumo de limão
1 cebola
1 colher de sopa com aipo picado
2 colheres de sopa com queijo ralado
1 colher de sobremesa com colorau
1 pitada de orégãos
1 ovo
150 grs. de cenouras
2 fatias de presunto sal, pimenta e salsa a gosto para decorar

MOLHO DE TOMATE

1 cebola
30 grs. de manteiga
500 grs. de tomate
1 colher de sobremesa com salsa picada
2 dls. de água
sal e pimenta a gosto

Preparação: misturar a carne picada com o sumo de limão e juntar-lhe a cebola finamente picada, mais o aipo, o queijo ralado, tudo temperado com o colorau, os orégãos, sal e pimenta. Junte o ovo cru e amasse tudo bem com as mãos. Disponha a mistura numa forma redonda com buraco forrada a papel vegetal húmido. Ponha no forno previamente aquecido a temperatura moderada por uns 20 minutos.

Nesse interim, coza em água a ferver temperada com sal os bróculos e as cenouras. Sirva com o molho de tomate e as verduras cozidas colocadas sobre as fatias de presunto. **MOLHO DE TOMATE:** corte em pedaços a cebola e leve-a a refogar com a manteiga. Junte o tomate cortado em bocados e a salsa. Tempere com sal e pimenta, verta a água e deixe cozinhar por dez minutos.

PUDINZINHOS "HOPJES"

Ingredientes (para 4 pessoas):

150 grs. de açúcar
1 vagem de baunilha
20 grs. de café
chocolate granulado a gosto
3 folhas de gelatina
3 dls. de leite
4 dls. de natas batidas
água, folhas de hortelã e grãos de café a gosto

Preparação: demolhe as folhas de gelatina em água fria. Derreta em água o açúcar em lume brando numa panela de fundo espesso mexendo até fazer caramelo claro. Junte o leite, 3 dls. de natas e a baunilha. Deixe cozer em lume brando por 10 minutos mexendo sempre. Retire a baunilha e esprema a gelatina e misture um pouco dela com leite quente. Junte ao preparado anterior com o café. Deixe arrefecer. Bata as restantes natas e junte metade ao pudim, já frio. Despeje em 4

formas já passadas por água fria e leve ao congelador até que solidifique. Retire do frio, desenforme e decore com as restantes natas batidas, chocolate, grãos de café e hortelã.

"BAKLAVAS"

Ingredientes (para 4 pessoas):

300 grs. de massa filo
50 grs. de miolo de pão esfarelado
250 grs. de açúcar
400 grs. de pinhões picados
manteiga derretida a gosto

CALDA

150 grs. de açúcar
1,5 dls. de água
150 grs. de mel

Preparação: numa panela, ponha em lume brando a água com o açúcar e o mel até obter um xarope. Reserve metade. Misture o pão com o açúcar e os pinhões. Unte uma forma com manteiga e coloque no fundo uma folha de massa filo. Pincele com manteiga. Coloque outra folha e pincele novamente com manteiga. Junte um pouco da mistura de pinhões e regue com um pouco de calda. Repita a operação e forme várias camadas até acabar os ingredientes. Termine com massa filo e regue com a calda. Faça alguns golpes nas primeiras camadas e leve ao forno a 140° por 45 minutos.

Leker eh?!



Lancaster King's School

The future is now!

Cursos



Inglês
Francês
Alemão
Espanhol
Italiano
Português
Russo
Japonês
Chinês



Informática

Traduções

Técnicas e Científicas
(com reconhecimento oficial)

Escolas



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



Informações
808 203 319

geral@lancasterschool.pt



www.lancasterschool.pt



www.facebook.com/lancasterschool

S & JC – Serviços, Lda.

Contabilidade – Fiscalidade – Auditoria



Rua Júlio Dinis, 748 – 6º Esq. Sala 614
4050 – 012 Porto

Tel.: 917 521 833
email: jscastro@sapo.pt



**CRIE ESPERANÇA
NO MUNDO**