

boletim mensal | ano XXXIII | nº 399 | junho de 2016

# I ENCONTRO DE CLÁSSICOS

## ROTARY CLUBE DE VILA NOVA DE GAIA

Participação: 15 Rodas  
Inscrições em: [classicos.rcvng@gmail.com](mailto:classicos.rcvng@gmail.com)



Fundos angariados reverterem a favor do Projecto de reabilitação urbanística em Vila Nova de Gaia.



11h00 na Senhora da Saúde, Carvalhos  
Almoço convívio e concurso

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

# A MODOS QUE UM BALANÇO

Pois é: mais um ano rotário atinge o seu termo, no caso o de 2015-2016, desta vez sob a presidência do *Rotary International*, de K.R. “Ravi” Ravindran, e, no que se refere ao nosso Clube, da Comp<sup>a</sup>. “Mizi” Reis, e quanto à nossa “Casa da Amizade”, que teve a direcção da Miita Lopes Cardoso. Num relance, sigamos o que se fez:

“Passada a pasta” a 25 de Junho de 2015, logo nessa oportunidade foram admitidos mais seis sócios no Clube, resultado que, como é evidente, foi fruto do trabalho feito no precedente ano. Mas já no decurso do ano mais um elemento se nos juntou. Foram muito relevantes reforços do nosso quadro social!

Tivemos, no Auditório Paroquial de Mafamude um belo Concerto a cargo da Academia de Música de Vilar do Paraíso, e logo entrou em cena a “Casa da Amizade” com entrega de 3 cadeiras de banho sanitárias e 3 mesas versáteis para cama no Lar Pereira de Lima, e de uma varinha mágica industrial ao Lar Santa Isabel.

Em 27 de Setembro foi realizado um instrutivo passeio a Pitões das Júnias e a 1 de Outubro fez-se a tradicional e gigantesca homenagem aos estudantes que mais se haviam distinguido no ano lectivo que terminara. A 29 homenageámos um profissional de evidente gabarito e impulsionámos a luta contra a polio através da energética caminhada à beira-mar realizada em 8 de Novembro, com lisonjeira participação.

Chegou-se ao Natal e foi altura do “almoço da família rotária”, a 19 de Dezembro, e em torno do qual a “Casa dos Rotários” da Aldeia SOS de Gulpilhares, e os seus “inquilinos”, não foram esquecidos. Como também tivemos o ensejo de organizar e de distribuir algumas dezenas de “Cabazes de Natal” por outras tantas famílias com necessidades.

Virado o ano civil, em Janeiro teve lugar, logo a 9, o “Concerto de Reis”, na bela igreja de “Corpus Christi” e, já em Fevereiro,

tivemos a excelente VOG, no dia 27, em conjunto com os nossos “afilhados”, os Rotary Clubes da Feira, de Espinho e de Sandim, que foi o anfitrião do jantar festivo.

Chegou-se a Março e, em 12, fomos dar um abraço amigo ao nosso “padrinho”, o Rotary Club de Coimbra, com visitas guiadas de sonho à Biblioteca Joanina e à de S. Paulo. Março que foi um mês glorioso, não fora a circunstância de se “ressuscitar” a GAIARTE, de 19 a 26, uma beleza e um fortíssimo impacto. Já em Abril, a 9, que dizer do “Jantar de Anedotas”? E a “Casa da Amizade” voltou a fazer-das-suas em 16 com um inimaginável “Chá de Chapéu” que deu brado.

E atingiu-se Maio com intensificação dos esforços para a recriação do Interact Clube, agora na Escola Secundária António Sérgio (veja nas págs. 8 e 9), e rematámos o mês com a concentração/convívio de automóveis clássicos a que tantos aderiram (veja a capa e nas págs. 10 e 11). A acompanhar tudo isto, o nosso Boletim manteve a sua galharda presença: é a publicação rotária mais antiga do País!

E até se recuperou o, tantas vezes alvo de agressões, Monumento Rotário que se encontra na rotunda da Rua Pádua Correia! Por outro lado, foram muito diversificados os temas abordados em palestras nas nossas reuniões semanais.

Não sei se alguma outra iniciativa aconteceu ainda...

É costume reconhecer que nem se deu pelo decorrer do tempo tantas foram as acções empreendidas, umas de simples companheirismo, outras de reconhecimento, mas todas com inegável espírito de serviço. O nosso Clube está, pois, bem vivo e ágil e foi preciosamente conduzido no ano agora a chegar a seu final quer pela Presidente “Mizi” (quanto ao Clube em si), quer pela Presidente Miita (quanto à “Casa da Amizade”). Dificilmente se poderia ter feito melhor...

## ROTARY CLUB DE VILA NOVA DE GAIA

**Membro nº. 12 028 do Rotary International**

Admitido em 13 de Janeiro de 1973 • Distrito 1970

Reúne às quintas-feiras no **HOTEL HOLIDAY INN**

Rua Diogo de Macedo, 220, 4400-107 V. N. de Gaia –

Tel.: 22 374 7500; Fax: 22 374 7576

### CONSELHO DIRECTOR

**PRESIDENTE** – Maria (“Mizi”) Reis

**PRESIDENTE ELEITO** – Jorge Silveira

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

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

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

**2º SECRETÁRIO** – Jorge Silveira

**1º TESOUREIRO** – Américo Camarinha

**2º TESOUREIRO** – Fernando Jorge Rocha

**1º PROTOCOLO** – Artur Lopes Cardoso

**2º PROTOCOLO** – Luiz Carlos Oliveira

### COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

**PRESIDENTE** – Ângelo Sá

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

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

### COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

**PRESIDENTE** – Jorge Silveira

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

**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Jaime Poças

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

### COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS

**PRESIDENTE** – Eurico de Lima Basto

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

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

### COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

**PRESIDENTE** – Manuel Júlio Santos

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

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

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

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

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

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

### COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

**PRESIDENTE** – Rui Amandi de Sousa

**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças

**SUBSÍDIOS** – Rui Amandi de Sousa.

**FUNDO PERMANENTE** – Manuel Júlio Santos

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

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

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

### DELEGADOS

**FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA** – Manuel Júlio Santos

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

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



## PROGRAMA PARA O MÊS DE JULHO

Dia 7

**REUNIÃO N.º. 2157** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
Palestra pelo Exm.º Prof. Doutor Gianluca Castelnuovo, docente na Universidade Católica de Milão, sobre o tema “UM TRATAMENTO FASEADO, ATRAVÉS DO TELEMÓVEL, DA OBESIDADE RELACIONADA COM DIABETES TIPO 2, EM PSICOLOGIA CLÍNICA DE SAÚDE”.

Dia 14

**REUNIÃO N.º. 2158** 21,30 horas – Café.  
ASSEMBLEIA DO CLUBE. Votação das contas do ano de 2015-16 e votação do orçamento para 2016-17.

Dia 21

**REUNIÃO N.º. 2159** 20,30 horas – Jantar com Cônjuges.  
Palestra pelo Comp.º Santos Bento, membro do Rotary Club de Senhora da Hora, sobre “ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE”.

Dia 28

**REUNIÃO N.º. 2160** 21,30 horas – Café.  
COMPANHEIRISMO.

## COMPANHEIRISMO

Em Julho fazem anos os seguintes Companheiros, seus Cônjuges e demais família:

### NATALÍCIOS

Dia 6 – Luiz Carlos Almeida Oliveira

Dia 11 – Rogério Manuel Leal Cardoso

Dia 14 – Rui Manuel Amandi de Sousa

Dia 21 – D. Maria dos Prazeres Castel-Branco de Avelar Lopes Cardoso

Dia 23 – D. Maria Emília Lima Gomes

### DE CASAMENTO

Dia 1 – Henrique Daniel de Avelar Lopes Cardoso

Dr.ª. Maria do Rosário Bastos de Jesus Chaves Lopes Cardoso

Dia 31 – António de Freitas Meira

D. Rosa Celeste Barros da Silva Meira

Rui Manuel Amandi de Sousa

D. Maria Lisette Castro Pinto Amandi de Sousa

## ÍNDICE

A Modos que um Balanço	1
Programa para o Mês de Julho	2
Companheirismo	2
Página da Presidente	3
As Vergonhas Nacionais	4
Secretaria	5
Obsessão Cartográfica (conclusão)	7
O Interact despona ...	8
Poesia	10
Na 33ª Conferência do Distrito	11
Dicas Históricas do Rotary	12
Climas & Civilizações	13
O I Encontro de “Clássicos”	14
Boas Notícias em Português	16
Frases que marcaram	17
Porquê sou Rotário?	18
Conheça os seus Maiores	19
Culinária Internacional	20

## Em Festa no Nosso Distrito

Em Julho apenas assinala o seu aniversário da admissão no *Rotary International* o *Rotary Club de Gondomar*, e no **dia 19**.

Aqui deixamos as melhores felicidades aos nossos Companheiros gondomarenses.



# Página da Presidente

“ M i z i ” R e i s



Presidente 2015-16

**C**ompanheiros, é do conhecimento geral que o ano Rotário 15/16 está prestes a terminar. E ainda bem que assim é!

Todos os anos um novo Presidente e o seu Conselho Director, com toda a energia, talentos, empenho e vontade de servir, prova que o lema “Seja um Presente para o Mundo” continuará a estar presente no coração de cada um de nós.

A determinada altura, num artigo escrito pelo Presidente do *Rotary International*, K.R. Ravindran, este refere que “não podemos agradar a Gregos e Troianos, pois sempre haverá aqueles que preferem um visual ou uma cor diferente...”. Perante este ponto de vista não haverá mais o que dizer...

Eu confesso: foi mesmo muito bom ter tido a oportunidade de ser Presidente de um Clube Rotário sobretudo do de Vila Nova de Gaia; foi enaltecedor, é nobre, desenvolvem-se certas habilidades, mas, e sobretudo, fiz uma aprendizagem acerca da humildade, da entrega com dedicação e devoção. Mas engana-se quem pense que fiz este caminho sozinha. Estive sempre bem acompanhada, protegida e acarinhada por todos os membros do Clube, sobretudo dos que mais próximos estavam de mim: o meu Conselho Director. Sem eles não teria conseguido. A todos eles deixo, pois, e aqui expresso, o meu humilde agradecimento, pela força, pela coragem, pelo forte apoio e colaboração. O meu muito obrigada!

Não posso deixar de mencionar o relevante papel da Casa da Amizade, representada este ano pela Miíta Lopes Cardoso, dar-lhe os parabéns pelo carinho posto ao serviço do Rotary, no excelente Pequeno Almoço do Passeio a Pitões das Júnias, por tanta criatividade no “Chá de Chapéu” e a todas as Senhoras o brilho, a alegria, o apoio que deram com a sua presença, não só às palestras, aos jantares e em todos os eventos.

Voou o tempo, passou depressa demais. Não houve oportunidade de concretizar todas as motivações, mas o coração e a razão andaram, e andarão, de mãos dadas e a continuidade dos processos já iniciados ou sonhados será vivida e vivenciada com toda a certeza. O “nosso” Governador do Distrito 1970, António Vaz, durante todo o ano falou-nos da importância das pontes do companheirismo, da amizade, do compromisso...e, aquando da sua Visita Oficial, eis que as pontes surgiram numa bonita e elegante festa, entre Clube Padrinho e três dos quatro Clubes Afilhados.

Mais pontes se estabeleceram quando realizámos uma “Caminhada contra a Pólio” com o apoio da Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia. E aqui deixo um meritório agradecimento à pessoa do Sr. Doutor Eduardo Vítor Rodrigues, que se mostrou disposto a unir pontes. A prová-lo, ressurgiu a “Gaiarte” organizada pelo nosso Clube com a colaboração ainda da Cooperativa dos “Artistas de Gaia”.

Muitos foram os eventos. Alguns deles fazem parte do calendário Rotário, como a homenagem a um Profissional da nossa comunidade, a entrega de prémios aos melhores alunos de V.N. de Gaia que se distinguiram no ano lectivo de 2014/2015, a distribuição de cinquenta Cabazes de Natal, entre muitos outros... Resta-me realçar ainda a importante dedicação e serviço do grupo de alunos da Academia de Música de Vilar do Paraíso, do Coro “Anima Mea” no Concerto de Reis, do grupo de Escuteiros de Santo Ovídio, no “Encontro de Clássicos.”

Feliz fico com o reaparecimento do Interact, um punhado de jovens com muita vontade de trabalhar e “servir”, associado ao nosso Clube. Desejo-lhes desde já os maiores sucessos.

Quero deixar ao Presidente eleito, Comp<sup>o</sup>. Jorge Silveira, os votos das maiores felicidades no cumprimento do nosso dever. Estou certa de que será um “Presente para o Mundo.”

Quanto a mim, espero ter contribuído para a elevação e fortalecimento do nosso Clube. Bem hajam os que acreditaram em mim.

Um abraço amigo da Mizi Reis

P.S. Texto escrito em pleno desacordo ortográfico





Prof. Dr. Adriano Moreira

# As Vergonhas Nacionais

*Reagindo a “brilhantes” declarações proferidas por certos “ministros” acerca da sustentabilidade das reformas...*

**VERGONHA** é comparar a Reforma de um Deputado com a de uma Viúva.

**VERGONHA** é um Cidadão ter de descontar durante 40 e mais anos para receber Reforma e aos Deputados bastarem apenas 3 ou 6 anos, conforme os casos, e que os membros do Governo, para terem direito à Pensão Máxima, apenas precisarem de fazer o Juramento de Posse.

**VERGONHA** é que os Deputados sejam os únicos Trabalhadores (???) do País que estão isentos de 1/3 do seu salário para efeitos de IRS ... e terem direito a Reforma com 100%, enquanto os trabalhadores se reformam na base dos 80%.

**VERGONHA** é pôr na Administração Pública milhares de Assessores (leia-se “Amigalhaços”) e com salários que bem os desejariam os Técnicos Mais Qualificados.

**VERGONHA** é a enorme quantidade de dinheiro destinada a apoiar os Partidos e aprovada pelos mesmos Políticos que vive desse dinheiro.

**VERGONHA** é que a um Político se não se exija a mínima prova de capacidade para o exercício do cargo (e não falamos em Intelectual ou Cultural).

**VERGONHA** é o custo que representa para os Contribuintes a sua Comida, Carros Oficiais, Motoristas, Viagens (sempre em 1ª classe), Cartões de Crédito.

**VERGONHA** é que Suas Exc<sup>as</sup>. Tenham quase 5 meses de férias ao ano (48 dias no Natal, uns 17 na Semana Santa, mesmo que muitos se declarem não religiosos, e uns 82 dias no Verão).

**VERGONHA** é Suas Exc<sup>as</sup>., quando cessam o desempenho de um cargo, manterem 80% do salário durante 18 meses.

**VERGONHA** é que Ministros, Secretários de Estado e Altos Cargos da Política, quando cessam funções, sejam os únicos Cidadãos do País que podem legalmente acumular 2 salários do erário público.

**VERGONHA** é que se utilizem os meios da Comunicação Social para transmitir à sociedade que os Funcionários só representam encargos para os bolsos dos Contribuintes.

**VERGONHA** é ter-se residência em Sintra e cobrar ajudas de custo pela deslocação à Capital invocando como razão de ser que residem noutra cidade...

Como poderemos remediar **TUDO ISTO**?



secretaria mês

MAIO

Comp. Rui Amadi de Sousa



## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Leça da Palmeira – o Comº. Eurico Basto; no Rotary Club de Sandim – os Compºs. António Meira e Jorge Silveira; em sessões de formação do Interact, na Escola Secundária António Sérgio – os Compºs. Artur Lopes Cardoso, Henrique Lopes Cardoso, Luiz Carlos Oliveira e Mizi Reis; no Seminário dos Editores das Revistas da RWMP, em Evanston, Illinois (EUA), “One Rotary Center” - o Compº. Artur Lopes Cardoso; em reunião da Comissão Distrital da Fundação Rotária, na Trofa – o Compº. Artur Lopes Cardoso.

## TIVEMOS A HONRA DE SER VISITADOS

pelo Compº. Emílio Monteiro, com sua Mulher, Srª. Drª. Cristina – do Rotary Club de Vila do Conde. O Sr. Dr. Henrique Regalo. A Srª. Engª. Ana Cristina Lopes Cardoso, com suas Filhas Maria Manuel e Ana Isabel.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

“E-mail” para todo o Distrito 1970 a divulgar a realização do I Encontro de Clássicos do nosso Clube e seu regulamento. Carta para o Governador António Vaz a remeter-lhe o formulário de organização do Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

### Programas para o mês de Abril

**Comunicações:** Carta da Fundação Rotária Portuguesa com a guia de receita do trimestre. Da Agência Lucas, o recibo do pagamento da taxa do condomínio do 1º semestre de 2016. Do Rotary Club de Sandim a comunicar o cancelamento de sua reunião. Do Compº. Diogo Pedrosa, sobre o I Encontro de Clássicos. Da Fundação Rotária Portuguesa informando da sua representação na sessão de atribuição de prémios escolares promovida pelo Rotary Club de Senhora da Hora. Facturas de Águas de Gaia, Montepio Geral (conta da “Casa da Amizade”) e jornal “Audiência”. Questionário da Santa Casa da Misericórdia de Vila Nova de Gaia. Da Secretaria Distrital a comunicar o falecimento de Companheiro do Rotary Club de Ponte de Lima.

**Convites:** do Rotary Club de Sandim, para sua reunião com palestra.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Le Rotarien”. Boletins dos Rotary Clubes de

## PUBLICAÇÕES NÃO-ROTÁRIAS RECEBIDAS

“O Gaiense”.

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



# Farmácia Portela

**ABERTO 24 HORAS**

Homeopatia  
Fitoterapia  
Ortopedia  
Podologia

Equipamentos para  
geriatria e deficientes

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



DISPONIBILIZAMOS UM  
SERVIÇO PERSONALIZADO



**Inovação em  
ambientes  
cerâmicos**

## Almeida & Xavier, Lda.







**Decoração de  
Salas de Banho**

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

**ARTUR LOPES CARDOSO**  
ADVOGADO

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



**TRATAMENTO  
com implantes**

**JORGE SILVEIRA**  
MÉDICO DENTISTA

**BRANQUEAMENTOS  
dentários**

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

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



# Obsessão Cartográfica ou aproximações a um mapa de Montalegre

Henrique Jorge Regalo



Arqueólogo

(conclusão)

Parece-nos, pois, que o nosso médico de Montalegre cumpriu bem o prometido no seu pequeno preâmbulo dedicado “ao leitor” (página 3), ao declarar que “...Demonstrar a grande utilidade dos escriptos topographicos statisticos a todos os respeitos seria superfluo quando ninguem desconhece a summa necessidade delles, principalmente agora que as Cortes da Nação Portuguesa projectão nova divisão Civil, e Ecclesiastica do seu território. Forcejei por dar a este trabalho toda a exactidão possível.”

Está, portanto, bem patente neste discurso de J. S. Dias a ideia de que o seu texto, como descrição e definição e o seu exacto mapa como representação, funcionam como simulacro, quase figura jurídica que permitirá ao poder coevo a apropriação da terra de Montalegre na sua totalidade.

Deste modo, a descrição do geógrafo, relato textual rigoroso conseguido com alguma mestria por J. S. Dias, confunde-se e funda a sua autoridade/legitimidade, na cartografia que lhe fornece topónimos, distâncias, alinhamentos e orientações.

Travam-se aqui novas relações entre a escrita e o desenho, entre a linearidade aparente do texto e a imagem, porque, à leitura do texto escrito, sucede, para nosso enorme gáudio, a visão sintética de um espaço representado, polvilhado de símbolos, traços abertos ao percurso errático do olhar. Aqui, poderemos falar, então, de uma autêntica leitura de prazer.



O “Ensaio topographico statistico do Julgado de Montealegre”, não sendo um esforço desmesurado no seu âmbito “menor” de descrição geográfica, condensa, entretanto, um conhecimento e uma visão globalizantes da região. Também não nos parece essencial saber se ele se impõe como contributo importante para a História local. Se mover em nós uma aproximação cúmplice, estética, ou mesmo científica, à área exposta um olhar mais analítico ou apenas lúdico e obsessivo ao mapa, então parece-nos que esse bom médico de Montalegre conseguiu, sem grande custo, uma interpretação interessante deste nosso pequeno e verde mundo.

A quem se quiser extasiar com o livrinho faz-se saber que este tem a Cota A.372 da Biblioteca do Parque Nacional da Peneda-Gerês.



## O Interact desponta...

**P**ois é: o nosso Clube está uma vez mais apostado em organizar um Interact Clube. Desta vez, optámos por fazê-lo no âmbito de uma das escolas secundárias da nossa comunidade, no caso a de António Sérgio.

Com o apoio da professora Dr<sup>a</sup>. Manuela Monteiro, conseguiu-se reunir um núcleo de rapazes e raparigas que passou a encontrar-se em Segundas-feiras, cerca das 16,30 horas, numa das salas da Escola.

Ao fim dumas quatro reuniões, o grupo mais foi aprimorando a sua decisão e até já realizou eleições para a definição de quem será Presidente até 30 de Junho de 2017, e quem será Presidente no ano rotário de 2017-18. A escolha para a imediata presidência recaiu na Ana Carolina e é Presidente-Eleito o João Basílio.

Mas isto de se ser Interactista não pode ficar, de maneira nenhuma apenas ao nível de falatório. O Interact (em formação) entendeu, e bem, que havia que realizar trabalho e trabalho de interesse para a comunidade. Decidiu eleger a limpeza das praias como prioridade. E assim foi.

Na manhã do passado dia 23 de Abril os que puderam convergiram para o litoral marítimo, em frente do “Casa Branca”. Lá os aguardava o equipamento que era preciso: “t-shirts”, chapeuzinhos, luvas e sacos para lixo. E pronto. A partir das 10 horas duma bela e fresca manhã de sol, lá foram todos em direcção ao norte, até à foz do Douro, recolhendo minuciosamente todos os detritos que topavam à beira-mar. E assim se encheram volumosos sacos com o lixo de que libertaram aquela área, perante o aplauso de muitos circunstantes.



*A “malta” vai arrancar para o trabalho.*

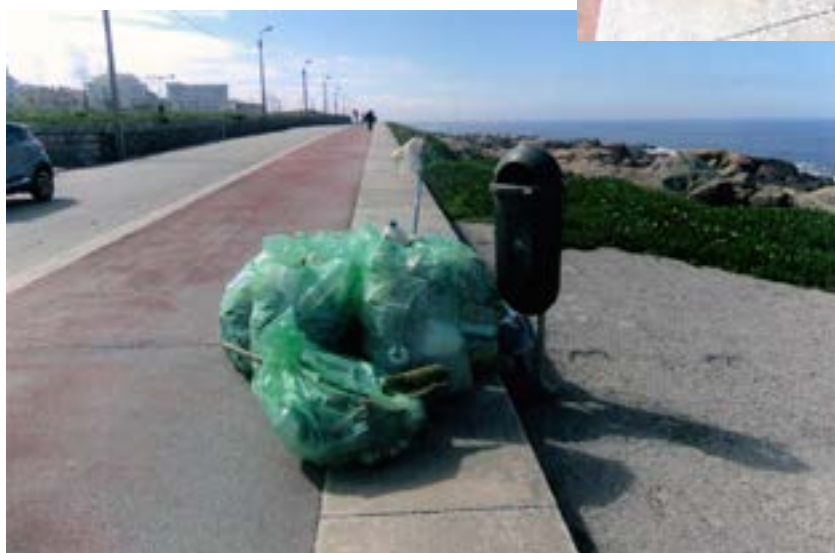




*Na faina...*



*... e seguindo sempre.*



*Parte do lixo retirado.*

*No final ... relax!*



Nem eles imaginavam (assim o confessaram) que houvesse por ali tamanha quantidade e variedade de detritos!

Ainda não formalmente organizados como Interact Clube de pleno direito, estes punhado de jovens, muito bem apoiado pela senhora professora (e não só, pois ela até levou o belo canídeo que tem...), realizaram uma estupenda acção de serviço e forneceram uma excelente imagem pública do que o Rotary pode fazer e até faz.

# Poesia

Fernando Guimarães

## DÁDIVA

Mais alto o olhar. Depois ali veremos  
aproximar-se aquilo que se espera  
há muito, como o início de um aceno  
conhecido talvez, porque era a margem

da paz que existiria noutros campos  
maiores como se fosse igual ao brilho  
que procurasse os olhos para ter  
outra razão sujeita ao novo gesto

de se tornar apenas num encontro  
ainda maior. É tudo. Assim sabemos  
o que há muito se torna na certeza

de ser esta presença quase o último  
ramo da mesma árvore em que se veja  
o movimento para estarmos juntos.

Gonçalo M. Tavares

## CUIDADO COM O SOLO

Cuidado com o solo,  
atenção à forma dos objectos.  
Começar é difícil, acabar é necessário.  
Com os pés no chão mudas uma lâmpada do tecto.  
Parece fácil, mas não é. O tecto desceu e tu crescestes.

António Arnaut

## POEMA EM ACTO

Escreves uma frase que te cai do céu,  
por exemplo,  
lágrimas de vida fecundam a terra  
e dizer que é um verso como se bastasse  
vestir de roupa poética uns pingos de chuva,  
ora um verso é a emoção despida de retórica,  
é a tua verdade íntima verdadeira  
mesmo que ninguém acredite.

E depois escreves outras frases do inconsciente,  
por exemplo,  
o sorriso daquela criança  
iluminou-me como a palavra luz,  
como um murmúrio celeste,  
e dizes que fizeste um poema,  
mas um poema não é uma rima de frases  
sobrepostas como uma pilha de livros,  
um poema é um livro aberto na página seguinte  
onde palpita o mistério universal da vida.

Aproxima-te e procura a palavra exacta  
no sorriso puro da criança  
e sentirás então as tuas próprias lágrimas  
a fecundar a alvura da manhã  
conjugando cada sílaba da emoção,  
verso a verso como o sol de cada dia  
nos teus olhos escrevendo a palavra amor.





## Na XXXIII Conferência do Distrito

Foi pena que do nosso Clube poucos tivessem ido até Coimbra para tomar parte nos trabalhos da nossa Conferência, trabalhos que, tendo começado em 20 de Maio, tiveram a sua maior densidade no Sábado seguinte. E, ainda por cima, tivesse ocorrido o susto que nos pregou a todos o Compº. Américo Camarinha...

Sendo Representante do Presidente do R.I. o Director José Ubiracy Silva ("Bira"), XXXIII Conferência foi muito feliz no tema sob o qual decorreu: "Humanização em Acção", escolhido, evidentemente, pelo Gov. António Vaz. No primeiro dia tiveram lugar as cerimónias de maior carácter protocolar designadamente a da plantação da "árvore da amizade" e a sessão solene de abertura.

Foi, pois, no dia 21 que os trabalhos se concentraram e, por assim dizer, agrupados em duas vertentes principais: a da abordagem

do tema condutor visto sob vários ângulos diferentes, e a de pertinência ao Distrito. Foi notada a falta do Governador-Eleito, o Compº. Ernesto Augusto Rodrigues, por razões de doença.

E também não pode comparecer um dos oradores principais que o programa anunciava, o antigo Presidente da República Dr. Jorge Sampaio, também por motivo de saúde, o que foi suprido com a leitura da mensagem que, apesar de tudo, ele preparara e com a comunicação do Doutor António Pedro Pita em torno da globalidade do tema.

Depois, este foi sendo decodificado por outros oradores: "Humanização também se aprende", pelo Prof. Doutor Eduardo Sá (absolutamente brilhante!), "Humanização na Saúde", pela Compª. Maria Helena Goulão, e "Paz sem Muros", pelo Prof. Doutor Francisco Louçã (também muito bom).

Muito apreciadas foram também as comunicações apresentadas pelos Representantes, o do ITC, Compº. ITC António Diogo, e a do RTC, Compª. RTC Rosana Diaz, sendo de salientar que a componente jovem foi muito marcante nesta Conferência.

Momento de especial interesse foi o assumido pelo Gov. António Vaz que, aliás, se viu a braços com visível problema de rouquidão. Foi muito bom o seu relato acerca dos mais diversos ângulos do Distrito que, sublinhe-se, acabou de ultrapassar a fasquia dos 2.000 Rotários. O Governador entregou a Carta de Admissão ao novo "E-Club Distrito 1970, Portugal", que é presidido pela Compª. Ana Margarida Meira, e o Prémio "Dar de Si Antes de Pensar em Si", outorgado pelo *Rotary International* ao Compº. Jorge Amaral, membro do Rotary Club de Senhora da Hora, a mais alta distinção concedida a um Rotário, o que foi absolutamente justo.

Mas igualmente foi distinguida a Srª. D. Ruth Madureira Pires, esposa do PGD Manuel João Madureira Pires, a quem foi outorgado o Prémio "Cônjuge/Parceiro de Rotário por Prestação de Serviços", assim como a Compª. Maria do Resgate Lemos Salta, Presidente do Rotary Club de Vizela, e ainda outros mais.

A simpatia do Representante do Presidente "Bira" emoldurou toda a envolvente da Conferência apesar de terem sido invulgarmente poucos os tempos em que pode intervir, o que se ficou a dever à densidade dos trabalhos.

Esteve em muito bom plano a organização desta XXXIII Conferência cujo "chairman" foi o PGD Álvaro Gomes, organização que recaiu no Rotary Club de Coimbra e foi dirigida pelo Compº. Fernando Regateiro com muito acerto.



O Compº. Jorge de Jesus Bastos Amaral, membro do Rotary Club de Senhora da Hora, quando, com toda a justiça, recebeu o Prémio "DAR DE SI ANTES DE PENSAR EM SI".

# Dicas Históricas do Rotary

## AS BOLSAS ROTARY PELA PAZ MUNDIAL

Foi em 1999 que *The Rotary Foundation* lançou os Centros Rotary de Estudos Internacionais na área da paz e da resolução de conflitos, numa parceria com sete Universidades internacionais de renome. Fê-lo para oferecer novas oportunidades educacionais para Bolseiros que são seleccionados dentre candidatos de diversos países e de diversas culturas.

Todos os anos, 70 candidatos são escolhidos para fazerem um mestrado de dois anos de duração, cumprindo um programa que dá direito a obterem um certificado nas áreas da paz, da resolução de conflitos e das relações internacionais. Cada Distrito rotário pode inscrever um candidato em cada ano, para concorrer a uma Bolsa destas.



O primeiro Curso de Bolseiros Rotary pela Paz Mundial teve início no ano lectivo de 2002-2003. Os Centros Rotary formam futuros líderes capazes de analisar as causas dos conflitos, teorias das relações internacionais e modelos eficazes de cooperação. Além dos conhecimentos adquiridos, os Bolseiros obtêm experiência prática na resolução de conflitos que poderá ser utilizada nas suas carreiras profissionais. Igualmente, os Centros Rotary irão ajudar no avanço de pesquisas, no ensino e na publicação de matérias sobre a resolução de conflitos e sobre a compreensão mundial.

O primeiro Curso acabou em 2004 e os Bolseiros que o frequentaram já estão a contribuir de maneira significativa para o bem da comunidade mundial, ora trabalhando para agências internacionais, como a ONU, ou para Governos de países como diplomatas, comissários de relações exteriores ou como analistas políticos.





Christophe Olivier

Rotary Club de Avignon Villeneuve

# Climas & Civilizações

De novo se nos deparou na bela Revista “Le Rotarien” um texto de enorme interesse para todo o leitor e ao qual não resistimos à iniciativa de o traduzir e, com a devida vénia, o colocar à fruição dos nossos leitores. Ele é da autoria de

(continuação da edição anterior)

Registou-se, então, a extinção da maior parte dos grandes mamíferos. A população de insectos do hemisfério norte conheceu uma verdadeira hecatombe. Os seres humanos da civilização Clovis (América do Norte) sucumbiram... O predador natural dos humanos, o tigre de dentes-de-sabre, desapareceu. Este período irá prolongar-se por três séculos e ficou denominado por “Dryas recente”.

## O fim do “Dryas recente”

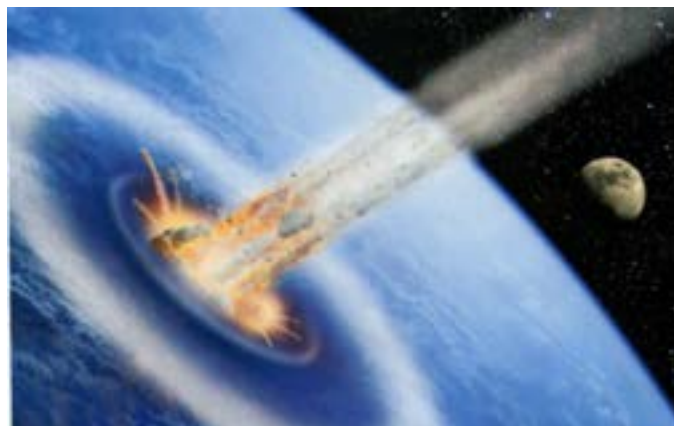
O verdadeiro cataclismo aconteceu no final do “Dryas recente”: um esteróide explodiu sob o Atlântico Norte. Os efeitos desse impacto são ainda hoje visíveis nos Estados Unidos e na Bélgica (Baías de Carolina). A velocidade e a intensidade do reaquecimento foram catastróficas: as temperaturas médias do globo aumentaram 15° C em 40 anos. O género humano era essencialmente dedicado à actividade de caçadores itinerantes; os únicos que sobreviveram foram os que se fixaram junto de nascentes de água. Vão ainda criar uma reserva de habitantes fixos: as primeiras aldeias.

## O clima, um imperativo de adaptação

Junto do Jordão, um povo, os Natufães, veio a especializar-se na caça ao urso, com uso de rede e de moca. Duas gerações depois, o reaquecimento tinha transformado uma das florestas mais gigantescas do nosso planeta numa savana cheia de troncos mortos secos onde pastavam antílopes. Os Natufães acabam por inventar o arco para disparar flechas. Falta-lhes somente, então, fabricar pontas para as flechas. Arranjam artefactos especializados nesta matéria. A sua arte de cortar a pedra atingirá tal perfeição que marca a entrada na era Neolítica, a idade da pedra lascada. Os Natufães tinham mesmo uma técnica de fabrico em série, as aldeias tornaram-se fixas, eles praticavam um sistema de trocas numa área de vários quilómetros à sua volta. Por todo o mundo, de aldeia em aldeia, começa a surgir o comércio. Domesticar animais é acção que também surge nessa altura. Após ter-se desenvolvido a técnica de amanho da terra e ter atingido o índice adequado, essa técnica expandiu-se, particularmente nas regiões para norte do trópico do Câncer.

Até ao “Dryas recente”, os humanos vergavam perante os excessos do clima, mas a partir daí irão adaptar-se às circunstâncias mediante a aplicação de todo o seu espírito criativo.

Segundo as disciplinas científicas, aquele reaquecimento toma uma designação diferente: no final do quaternário e princípio do Interglaciário longo (paleontologia), do fim do pleistoceno ao princípio do holoceno (antropologia), do fim do paleolítico aos princípios do neolítico (história), da transição dos clans para povoados (sociologia). Duma maneira mais generalizada considera-se que se está então nos primórdios da Prehistória.



## O evento “8,2 KY”

Há 8.200 anos, um outro asteróide veio provocar um novo desastre. Atingiu a Terra fazendo explodir uma montanha de gelo e criando uma gigantesca cratera a norte do Canadá: a baía do Hudson. As águas geladas escorreram do norte dirigindo-se para o sul, invadindo e atingindo a costa oeste da Gronelândia. Muito afortunadamente, a circulação termoalina não parou. Este facto, que congelou o hemisfério norte muito mais que no sul do equador, foi muito marcante nas calotes glaciárias do Ártico, e quase se não fez sentir nas do Antártico.

(continua na próxima edição)





# O 1º Encontro de "Clássicos"



Um panorama geral dos "clássicos" que se exibiram no Encontro.



E outro.



E agora um parcial...

Um esplêndido dia de sol, aquele 15 de Maio, como que a dizer-nos que, finalmente, chegara o bom tempo, foi o que nos reservou a realização desta notável iniciativa em muito boa hora saída da "cabeça" do Compº. Diogo Pedrosa.

No final da manhã desse dai todos os caminhos foram dar ao monte da Senhora da Saúde, ali a seguir aos Carvalhos, um local fresco e muito aprazível com panoramas altaneiros e de grande beleza. E tudo com música ambiente.

Mais de 20 automóveis "clássicos", cada qual mais bonito que o outro, se foram alinhando no amplo parque, alguns já mesmo de marcas que de largo tempo saíram do mercado, como foi o caso do espampanante "Pontiac" ou do elegante "Austin". Das mais diversas cores, tons vários de azuis, o "champagne", o vermelho vivo, o branco. Qualquer deles era apto a suscitar a cobiça de quem quer que fosse: as "Mercedes", os "Renault", os "BMW", os "Volkswagen", os "Jaguar", os "Citroën"...

Umhas boas dezenas de pessoas se associaram ao evento, não só para admirarem aquelas maravilhas vindas de recuados tempos, mas também para almoçarem ao ar livre numa estupenda jornada de companheirismo. Sim porque se contou com a qualificadíssima colaboração do Grupo de Escuteiros de Santo Ovídio que, de maneira gentil e generosa



O sector das bebidas não teve mãos a medir.





E o mesmo se verificou com a refeição em si.



A Presidente “Mizi” profere a sua alocução.



Saboreando...



O Compº. Amaral, do Rotary Club de Senhora da Hora, foi o justo vencedor e recebeu o troféu das mãos do Compº. Diogo Pedrosa, o principal responsável pelo Encontro, o que foi testemunhado pela nossa Presidente.



O vencedor!

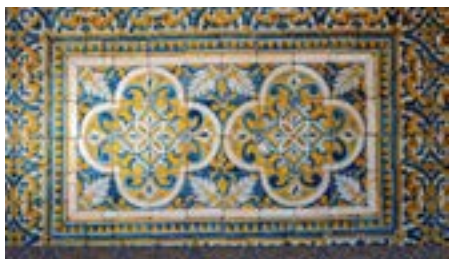
trataram de confeccionar o almoço e de toda a logística a ele associada. E se estava boa aquela feijoada e tudo o mais!! Um trabalho absolutamente impecável!

No final, a nossa Presidente “Mizi” Reis dirigiu a palavra a todos, agradecendo a quem devia e felicitando-se e felicitando pela qualidade da organização. E foram proclamados os prémios atribuídos, sendo o 1º ao Compº. Amaral do Rotary Club de Senhora da Hora, com o seu formidável “Jaguar”. Houve ainda mais dois premiados com as Medalhas de Prata e de Bronze e todos os demais concorrentes receberam Diplomas de Participação.

# BOAS NOTÍCIAS

## EM PORTUGUÊS

### MUSEU DO AZULEJO



É a Fundação Berardo a entidade que vai instalar em Estremoz um Museu do Azulejo. Este ficará sediado no Palácio dos

Henriques, mais conhecido localmente por Palácio Tocha, um imóvel setecentista classificado como monumento de interesse público que, para o referido efeito, vai ser recuperado por aquela Fundação. Este Museu albergará várias colecções pertencentes a Joe Berardo, que é o proprietário do palácio.

### MUSEU DO DINHEIRO



Já abriu ao público este novo Museu da cidade de Lisboa, instalado na antiga igreja

de São Julião, situada na “baixa pombalina”. O Museu do Dinheiro pode ser visitado gratuitamente e inclui 1.200 objectos, além de proporcionar experiências interactivas como a cunhagem de moedas ou a estampagem de notas ostentando a cara do visitante.

### O MELHOR DO MUNDO



A Ilha da Madeira foi considerada, quanto a 2015, como o melhor destino insular do mundo para gozo de férias,

uma distinção que lhe foi conferida pela “World Travel Awards”.

### E QUANTO A RESTAURANTES



A conceituada revista “Traveler”, que todos os anos analisa o desempenho de restaurantes em todo o mundo, considerou o Restaurante “Belcanto”, onde pontifica o “Chef” Avilez e se situa em Lisboa, ao Chiado, como o melhor do mundo em 2016. O “Belcanto” já tinha sido considerado pela mesma Revista como um dos cinco melhores, no ano passado.

### NA DANÇA



Natural de Leiria e aluno da “Annarella – Academia de Ballet e Dança” instalada nesta cidade, o jovem António Casalinho, actualmente com

apenas 12 anos, venceu em 29 do passado mês de Abril o “Youth American Grand Prix”, em Nova Iorque (EUA) na categoria júnior. Já no ano passado ele obtivera o “Hope Award Grand Prix”. O bailarino António Casalinho treina a sua arte três vezes em cada semana e com a duração de três horas, no final da tarde. Nos demais dias da semana treina durante todas as tardes respectivas e ainda passa os sábados inteiros na Academia e o mesmo faz em alguns dos domingos!

### A MELHOR TELENOVELA



Foi considerada como sendo a melhor do mundo a telenovela “Coração de Ouro” que passa no Canal SIC.



# Frases Que Marcaram



*“Eu acho que o segredo da nossa personalidade está naquilo que nós ignoramos de nós próprios. Quando pretendemos racionalizar, as coisas escapam-nos.”*

**Natália Correia**  
(1923-1993)



*“Nenhum dos eleitos me merece confiança! Aurélio Cota porque nada tem; Sulpício Galba porque nada lhe basta!”*

**Públio Scipião Emiliano**  
(206-254)



*“A experiência nunca volta para nós a face de que estamos à espera”.*

**François Mauriac**  
(1885 – 1970)



*“Quem seu inimigo poupa, nas mãos lhe morre...”.*

**Aforismo popular**



*“O homem não sabe mais que os outros animais; sabe menos. Estes sabem o que precisam de saber.”*

**Fernando Pessoa**  
(1888-1935)



*“Roma não costuma premiar os soldados que assassinam o seu general.”*

**Públio Scipião Emiliano**  
(206-254)



*“Queimaria a minha única túnica se ela soubesse os meus pensamentos.”*

**Quinto Cecílio Metelo**  
(251 aC)



*“Não corrigir as nossas falhas é o mesmo que cometer novos erros.”*

**Confúcio**  
(551 aC – 479 aC)

# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



**NOTA** – Foi Director do *Rotary International* em 1981-83. Foi membro do Rotary Club de La Grange, Illinois (EUA), com a classificação “Dentista”.

Sou Rotário porque, em 8 de Agosto de 1958, telefonei para os escritórios do *Rotary International* e falei, então, com Beth Maveety do Departamento de Expansão acerca da possibilidade de se organizar um Rotary Clube em La Grange, Illinois.

Maveety disse-me nessa altura que iria contactar com o Governador do Distrito 644, Mitchel Davis, pondo-o ao corrente do meu interesse.

Fui levado a fazer aquele telefonema porque um tio meu, Rotário em Perth Amboy, de New Jersey, me tinha levado a uma reunião do seu clube em 1949, e o pai de minha mulher, Caroline, e o meu avô tinham sido, aquele, Presidente do Rotary Club de Manistee, no Michigan, e este sócio representativo do Rotary Club de Red Creek, Nova Iorque, respectivamente.

Em 3 de Setembro de 1958, o Presidente da Comissão Distrital de Expansão do Distrito 644, Thor Holter, e o antigo Rotário e até ministro de La Grande, Russel Kerr, encontraram-se no meu consultório de dentista. Quatro semanas depois, a 27, os homens de La Grange, profissionais e de negócio, solicitaram que se criasse um Rotary Clube.

Depois disso, o antigo Presidente do Rotary, Herbert J. Taylor, falou sobre “OS PROGRESSOS DO ROTARY NO MUNDO” na altura da reunião festiva da entrega da nossa Carta Constitucional em 19 de Novembro de 1958, Chesley Perry (que foi Secretário do Rotary de 1910 a 1942), falou no nosso Clube sobre a história do Rotary, e o Bolseiro da Fundação Rotária, australiano, Brian Wiseman, disse-nos acerca do seu país de origem e das suas impressões sobre o nosso país durante as primeiras semanas de existência do nosso clube, e capacitei-me então das oportunidades ricas e gratificantes que se abrem a quantos se tornam Rotários.

Marcaram-me decisivamente as oportunidades que tive de ajudar os outros na nossa comunidade e a abertura de portas para um envolvimento em qualquer parte e de criação de novas amizades com outras pessoas imbuídas do sentido de servir. Porque sou ainda Rotário ao fim de 31 anos? Porque é que continuo a ir às reuniões e a participar noutros eventos rotários?

É porque gosto do companheirismo e do ambiente bom que se respira nas nossas reuniões e em outras actividades do Rotary; mas, para além de tudo isso, porque considero que sou afortunado por me ter inserido numa organização de progresso que presta serviço humanitário. Melhora os padrões da ética e promove a compreensão mundial e a paz.

**Edgar D. Gifford**



# Conheça os seus Maiores

## HENRIQUE CÉSAR DE ARAÚJO POUSÃO

É mais conhecido por apenas Henrique Pousão. Nasceu em Vila Viçosa em 1850 e veio a finar-se em 1884. Foi um excelente pintor. Distinguiu-se logo desde os tempos em que frequentou a Escola de Belas-Artes do Porto, onde foi premiado. Foi bolseiro em Paris e em Roma. Algumas das suas mais apreciadas telas podem ser admiradas no Museu Nacional de Soares dos Reis, no Porto, como “Esperando o Sucesso”, “Cecília”, “O Frecheiro”, “Cansada”.



## ANTÓNIO LUÍS DE GOUVEIA PRESTES SALGUEIRO

Nasceu em Valença do Minho em 1891 e faleceu em 1950. Foi um notável oficial da Marinha, colonialista, desportista e político republicano. Prestou muito relevantes serviços ao País, particularmente em África, designadamente em operações no Niassa e na expedição a Moçambique em 1916.



## JOSÉ QUEIRÓS

Nasceu em 1856 e faleceu em 1920. Foi um famoso pintor e crítico de arte. Foi autor de obras de referência como “A Cerâmica Portuguesa”, “Da Minha Terra”, “Figuras Gradadas”, “Impressões de Arte” e “Notas sobre Arte Aplicada”.



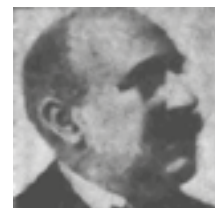
## GASPAR QUEIRÓS RIBEIRO

Nasceu em 1860 e faleceu em 1928. Um apreciado poeta, autor de “Pedras Falsas”, “Tardes de Primavera”, “Caminho do Céu” e outras obras.



## JOSÉ MARIA DE QUEIRÓS VELOSO

Nasceu em 1860 e finou-se em 1952. Um notável professor universitário e historiador. São da sua autoria obras como “D. Sebastião”, “O Reinado do Cardeal D. Henrique”, “Gil Vicente e a sua Obra”.



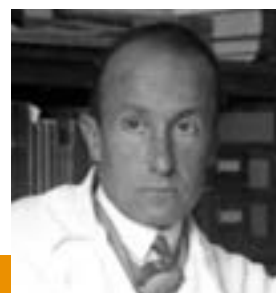
## VASCO MOUZINHO DE QUEVEDO

Eis um notável poeta épico que viveu no Séc. XVII. É da sua autoria a obra “Afonso Henriques” e publicou ainda várias poesia escritas em latim, em castelhano e em italiano.



## AURÉLIO PEREIRA DA SILVA QUINTANILHA

Nasceu em Angra do Heroísmo (Terceira - Açores) em 1892, e foi um admirável biólogo, naturalista, professor e publicista. Escreveu obras como “Contribuição ao Estudo dos Synchytrium”, “Das Plantas Carnívoras” e “Os Fundamentos Científicos da Sexualidade”.



# CULINÁRIA INTERNACIONAL

Uma vez que estamos na antecâmara do veraneio, Mestre “Saborini” decidiu manter-se por aqui e produzir coisas leves:

## PORTUGAL



### Tomatada de ovos e mais qualquer coisa

**Ingredientes (4 pessoas):** 600 grs. de batata-doce  
1 colher de sopa com sal  
6 tomates (+ 800 grs.)  
1 cebola roxa  
6 colheres de sopa com azeite  
4 dentes de alho  
4 ovos  
salsa e orégãos a gosto  
2 lombos de bacalhau demolido (cada – 250 grs.)



**Preparação:** lave as batatas doces e asse-as no forno temperadas com sal. Ao mesmo tempo, faça a tomatada escaldando os tomates e colocando-os, depois, em água fria antes de lhes tirar a pele e as sementes. Corte estes em seguida aos pedaços pequenos. Ao lume, salteie a cebola em azeite, retire e reserve para quando empratar. Salteie o alho, junte-lhe o tomate e frite até ficar reduzido a um puré. Numa taça, bata os ovos e junte-os ao preparado de tomate adicionando também os orégãos e a salsa já picada, deixando, porém, algumas para decoração no final. Mexa os ovos até secarem ligeiramente. Escalde o bacalhau antes de lhe tirar as espinhas e a pele e prepare as lascas. Emprate.

### Garoupa com aipo, hortelã e arroz



**Ingredientes (4 pessoas):** 2 postas de garoupa (300 grs. cada)  
2 cenouras (300 grs.)  
1 cebola (100 grs.)  
2 dentes de alho  
1 colher de sobremesa com sal grosso  
150 grs. de aipo  
curcuma em pó, cebolinho e hortelã a gosto  
150 grs. de feijão verde rondo  
300 mls. de leite de coco  
50 grs. de gengibre  
1 malagueta

para o arroz:

1,5 lt. de água  
1 colher de chá de sal grosso  
250 grs. de arroz

**Preparação:** corte a garoupa em cubos sem lhe retirar a pele, tire as espinhas e coloque estas em água a ferver por 10 minutos. Num tacho, coloque as cenouras já cortadas em meias luas, a cebola e o alho picados, e junte a água da cozedura das espinhas, temperando com sal. Quando ferver, junte o aipo, a curcuma, o feijão verde em pequenos bocados e o leite de coco. Junte o cebolinho, os cubos de garoupa, a hortelã, o gengibre ralado e a malagueta laminada sem sementes. Para cozer o arroz, ponha a água ao lume com sal e, quando ferver, junte o arroz e deixe a cozinhar durante 15 a 17 minutos. Finalmente, escorra-o num passador e sirva num prato à parte da garoupa, decorado com o cebolinho.

*E tenha um bom apetite e umas reparadoras férias!*







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



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

[www.facebook.com/lancasterschool](https://www.facebook.com/lancasterschool)







## 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>)