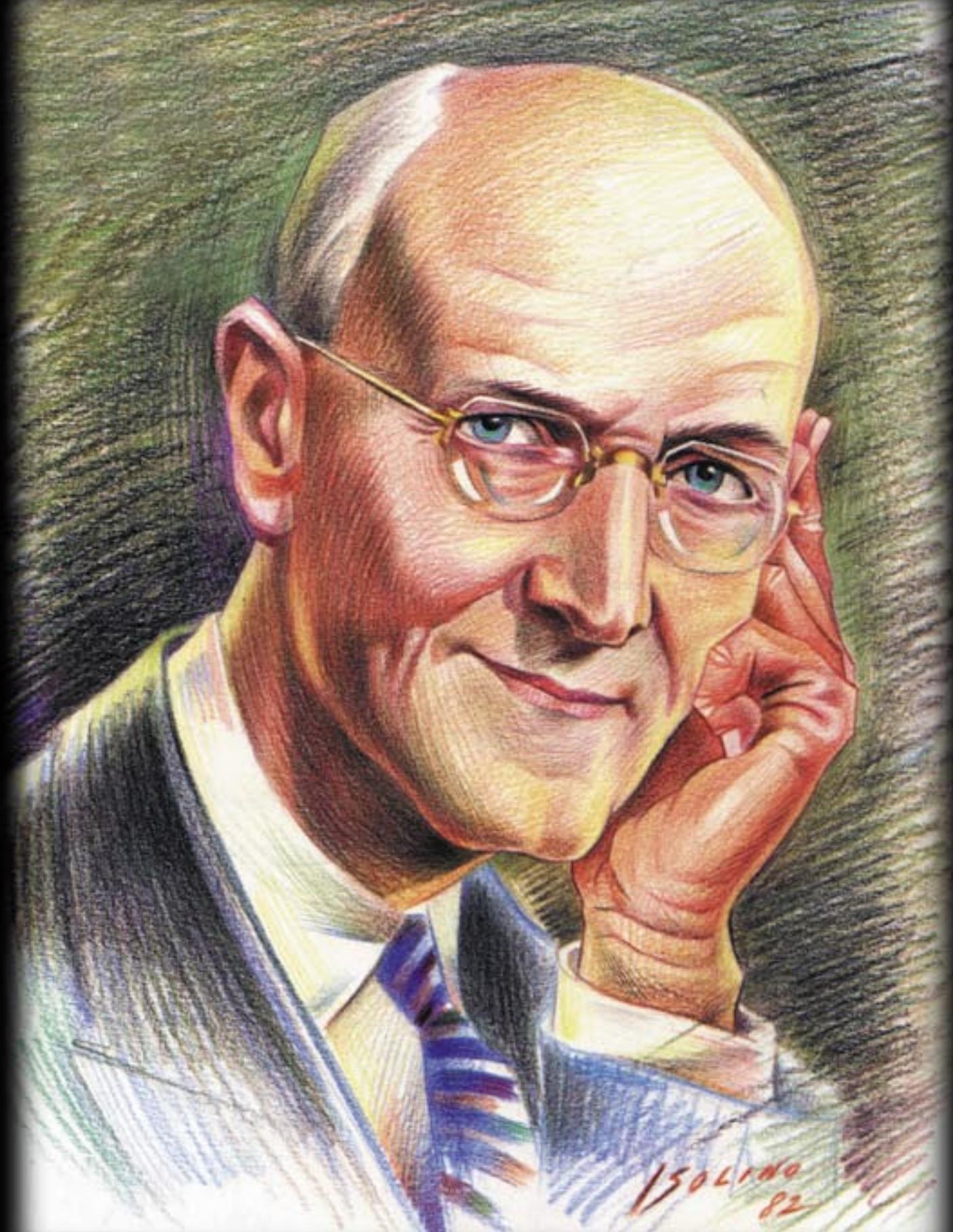


Rotary

Club Vila Nova de Gaia



boletim mensal | ano XXXI | nº 373 | abril de 2014



DOMUS
AQUA

T5 T4 T3 T3 DUPLEX



ABRACE O MAR E CONSTRUA AQUI O SEU FUTURO

961 745 552 223 747 150 www.domusaqua.com www.jaimepocas.pt



SAIMÓVEIS
SOCIEDADE DE MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA, LDA

Mediadores Autorizados
na Compra e Venda de:

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

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



NO MÊS DA REVISTA ROTÁRIA

Como todo o Rotário sabe, Rotary International dedica o mês de Abril de cada ano à Revista, expressão, porém, que devemos considerar como envolvendo toda a forma de comunicação utilizada no mundo rotário como maneira de divulgar a sua existência nas comunidades e de formar e informar os Rotários.

Tendo começado por iniciativa de “Ches” Perry, amigo predilecto de Paul P. Harris, o aparecimento de um órgão de comunicação rotária – a *The National Rotarian* – já no recuado ano de 1911, um título de pouca duração pois que alguns meses mais tarde iria ser substituído pelo *The Rotarian* que veio até aos nossos dias, em face da internacionalização alcançada pelo Rotary, não volveram muitos anos sem que ganhasse corpo a ideia de serem lançadas outras revistas rotárias, agora regionais, que fossem editadas noutras línguas, que não a inglesa, de modo a que os Rotários pudessem mais cómoda e facilmente ler acerca do Rotary na sua própria língua materna.

É nesta linha de pensamento que também em Portugal veio a surgir a ideia do lançamento de uma Revista Rotária para os Rotários Portugueses. Estábamos por alturas de 1935 quando ela surgiu, o que significa que já lá vão quase noventa anos. Cruz Filipe, do Rotary Club de Lisboa, foi o grande paladino dessa iniciativa que durou enquanto ele se manteve como Rotário e produziu as primeiras edições de um “Portugal Rotário”, saídas, aliás, com periodicidade irregular e número de páginas diverso.

Teríamos, depois, que aguardar até ao ano rotário de 1981-82, mais exactamente já na parte final de 1982, para que voltasse a ser considerada a hipótese de dar corpo à existência do “Portugal Rotário”. Era Governador do Distrito 196 dessa altura – e só um Distrito existia, então, em Portugal – Mário Luís Mendes, um renomado professor de medicina da Universidade de Coimbra e membro do clube da “Lusa Atenas”. Ele teve a ideia de reunir todos os Rotary Clubes portugueses dessa época e, definir por sorteio qual, à vez, iria ser o responsável por cada edição mensal que ele pretendia do “Portugal Rotário”. Cada Clube sorteado teria a responsabilidade de financiar e de editar a Revista, e cabia-lhe definir o número de páginas e o seu conteúdo.

O nosso Clube foi um dos sorteados para este esquema que se viria a revelar inconsequente. A nossa capa reproduz precisamente a que foi a da edição que lhe coube garantir, que foi a cores e era ilustrada com um “crayon” do notável professor e desenhista que foi Mestre Isolino Vaz, que foi membro do nosso Clube. A edição teve o nº. 6 e foi referente a Janeiro de 1983. Teve 28 páginas de texto a preto-e-branco.

Mas não se julgue que foram editadas seis revistas mensais. A nossa foi efectivamente a última mas só os Rotary Clubes de Coimbra e de Tomar fizeram, também, vir a lume as que lhes coube respectivamente fazer...

Hoje temos, e já desde há 30 anos, a nossa revista nacional “Portugal Rotário” que goza do estatuto de Revista Regional Oficial do Rotary.

ALC

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, 4400-107V.N. de Gaia – Tel.: 22 374 7500; Fax: 22 374 7576

CONSELHO DIRECTOR

PRESIDENTE – Eurico Basto

PRESIDENTE ELEITO – Eurico Basto

1º VICE-PRESIDENTE – Vítor Canelas

2º VICE-PRESIDENTE – Artur Lopes Cardoso

1º SECRETÁRIO – Manuel Júlio Santos

2º SECRETÁRIO – Vítor Canelas

TESOUREIRO – Jaime Poças

1º PROTOCOLO – António Meira

2º PROTOCOLO – Tiago Mendes

DIRECTOR DE PROGRAMAS – Artur Lopes Cardoso

COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

PRESIDENTE – Ângelo Sá

PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Artur Lopes Cardoso & Joaquim Gomes Pinto

FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO – António Cândido Leite & Mónica Gonçalves

COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

PRESIDENTE – Joaquim Gomes Pinto

ADMISSÃO DE NOVOS SÓCIOS – Jorge Silveira

RETENÇÃO DE SÓCIOS – Vítor Canelas

INFORMAÇÃO ROTÁRIA – Joaquim Gomes Pinto

COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS

PRESIDENTE – Eurico Basto

RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL – António Meira & Artur Lopes Cardoso

EVENTOS – Jaime Poças, Mizi Reis & Mónica Gonçalves

COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

PRESIDENTE – Américo Camarinha

SERVIÇOS À COMUNIDADE – Vítor Canelas, Tiago Mendes & Mizi Reis

SERVIÇOS PROFISSIONAIS – Jorge Silveira

SERVIÇOS INTERNACIONAIS – Luiz Carlos Oliveira

CAPTAÇÃO DE RECURSOS & NOVAS GERAÇÕES – Vítor Canelas

ALDEIA SOS – Américo Camarinha & Ângelo Sá

COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

PRESIDENTE – Rui Amandi de Sousa

DOAÇÕES ANUAIS – Jaime Poças

SUBSÍDIOS – Joaquim Gomes Pinto

FUNDO PERMANENTE – Joaquim Gomes Pinto

“POLIOPLUS” – Jorge Silveira

BOLSAS DA PAZ MUNDIAL – Luiz Carlos Oliveira

BOLSAS EDUCACIONAIS – Mizi Reis

DELEGADOS

FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA – Eurico Basto

REVISTA “PORTUGAL ROTÁRIO” – Artur Lopes Cardoso

SEDE – Rua Consº. Veloso da Cruz, 749-2º Esqº., 4400-095 Vila Nova de Gaia. “Mail” <rcvngcd67@ol.pt>

Distribuição gratuita, incluindo todos os Rotary Clubes do Continente e das Regiões Autónomas.

Depósito Legal nº. 2073/83

Pessoa Colectiva nº. 503 231 053

Tiragem – 650 exemplares

||| **programa para o mês de MAIO** |||**Dia 1**

Cancelada por ser Feriado Nacional.

Dia 8REUNIÃO Nº. 2051 21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.**Dia 15**REUNIÃO Nº. 2052 20 horas – Jantar festivo dos Clubes
das 5^{as}-feiras.
Na “Casa da Agra”, Castelo da Maia.
Organização do Rotary Club de Águas
Santas/Pedrouços.**Dia 22**REUNIÃO Nº. 2053 21,30 horas – Café.
COMPANHEIRISMO.**Dia 29**REUNIÃO Nº. 2054 21,30 horas – Café com Cônjuges.
Palestra pelo Exmº Sr. Dr. João Vilares,
de “Engenho & Arte”, sobre “UMA
ESCOLA DE JOALHARIA”.

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

NATALÍCIOS

Dia 6 – D. Rosa Celeste Barros da Silva Meira

DE CASAMENTO

Dia 15 – Luiz Jorge Moreira Pinto Silveira

Drª. Teresa Patrícia Gomes Regadas Silveira

Em Festa no Nossa Distrito

Em Maio festejam o aniversário de admissão em Rotary International o Rotary Club de Arcos de Valdevez, no dia 5, o Rotary Club de Mirandela, no dia 8, o Rotary Club de Paredes, no dia 10, o Rotary Club de Gaia-Sul, no dia 16, 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 Porto-Antas, no dia 28, o Rotary Club de Porto-Portucale, NG, no dia 29, os Rotary Clubes de Bragança e de Montemor-o-Velho, no dia 30, e o Rotary Club de Castelo de Paiva, no dia 31.

Felicitamos sinceramente todos os nossos Companheiros em festa.

ÍNDICE

No Mês da Revista Rotária	1	Dicas Históricas do Rotary	12
Programa para o Mês de Maio	2	Fundamentos e Expressão da Ética Rotária.	13
Companheirismo	2	Boas Notícias em Português.....	15
Página do Presidente	3	A Hipertensão Arterial	16
Poesia	4	Frases Influentes	17
Secretaria	5	Porquê sou Rotário?	18
O Panorama das Revistas Rotárias	7	Conheça os seus Maiores	19
Noticiário do Rotary	9	Culinária Internacional	20
Curiosidades	10		

PÁGINA DO
PRESIDENTE

MÊS DA REVISTA.
O ROTARY TOPA-SE EM QUALQUER LUGAR.



Eurico de Lima Basto
Presidente 2013-14



Eu junto do cartaz principal da mostra.

e dignificar a imagem do Clube junto do Distrito e de outras entidades rotárias e não rotárias a quem era dirigida. Agora, na sua forma actual, dirige-se a todo o público que a consulte, o que, alarga substancialmente o seu público leitor.

2. Para participar numa reunião científica, desloquei-me a Paris, entre 27 e 30 de Março. Fiquei alojado em Bercy e ao passear, no fim do dia, pela Bercy Village, um local encantador e muito concorrido resul-

tante da recuperação de antigas adegas, deparei-me com cinco pequenas tendas com indicativo do Rotary, todas com o seguinte objectivo comum: Descubra as Acções do Rotary.

Dedicada a divulgar o Rotary, cada tenda, entregue a um Clube do Distrito 1660, tinha como missão divulgar como Tarefas do Rotary: acabar com a Polio, o Humanitarismo, o Profissional, a Juventude e a Água sem Fronteiras Internacionais.

No dia 29, decorreu, em simultâneo, a Conferência do Distrito 1660. Bela acção e exemplo de divulgação do Rotary. Junto algumas fotografias do evento.

Efusivas Saudações Rotárias e pessoais do

Eurico de Lima Basto
Presidente do Rotary Club de Vila Nova de Gaia.



Um dos cartazes colocados na entrada das tendas.



Posando com alguns dos Rotários franceses animadores do evento.

PS: não pratico o denominado “novo acordo ortográfico”.

Poesia

Giuseppe Ungaretti

SILÊNCIO

Conheço uma cidade
que cada dia se enche de sol
e tudo desaparece num momento.

Cheguei lá quase noite.

No coração durava o ruído
das cigarras.

Do navio
envernizado de branco
eu vi
a minha cidade perder-se
deixando
um pouco
um abraço de lumes no ar indeciso
suspenso.

SEPARAÇÃO

Vede: eis um homem
uniforme.

Vede: eis uma alma
deserta
um espelho impassível.

Sucede-me acordar
e recompor-me
e possuir.

O raro bem que me nasce
que devagar me nasce.

E quando já durou
como insensivelmente morreu.

JUNHO

Quando
me morrerá
esta noite
e como um outro
poderei olhá-la
e dormir poderei
ao círcio
das vagas
que acabam
de envolver
a cintura de esponjas
da minha casa.

Quando despertarei
no teu corpo
que se modula
como a voz do rouxinol.

Se extenua
como a cor
reluzente
do grão maduro.

Na transparência
da água
o ouro velino
da tua pele
orvalha-se trigueiro.

Librada
pelas facas
vibrantes
de ar serás
como uma
pantera.

Nas hastas
móveis

da sombra
desfolhar-te-ás.

Rugindo
muda naquela
pólvora
sufocar-me-ás.

Depois
fechar-me-ás as pálpebras.

Veremos o nosso amor rec-
linar-se
como à noite.

Depois verei
tranquilo já
no horizonte de betume
das tuas íris morrerem-me
as pupilas.

Agora
o sereno fecha-se
como
a esta hora
na minha terra de África
os jasmins.

Perdi o sono.

Oscilo
ao canto de uma estrada
como um vagalume.

Morrer-me-á
esta noite?



Com. Manuel Júlio Santos

RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de Braga – os Compºs. António Meira, Luís Jorge Silveira e Rui Amandi de Sousa; no Rotary Club de Leça da Palmeira – o Compº. Eurico Basto; no Rotary Club da Maia – os Compºs. António Meira, Artur Lopes Cardoso, Eurico Basto e Rui Amandi de Sousa; no Seminário de Formação da Equipa Distrital, em Estarreja – o Compº. Artur Lopes Cardoso; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e Manuel Júlio Santos; em reunião da Comissão Executiva da Gala da The Rotary Foundation – os Compºs. Américo Camarinha e Rui Amandi de Sousa; em reunião do Conselho de Governadores – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e Rui Amandi de Sousa; em reunião da Comissão Distrital da The Rotary Foundation – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e Rui Amandi de Sousa.

DERAM-NOS A HONRA DA SUA VISITA

As Compºs. Cristina Henriques e Elsa Brás, do Rotary Club de Águas Santas/Pedrouços. O Compº. José Trindade, do Rotary Club de Gaia-Sul. O Compº. António Ambrósio, com sua Mulher, do Rotary Club da Maia. O Compº. Rui Sequeira, do Rotary Club de Matosinhos. O Compº. Júlio Oliveira, do Rotary Club de S. João da Madeira. Os Compºs. Jorge Brandão e Paulo Soares, do Rotary Club de Senhora da Hora. Os Exmºs. Srs. Drª. Fátima Sequeira, Jorge Leitão e Margarida Pessoa Vaz. A menina Helena Sequeira.

CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

“E-mail” para o Secretário da Governadora a informar sobre a nossa assiduidade em Fevereiro (67%).

CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas: Para o mês de Março, dos Rotary Clubes de Algés, Almeirim, Amadora, Braga-Norte, Carnaxide, Cascais-Estoril, Coimbra, Estoi Internacional, Feira, Lisboa-Norte, Lisboa-Olivais, Loures, Machico-Santa Cruz, Mafra, Maia, Moita, Oeiras, Ovar, Palmela, Paredes, Penafiel, Porto, Porto Portucal-NG, Santo Tirso, Setúbal, Sever do Vouga, Sintra, Tavira, Valongo, Viana do Castelo, Vila Nova de Famalicão, Vila Verde e Vizela e Rotaract Club de Estarreja. **Convites:** do Rotary Club de Braga, para a Visita Oficial da Governadora; do Rotary Club de Espinho, para o espectáculo de Música Ligeira e de Fado; do Rotary Club da Maia, para reunião com palestra pelo Prof. Doutor Daniel Serrão; do Rotary Club do Porto, para a “Corrida do Pai”; dos Rotary Clubes de Algés, Carnaxide, Cascais-Estoril, Oeiras, Parede-Carcavelos e Sintra, e Clube Português de Automóveis Antigos, para o II Passeio Rotário de Automóveis Antigos que, em conjunto,

organizam. Da Comissão Distrital de Serviços Internacionais, para participação na “Feira de Projectos” da XXXI Conferência de Distrito, com seu Regulamento. Da “Casa da Amizade” do Rotary Club de Valongo, para a “Festa da Primavera”. Dos Bombeiros Voluntários de Aguda, para as cerimónias de celebração do seu 89º aniversário. Da APPACDM, para as comemorações do seu 41º Aniversário. De GAIANIMA a acusar a recepção e a agradecer o envio do nosso Boletim. Da Fundação Rotária Portuguesa, a remeter o Regulamento do Concurso Lírico. Do Governador Eleito Fernando Laranjeira, para a ação de Formação de Presidentes Eleitos (PETS), em S. João da Madeira. Do Secretariado do RYLA a recordar a data limite para inscrições. **Cartas:** da Associação Portuguesa para as Perturbações do Desenvolvimento e Autismo, a agradecer a oferta de 16 toalhas para o seu refeitório, e da Aldeia de Crianças SOS, a agradecer a oferta de géneros alimentícios feita pelo Clube. **“E-mails”:** informativo da Convenção de Sydney (Austrália). Da Governadora Compº. Goreti Machado, enviando formulário para candidatura à obtenção de Menção Presidencial. Do Governador Eleito, Compº. Fernando Laranjeira, com programa e ficha de inscrição da Assembleia Distrital. Do Rotary Club de Cascais-Estoril, com informação sobre as Jornadas de Saúde de Cascais. Programa e ficha de inscrição no Seminário de Formação da Equipa Distrital do Distrito 1970, em Estarreja.

PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins dos Rotary Clubes de Ermesinde, Fafe, Milano-Aquileia (Itália) e Vila Nova de Gaia. Boletim da Fundação Rotária Portuguesa. “Newsletter” nº. 9 do Distrito 1960.

PUBLICAÇÕES NÃO ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Audiência”, “O Gaiense”.

VISITE O “SITE” DO NOSSO CLUBE EM:
<http://rotaryvng.com>

Farmácia Portela

ABERTO 24 HORAS

Homeopatia
Fitoterapia
Ortopedia
Podologia

Equipamentos para
geriatria e deficientes

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



DISPONIBILIZAMOS-LHE
UM SERVIÇO PERSONALIZADO



Inovação em
ambientes
cerâmicos

Almeida & Xavier, Lda.

Saniax



Decoração de
Salas de Banho



Stand Vendas . Rua Soares dos Reis, 82 - Armazém . Rua da Rasa, 89

Telf: 223 745 922 . Fax: 223 745 929 - 4400 - 271 Vila Nova de Gaia

Email saniax@netc.pt

ARTUR LOPEZ CARDOSO
ADVOGADO

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

FRANCISCO MANUEL ESPINHAÇO
ADVOGADO

RUA ANTÓNIO PATRÍCIO, 253 - 4150 - 100 PORTO
Telfs. 22 600 58 65 / 16 - Fax 22 600 55 04

TRATAMENTO
com implantes

R. 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

JORGE SILVEIRA
MÉDICO DENTISTA

BRANQUEAMENTOS
dentários

R. Principal, 1280 • Edifício C. Com. Jardim, loja 5
4525-189 Canedo-Feira
Telfs.: 227 634 438 • Tlm.: 929 101 119
clinicadentaria.jardim@gmail.com

O PANORAMA DAS REVISTAS ROTÁRIAS

Bem poderá reconhecer-se que se deve a Chesley “Ches” Perry, que tantos anos serviu como Secretário do Rotary e era, por assim dizer, o “braço direito” de Paul Harris, o aparecimento de uma Revista Rotária. Isso aconteceu em Janeiro de 1911 e, então, sob a designação de *The National Rotarian*, um título que a curto prazo seria substituído pelo actual *The Rotarian*, logo que o Rotary ultrapassou as fronteiras dos Estados Unidos, mediante a formação do Rotary Club de Winnipeg, no Canadá. Foi assim que, sumariamente, nasceu o órgão oficial do R.I.. Era, como se comprehende, redigida em língua inglesa, como ainda hoje é.

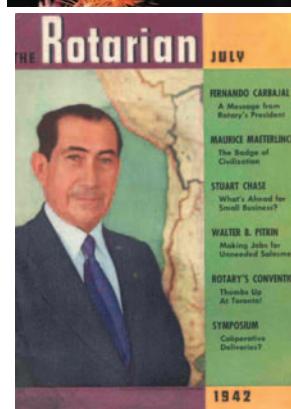
Mas o Rotary foi-se espalhando por todo o mundo, progressivamente, e não tardou em surgir e se desenvolver a ideia de se dar existência a mais revistas de carácter rotário, seja para corresponderem melhor aos sentimentos, trabalhos e ideias regionais, seja mesmo que se mostrassem redigidas em outras línguas, que não somente em inglês, como maneira de mais facilmente os Rotários as poderem ler e, assim, mais comodamente poderem apreender acerca do Rotary.

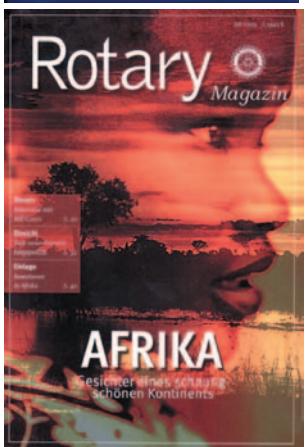
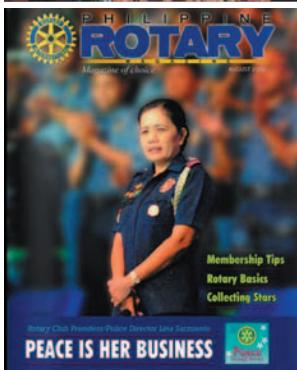
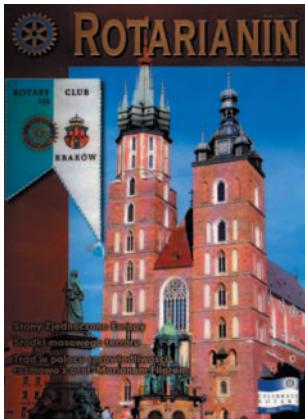
Por ordem cronológica, a primeira revista regional a arrancar viria a ser a inglesa – hoje a *Rotary Today* – em 1915 (Grã-Bretanha e Irlanda), e a Revista Rotária, na América Latina, hoje desaparecida, mas que foi a primeira a surgir em língua diferente da inglesa.

Depois viriam a *Brasil Rotário* e *Rotary*, em italiano, em 1924, a *Rotary Suisse Liechenstein* em 1926, publicada em 3 línguas (alemão, francês e italiano), para o Lichenstein e a Suíça, em 1927 surgiram *El Rotário de Chile*, em castelhano, *Rotary África*, em inglês, visando a África do Sul, Botswana, Comores, Djibouti, Etiópia, Ilhas Maurícias, Quénia, Lesotho, Madagascar, Malawi, Namíbia, Reunião, Seychelles, Suazilândia, Tanzânia, Uganda, Zâmbia e Zimbabué, e *De Rotarian*, também já desaparecida, em holandês. e em 1929 a *Rotary Magazine*, em árabe e em inglês, para a Arménia, Bahrain, Chipre, Egipto, Emiratos Árabes Unidos, Geórgia, Jordânia, Líbano e Sudão, e a *Rotary Magazin*, em alemão, para a Alemanha e a Áustria.

Na década de 30 do Séc. XX surgiram, em 1933 *El Rotário Peruano*, em castelhano, e em 1936 a *Rotary Norden*, editada em cinco línguas, dinamarques, finlandês, islandês, norueguês e sueco, para a Escandinávia. E nenhuma surgiu de novo na década de 40.

Porém, na de 50 do mesmo século, apareceriam *Le Rotarien* em 1952, em francês, para Andorra, Argélia, Benin, Burkina Faso, Chad, Congo, Costa do Marfim, França, Gabão, Guadalupe, Guiana Francesa, Guiné, Guiné Equatorial, Líbano, Mali, Marrocos, Martinica, Mauritanía, Mayotte, Mónaco, Níger, Nova Caledónia, República Centro-Africana, Ruanda, Senegal, St. Pierre et Miquelon, Tahiti, Togo, Tunísia e Vanuatu, e a *Rotary News*, em inglês, para o Bangladesh, Índia, Nepal e Sri Lanka, a *The Rotary-No-Tomo*, em japonês e inglês, a *Vida Rotária*, em castelhano, em 1955, para a Argentina.





Na década seguinte, vieram, em 1960, a *The Rotary Monthly*, em chinês, para China, Hong Kong, Macau, Mongólia e Taiwan, em 1963 a *The Rotary Korea*, em coreano e inglês, para a Coreia do Sul, e a *Rotary Down Under*, em inglês, para a Austrália, Fiji, Ilhas Cook, Norfolk e Salomão, Kiribati, Nova Zelândia, Papuásia Nova Guiné, Políésia Francesa, Samoa e Tonga, em 1965.

Na década de 70, foram as chegadas de *Colômbia Rotária*, em 1970, em castelhano, em 1974 a *Rotarismo en México*, também em castelhano, e a *Philippine Rotary*, em inglês.

Revelar-se-ia fértil a década de 80, com o surgimento de *Rotary Dergisi*, em turco, para o Azerbaijão, o Cazaquistão, o Kirguistão, a Turquia e o Turquemenistão, da *Rotary Thailand*, em tailandês, e a *Rotary Samachar*, em hindi, para os mesmos países que a *Rotary News*, todas em 1983, de *Portugal Rotário*, em português e para Angola, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Macau, Moçambique, Portugal, S. Tomé e Príncipe e Timor-Leste em 1984, e, no mesmo ano, *Rotary Contact*, em alemão, francês e italiano, para a Bélgica e o Luxemburgo.

Nos anos 90 seria o aparecimento da *Rotary Good News*, em checo e eslovaco e para a Eslováquia e a República Checa, a *Revista Rotária*, em castelhano, segunda versão, para Bolívia, Costa Rica, El Salvador, Equador, Guatemala, Honduras, Nicarágua, Panamá, Paraguai, República Dominicana, Uruguai e Venezuela, em 1992 e a *Rotary Israel*, em árabe, hebreu e inglês, também já cessada, e a *Rotary in Bulgária*, em búlgaro, para a Bulgária e a Sérvia, ambas em 1995.

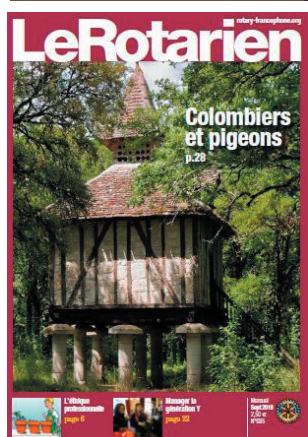
Na viragem do século iríamos ter a *España Rotária*, em castelhano, em 2001, e a *Rotarianin/Glos Rotary*, em ucraniano, para a Bielorrússia, a Polónia e a Ucrânia, em 2004, e a *Rotariets*, em russo no ano seguinte.

Não se julgue, porém, que todas as revistas rotárias, que efectivamente circulam e têm diversos tipos de frequência das suas edições e muito díspares tiragens em cada uma destas, gozam do estatuto especial de serem consideradas pelo Conselho Director do R.I. como aprovadas, prescritas e recomendadas para os Rotários a que se destinam. Gozarem deste estatuto confere-lhes a posição de Revistas Regionais Oficiais do Rotary.

Deste especial tratamento goza a nossa *Portugal Rotário* e desde Janeiro de 1987, e quinquenalmente as que estão neste caso são reavaliadas por uma Comissão especial de modo a aquilatar se devem continuar a ser consideradas ou deixar de o ser.

De todo o modo, todas as revistas rotárias estão enquadradas numa organização que dá pelo nome de *Rotary World Magazine Press*.

Todos os meses vêm para a rua Revistas Rotárias Regionais que são editadas em 18 línguas diferentes. A sua circulação em média está prestes a atingir o milhão de exemplares.



NOTICIÁRIO DO ROTARY

NÚCLEO ROTARY DE DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO

Foi assinado em Fevereiro passado o Certificado de Organização do NRDC do Rotary Club de Mafra. Surge, assim mais um NRDC no Distrito 1960.

DE PARABÉNS

As melhores felicitações a “PORTUGAL ROTÁRIO”, a nossa Revista Regional Oficial do Rotary, que cumpre neste mês 30 anos de publicações regulares na sua terceira, e actual, fase de surgimento.

FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA

No decurso dos trabalhos da última reunião da Assembleia de Representantes da FRP, foram eleitos para os seus Corpos Gerentes os seguintes Rotários: para Vice-Presidente (D. 1970), o Compº. Armindo Lopes Carolino (R. C. Pombal); para Vogais do Conselho de Administração (D. 1960), os Compºs. Alberto Jorge Esteves Guerra (R. C. de Oeiras) e Luís Manuel Santos Valente (R. C. Entroncamento), e (D. 1970) Alcides Sá Esteves (R. C. Estarreja) e Manuel Alberto Moreira Falcão (R. C. Matosinhos); e para Vogais da Comissão Revisora de Contas, os Compºs. António Nunes (D. 1960 – R. C. de Cascais-Estoril) e António Condé Pinto (D. 1970 – R. C. Senhora da Hora).

PERSPECTIVAS DE NOVOS CLUBES

No Distrito 1960 evidam-se esforços para a formação de um Rotary Clube em Sines, numa acção em que é clube-padrinho o Rotary Club de Barreiro. Já no que se refere ao nosso Distrito começaram diligências tendentes à formação de um Rotary Clube em Gouveia, no que é padrinho o Rotary Club de Trancoso e Representante Especial da Governadora a Compº. Ângela. E estão a equacionar-se as hipóteses de formação de Rotary Clubs em Santa Comba Dão, sendo

padrinho o Rotary Club de Viseu, e em Miranda do Douro, apadrinhado pelo Rotary Club de Bragança.

UM JUSTO GALARDÃO

O Conselho de Curadores da Fundação Rotária do R.I. distinguiu o Gov. 2006-07 (D. 1970) Álvaro de Oliveira Gomes com o Prémio por Serviço Regional por um Mundo Livre de Polio – 2013-14, pela sua porfiada acção de fomento da Campanha de Erradicação Global da Polio.

SUBSÍDIOS DA FUNDAÇÃO ROTÁRIA

Estão nesta altura diversas candidaturas a Subsídios para projectos dos Clubes no nosso Distrito: o pedido pelo Rotary Club de Chaves, para apoio à construção de uma oficina de artes para a sua Universidade Senior, no valor de 2.468 dólares; o do Rotary Club de Marinha Grande, para ajuda alimentar a 10 famílias durante seis meses, no valor de 2.338 dólares; o do Rotary Club de Matosinhos, para apoiar a “Casa do Caminho” com 3 nebulizadores, no valor de 1.414 dólares; o do Rotary Club de Oliveira de Azeméis, para dotar com 30 cadeiras de rodas IPSS do concelho, no valor de 2.467 dólares; o do Rotary Club de Porto-Foz, para apoio a jovens sobredotados, no valor de 2.119 dólares; os do Rotary Club de Senhora da Hora, para apoio a 86 famílias pobres através da Conferência de S. Vicente de Paulo, no valor de 292 dólares, e de ajuda a duas famílias carenciadas, no valor de 545 dólares; o do Rotary Club de Vizela, para aquisição de equipamento “snoezelen” para a AIREV, no valor de 1.872 dólares; o do Rotary Club de Braga, para apoio à acção da Associação de Solidariedade de S. Tiago, de Fraião, no valor de 2.403 dólares; o do Rotary Club de Viseu, para ajuda à APPDA em equipamento informático, no valor de 1.604 dólares; o do Rotary Club de Póvoa de Lanhoso, para vacina especial a criança, no valor de 770 dólares; e o do Rotary Club de Felgueiras, para apoio ao Centro Social e Paroquial de Santa Maria de Pombeiro, no valor de 2.124 dólares.



Giovanni Gino Marello



Curiosidades

Nos Estados Unidos, o “Sistema Interestatal Eisenhower” impõe que haja uma milha de estrada recta em cada cinco milhas. Os troços em recta são pistas utilizáveis pelos aviões em caso de guerra ou por outras emergências.



Há um ditado que reza: “Tens de aprender alguma coisa nova em cada dia.” O problema é que, após certa idade, o que se aprende hoje logo se esquece amanhã. De todo o modo, é melhor tentar sempre.



Na Antiguidade, o porto fenício de Biblos era conhecido como sendo o centro do comércio de papiro. Por isso, os gregos deram o nome de “bíblias” aos próprios papilos, e assim passaram a ser designados os livros feitos com folhas de papiro. Mesmo o nome da Bíblia, que designa o livro das Escrituras Sagradas, está ligado ao nome da cidade de Biblos: o grego “tà Bíblía” significa “os livros” por excelência.



Quando Ângelo Giuseppe Roncalli foi eleito Papa, em 1958, e adoptou o nome de João XXIII, ao escolher o seu brasão quis manter o que já tinha como Patriarca de Veneza: o trirremo que fazia parte da família Roncalli e o leão de S. Marcos. O único símbolo que lhe acrescentou foram as chaves cruzadas de S. Pedro. Ao artista que preparava o modelo do brasão apenas recomendou: “Por favor, não faça o leão de S. Marcos olhando com uma expressão feia”.



A célebre Esfinge do Cairo representa a imagem do faraó Cafren, que reinou entre 2.500 e 2.600 anos aC. A particularidade desta estátua reside no facto de ter sido esculpida a partir de um só bloco de pedra.



Os ingredientes que são a base da cola permitem melhorar o aspecto de objectos metálicos oxidados. O oxigénio normalmente combina-se com o metal e forma uma película opaca na superfície metálica.

Esses ingredientes reagem com o oxigénio da superfície e libertam o óxido, restituindo ao metal a claridade inicial.



No Séc. XIII, a República de Veneza transferiu para a Ilha de Murano todas as fábricas que produziam vidro. A razão oficial desta decisão foi preservar a cidade de eventuais fogos causados pelos fornos. Porém, a verdadeira razão foi esconder os conhecimentos e proteger os segredos industriais que permitiam produzir os já então famosos vidros coloridos.



O continente que tem a maior depressão é a Ásia e ela é o Mar Morto, que se situa 395 ms. abaixo do nível do mar. O segundo continente com maior depressão é a África e é o Lago Assal (-155 ms.); segue-se a América do Norte, com o Vale da Morte (-86 ms.).



No ténis, os pontos do jogo não são sempre múltiplos de 15. O primeiro ponto vale 15; o segundo 30; o terceiro já vale 40. Esta alteração resulta de que, na língua inglesa, pronunciar 40 (“forty”) é mais rápido que pronunciar 45 (“forty-five”).



Os habitantes do Liechtenstein, um pequeno país europeu entalado entre a Suíça e a Áustria, são menos de 40.000. Destes, cerca de 7.000 estão na capital, Vaduz.



A pólvora para as armas de fogo já era utilizada no Séc. XIV. O seu uso para fins não bélicos atrasou-se mais devido à sua perigosidade no manuseamento. Uma das primeiras utilizações conhecidas foi em 1679, durante a escavação do Túnel de Malpas, quando estava a ser aberto o Canal do Midi, em França.



gesdaq

Gesdaq - Auditoria e Gestão de Empresas Lda.
Rua do Jardim, 23 • 4405-827 Vila Nova de Gaia
Telef.: 227 118 612 • Fax: 227 118 609
www.gesdaq.pt & www.facebook.com/gesdaq



Rua do Jardim, 23 • 4405-827 Vila Nova de Gaia
Telef.: 227 118 612 • Fax: 227 118 609



ilook Store - Apple Premium Reseller
Loja Oficial Apple em Braga
Braga Parque - Loja 219B T • 4710-427 Braga
Telef.: 253 612 451 • Fax: 253 612 453
www.ilookstore.pt
www.facebook.com/ilookstore



Promais.com líder de vendas online Apple em Portugal.
Paio Mendes, 67 • 4700-424 Braga
Telef.: 253 208 243
www.promais.com
www.facebook.com/PromaisCOM

DICAS HISTÓRICAS DO ROTARY

Imagine que:

- 👉 O Rotary Club de Reno, Nevada (EUA) está mais a oeste do que o Rotary Club de Los Angeles, Califórnia (EUA).
- 👉 As reuniões do Rotary Club de Portland, Maine (EUA), são realizadas mais ao sul que as que são realizadas nos Rotary Clubes de Londres (Inglaterra).
- 👉 O Rotary Club de Pensacola, Florida (EUA), fica mais a oeste que o Rotary Club de Detroit, Michigan (EUA).
- 👉 O Rotary Club de Cairo, Illinois (EUA), fica a sul do Rotary Club de Richmond, Virgínia (EUA).
- 👉 Há 141 Rotary Clubes com a palavra “Tokyo” nas suas denominações.
- 👉 O Rotary Club de Nome, Alasca (EUA), fica a oeste do Rotary Club de Honolulu, Hawaii (EUA).
- 👉 O Rotary Club de Santiago (Chile) está localizado a leste do Rotary Club de Filadélfia, Pensilvânia (EUA).
- 👉 Cada uma das reuniões dos Rotary Clubes da Austrália realiza-se a leste dos Rotary Clubes de Hong Kong.
- 👉 Os Rotary Clubes de Quito (Equador), o de Libreville (Gabão), o de Singapura e o de Campala (Uganda) têm em comum o facto de todos estarem localizados na linha do Equador.

Em muitos Rotary Clubes de todo o mundo há o hábito de iniciar as reuniões com uma oração ou um pedido de bênção. Isso é feito sem nenhuma menção a qualquer religião ou credo. As normas do Manual de Procedimento reconhecem que os Rotários representam as várias crenças religiosas, ideias e credos. Geralmente, todas as reuniões do “Board” e as reuniões das diversas Comissões começam com uma meditação.

As crenças religiosas de todos devem ser respeitadas e nada no Rotary deve dar a impressão de que os seus sócios não são livres de seguir a religião que desejarem.

Cada Rotary Clube é autónomo e, por isso, a prática de nele se fazer uma oração ou invocação nas suas reuniões deve ser de tal modo que tudo seja conduzido com carácter ecuménico respeitando as convicções e credos religiosos de todos os membros.

FUNDAMENTOS E EXPRESSÃO DA ÉTICA ROTÁRIA



Pierre Moulié

Gov. 2005-06 do D. 1770

Rotary Club de Paris-Norte

Oque faz a dimensão rotária da nossa ligação ao Clube não é a escolha de que fomos alvo pelos que já ao clube pertenciam. Não é a amizade o que nos une, a despeito de ela ser muito necessária; também não é a especificidade da profissão que exercemos e a nossa responsabilidade profissional. É a circunstância de pertencermos a um grande movimento mundial criado em 1905 por um americano visionário que soube descortinar o bem e o mal tal com os conheceu no princípio do Séc. XX.

Este movimento que nos confere a qualidade de Rotário, foi baseado em valores e numa determinada ética.

O lema presidencial constitui o melhor meio de qualquer clube se inserir nos objectivos do R.I.. Cada Presidente do Rotary International escolhe um lema e no quadro das orientações estratégicas médias do R.I., fixa os objectivos para cada ano nos diversos domínios da acção a desenvolver (cinco nesta altura) e quanto aos três vértices do Plano Estratégico. Esse lema apresenta-se sob a forma dos objectivos a atingir pelos clubes com determinada ponderação para cada um dos objectivos, um mínimo de resultados a alcançar (quanto a efectivos, + 1 membro líquido com referência a 1 de Julho anterior).

A ética é o fundamento histórico do Rotary.

O Rotário deve recordar-se de que a história do Rotary começa pelo entendimento entre quatro pessoas de Chicago que quiseram fazer prevalecer regras éticas no mundo dos negócios, num momento da história americana que ainda não tinha ultrapassado totalmente o rude período da construção dos Estados Unidos. A epopeia do “western” e os ajustes de contas por meio da força não eram ainda assim tão antigas e impunha-se a moralização dos negócios.

A proibição do álcool e do jogo viriam recordar, duas décadas mais tarde em relação à criação do Rotary, que a moral e a ética são um combate permanente.

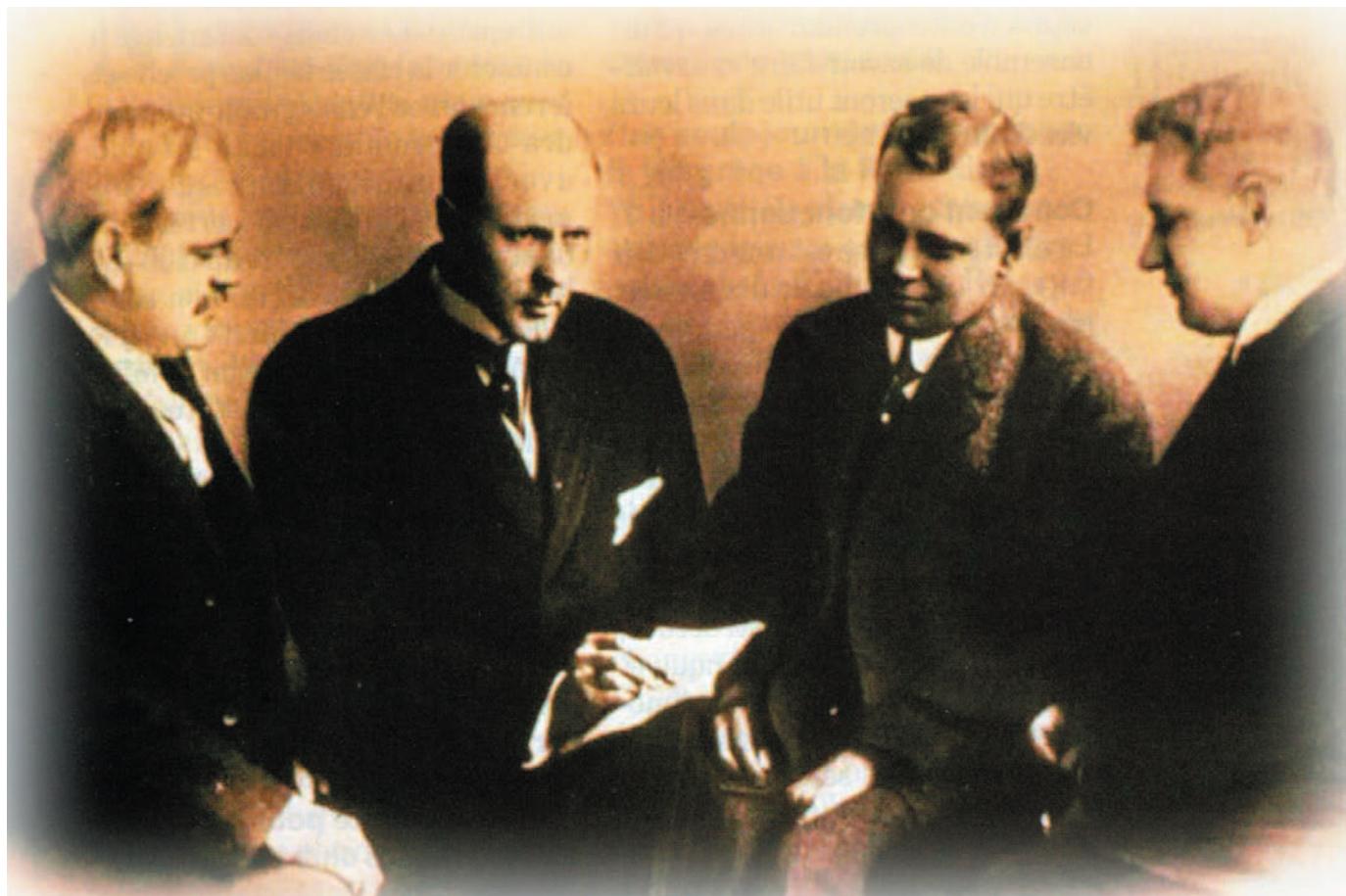
A sorte dos Estados Unidos reside no protestantismo de algum modo pouco ascético das suas elites, baseados nos Padres peregrinos e na Alta Sociedade Protestante, que impregna ainda a civilização americana e que, sob certo ângulo, manifesta alguns pudores que nos parecem antiquados.

O Rotary assenta raízes nesta vontade de moralizar os negócios.

Há quem considere que as referências à paz, à justiça, à equidade, à ética têm certa conotação teosófica, quase religiosa! O Rotary poderá parecer a alguns como impondo as suas exigências profissionais, morais e éticas, como um “sonho côn-de-rosa” jamais realizado, mas que suporta e orienta a acção dos Rotários, tal como pode fazer um movimento filosófico.

Mas não cedamos à tentação de avaliar a evolução da sociedade olhando apenas para nós mesmos. O nosso único objectivo a nível do Rotary International é o de este “ser conhecido em todo o mundo pelo seu empenhamento e pelos contributos dos seus clubes, para que essas acções melhorem as condições de vida no mundo”.

A nossa missão, segundo o Plano Estratégico, é “servir os outros, promover a integridade e favorecer o entendimento internacional, a boa vontade e a paz, através dos nossos decisores locais, cívicas e profissionais”.



Como poderemos valorizar a ética em determinado clube.

Em que valores se apoia a ética rotária?

O Plano Estratégico do Rotary proclama um certo número de valores fundamentais, que, por sua vez, são valores no sentido clássico do termo mas configuraram também disposições comportamentais dentro da tradição anglo-saxónica.

São, deste modo, colocados em evidência cinco valores:

- Em primeiro lugar, o serviço – o lema “dar de si antes de pensar em si” - ou seja servir os outros sem esperar recompensa que não seja uma simples satisfação moral. Trata-se não apenas de desinteresse, mas ainda da vontade de “fazer o bem”, o que é uma tradição fortemente radicada na alma humana, tomar em conta a situação dos meios que permitem alterar a vida.
- Em segundo lugar, o companheirismo, indispensável numa comunidade humana ligada por um ideal comum. É o cimento de qualquer clube, condição essencial do seu êxito.
- Em terceiro lugar, a diversidade, pois que ela é a riqueza principal de uma colectividade aberta, contra o ensimesmismo, os fenómenos identitários, o comunitarismo, o integrismo. É um elemento fundamental para um movimento mundial tal como o Rotary é.
- Em quarto lugar, a integridade, na qual se reconhece a ligação directa com a ética. Não é apenas necessário haver regras exigentes, pois é ainda preciso respeitá-las. A integridade não exclui a tolerância, mas fixa limites éticos ao nosso compromisso.

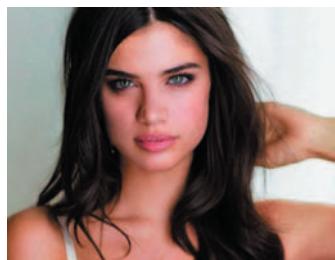
Enfim, a liderança, e, aqui, chegamos directamente a uma especificidade tipicamente rotária.

(continua na próxima edição)

BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS

NAS 200 MELHORES DO MUNDO

A Universidade do Porto figura entre as duzentas melhores do mundo em sete das trinta áreas de ensino que foram analisadas pelo “QS World University Rankings by Subject”, edição de 2014. Este é um dos mais conceituados “rankings” internacionais do ensino superior. Nesta edição, cujos resultados foram divulgados pela multinacional “Quacquarelli Symonds World University Rankings”, foram analisadas mais de 3.000 Universidades e 10.000 cursos de todo o mundo, e sob três indicadores de qualidade em cada área de ensino: reputação académica, reputação entre empregadores e produção científica.

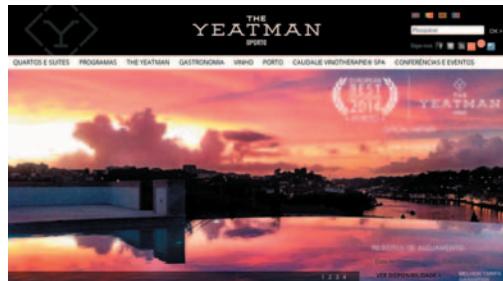


SARA SAMPAIO

Esta jovem modelo portuense foi distinguida com o título “Rook do Ano” pela revista norte-americana “Sports Illustrated Swimsuit”.

“THE YEATMAN”

Situado em Vila Nova de Gaia, e debruçado sobre o Rio Douro, o hotel de luxo “The Yeatman” acaba de ser distinguido com o prémio de “Melhor Alojamento” pelos “Wine Tourism Awards” de 2014. Estes prémios são atribuídos pela revista de



vinhos inglesa “Drinks International”, altamente prestigiada. O “The Yeatman” já tinha recebido neste ano o prémio “Melhor Enoturismo com Estadia”. Foi decisivo para a atribuição daquela distinção a magnífica localização e o enquadramento fora de série do hotel e as instalações do “Vinothérapie Spa by Caudalie”.

JOÃO SOUSA

O tenista português João Sousa, de Guimarães, tem brilhado no “Masters 1.000” de Miami (EUA) e é um dos 40 melhores no “ranking” mundial do ATP, a melhor classificação de sempre no panorama do ténis mundial.



ILHAS DESERTAS



Em recente reunião realizada em Estrasburgo, o colégio de peritos do Diploma Europeu para as Áreas Protegidas do Conselho da Europa decidiu atribuir tal, e tão importante, Diploma às Ilhas Desertas, do arquipélago da Madeira, ilhas que são o habitat natural dos lobos-marinhos da Região Autónoma da Madeira.

Ω HIPERTENSÃO ARTERIAL



A tensão arterial resulta das contracções do coração. É graças a elas que o sangue avança através do sistema circulatório.

Obtém-se a tensão máxima em cada contração do coração. A mínima, a cada relaxamento do coração. A tensão arterial vai variando ao longo do dia e depende da hora, das emoções, da dor, da temperatura, da postura, da alimentação, do consumo de tabaco ou do álcool, ou da cafeína e mesmo de medicamentos.

Uma pessoa é hipertensa quando apresenta valores altos em diferentes horas do dia e em, pelo menos, três ocasiões diferentes, com uma semana de intervalo entre as medições e em condições de estabilidade emocional e de repouso.

Há as seguintes situações de hipertensão arterial:

- a sistólica, em que o valor da tensão sistólica (a máxima) é superior a 140 mmHG;
- a diastólica, em que o valor da tensão diastólica (a mínima) é superior a 90 mmHG.

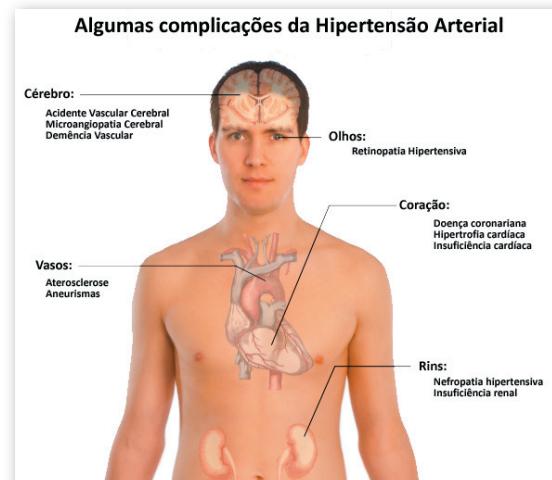
Em 95% dos casos desconhece-se a origem da hipertensão arterial. Mas sabe-se que existe uma clara associação dela com o álcool, com a obesidade e com o consumo de tabaco.

São os seguintes os valores ideais da tensão arterial:

sistólica – 135 mmHG
diastólica – 85 mmHG.

O que fazer perante uma hipertensão? Depois de tentar corrigir o regime alimentar, deve aplicar-se diariamente a medicação prescrita. O que possa obter-se com a recurso a medicação desaparece quando se interrompa o tratamento.

As consequências da hipertensão arterial são preocupantes: ela é um factor de risco cardiovascular muito importante. Os órgãos afectados por hipertensão arterial são o coração, o cérebro, os rins e os olhos. Os danos que a hipertensão arterial provoca nesses órgãos traduzem-se na deterioração dos vasos sanguíneos que os alimentam.



Conselhos:

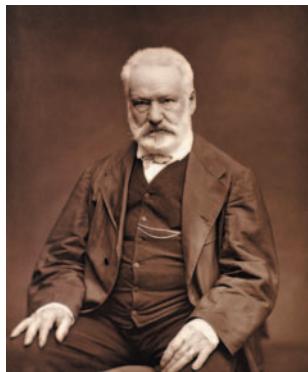
Cumpra o plano de tratamento da hipertensão.

Mantenha o seu peso dentro dos limites recomendados.

Na alimentação, reduza os condimentos, o sal, o consumo de enchidos, de alimentos preparados, ou de enlatados, o de aperitivos (azeitonas, batatas fritas, p. ex.), sopas e concentrados de carne e águas minerais com gás. Modere o consumo de álcool.

Controle regularmente os seus valores de tensão arterial.

/ FRASES INFLUENTES /



“Fazemos caridade quando não conseguimos impor a justiça. Porque não é de caridade que necessitamos. A justiça vai às causas; a caridade, aos efeitos.”

Victor Hugo



“O Governo é como um bebé: um canal alimentar com um grande apetite de um lado, e nenhum sentido de responsabilidade do outro.”

Ronald Reagan



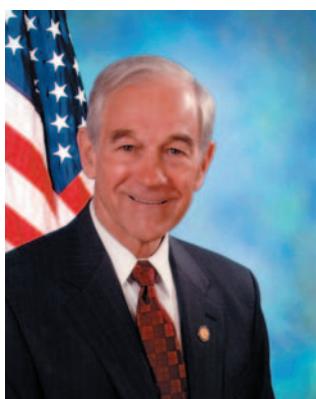
“Rotary continuará a ser caridoso, mas ele pode fazer mais do que isso. Façamos o Rotary extermínar a causa que torna necessária a caridade.”

Paul P. Harris



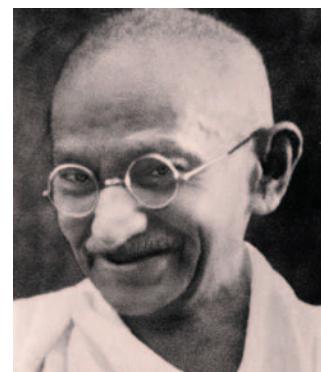
“É uma lamentável falha humana que um bolso cheio geralmente fale mais alto que um estômago vazio”

Franklin D. Roosevelt



“Déficits são futuros aumentos de impostos, pura e simplesmente. O aumento de déficits deve ser visto como um imposto a pagar pelas gerações futuras, e os políticos que criam déficits deveriam ser condenados como criadores de impostos.”

Ron Paul



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

Mahatma Gandhi



“Noventa por cento dos políticos dão má reputação aos outros dez por cento.”

Henry A. Kissinger

PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



NOTA – Foi Director do R.I. em 1991-93. É membro do Rotary Club de Indianapolis, Indiana (EUA), com a classificação “Investimentos”.

Quando ainda era estudante, e mesmo depois quando ainda era um jovem empresário, tive a noção de que eram Rotários a maior parte dos homens que eu mais respeitava. O meu ministro, os professores mais importantes da Faculdade, o Director da Faculdade, um banqueiro, o dentista, professores doutras escolas, vários dos amigos dos meus familiares e o meu primeiro patrão, todos eram Rotários. Assim, quando o meu chefe me convidou para ingressar no Rotary como sócio activo adicional, fiquei entusiasmado e desejoso de entrar. Hoje em dia ainda sinto a mesma emoção e o calor quanto ao Rotary e, sobretudo, quanto ao companheirismo e a amizade que nele se cultivam.

Depois de ter passado por quatro diferentes Clubes ao longo dos últimos 35 anos, reconheço a diversidade e a força da nossa organização e especialmente a maravilha dos trabalhos que ela realiza. É impossível enumerar os muitos projectos que os Clubes por que passei já ajudaram a implementar. As recordações de tudo isso não se apagam e o tempo despendido com cada um deles foi para mim gratificante com a esperança de que todos tenham atingido os seus propósitos.

Nenhuma dúvida existe de que o Rotary é a melhor de uma vasta panóplia de organizações que contribuem para ajudar a humanidade em todas as partes do mundo. O nosso objectivo de construir a paz e maior compreensão é perseguido por milhares de voluntários, de intercâmbios e outras iniciativas para minorar a fome, a dor e o sofrimento. Não há dúvida de que se os Rotários se unem da maneira por que o fizemos no PolioPlus, poderemos fazer a diferença em outras áreas da saúde, ou da alfabetização ou da defesa do meio ambiente.

A força do Rotary reside nos indivíduos que nele militam. Temos de os ouvir e fornecer a cada um os meios adequados para o serviço.

Devemos manter-nos apolíticos e não-sectários. Temos de continuar abertos a novas oportunidades de servir, seja no Clube, seja a nível internacional. Se aprendermos com a história e formos leais para com os que já tanto deram, não haverá limites para o nosso potencial para realizar o bem no mundo.

Richard H. Kendall

CONHEÇA OS SEUS MAIORES

JOAQUIM MACHADO DE CASTRO



Foi um notável escultor, nascido em Coimbra em 1731 e aqui falecido em 1822. São da sua autoria obras como a estátua equestre de D. José I e os túmulos de D. Mariana Vitória e D. Mariana de Áustria, entre outras obras.

ALFREDO MENDES DE MAGALHÃES



Nasceu em 1870 no Porto e foi médico notável, político e professor universitário. Elemento activo da propaganda republicana, veio a ser Alto Comissário da República em Moçambique de 1911 a 1913, ministro da instrução em 1917 e em 1926, e Presidente da Câmara Municipal do

Porto em 1933. Fundou, no Porto, a Maternidade Júlio Dinis, que foi inaugurada em 1937. Finou-se no Porto em 1957.



JOSÉ ESTÊVÃO COELHO DE MAGALHÃES

Ficou mais conhecido apenas por José Estêvão e foi um ilustre orador que se bateu com grande denodo

no Porto pela causa liberal. Como tribuno parlamentar alcançou enorme notoriedade, tendo ficado célebres os seus discursos sobre a questão “Charles et George”, sobre a das “Irmãs de Caridade” e as suas disputas com Almeida Garrett. Era natural de Aveiro, onde nasceu em 1809 e onde veio a falecer em 1862.

ARTUR DE MAGALHÃES BASTO



Nasceu no Porto em 1894, cidade onde veio a acabar os seus dias em 1960. Foi um excelente professor e escritor, tendo desempenhado as funções de Director do Gabinete de História da Cidade e de chefe dos Serviços Culturais da Câmara Municipal do Porto.



ANTÓNIO DE SOUSA MAGALHÃES LEMOS

Um notabilíssimo médico psiquiatra e professor universitário. Nasceu em 1855 no Porto, onde veio a finar-se em 1931. Foi autor de obras de referência como “Paralisia Geral”, “Curso de Psiquiatria”, “História da Medicina Portuguesa”.

CULINÁRIA INTERNACIONAL

Mestre “Saborini”, depois de ter andado no Egipto, foi-se até à Índia

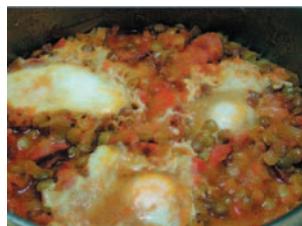
ÍNDIA



Ovos escalfados à india

Ingredientes : 180 grs. de arroz à crioula
6 ovos escalfados

Molho de caril: 1 cebola média
3 dentes de alho
65 grs. de manteiga
5 tomates médios
1 colher de sopa de caril
1,5 dls. de leite de coco
20 grs. de farinha
sal a gosto



Preparação: levam-se ao lume a cebola e os dentes de alho finamente picados, com a manteiga. Deixa-se amolecer e juntam-se os tomates limpos e passados pelo passe-vite até ferver um pouco. Tempera-se com sal e adiciona-se o leite de coco que se obtém deitando água a ferver sobre 150 grs. de coco ralado. Espreme-se e passa-se pelo passador misturando depois com a farinha desfeita e o caril. Deita-se no preparado até cozer a farinha, mexendo sempre. Coloca-se o arroz numa travessa, por cima dos ovos escalfados. Cobre-se tudo com o molho de caril.

Caril de peixe

Ingredientes : 2 dentes de alho
2 cebolas médias
900 grs. de atum
100 grs. de manteiga
1 colher de sopa de caril
1 colher de sopa de concentrado de tomate
1 colher de sopa de vinagre
50 grs. de passas de uva sem graínhas
sal e pimenta a gosto
água

Preparação: Corta-se o atum em filetes. Ponha ao lume as cebolas e o alho, picados com a manteiga, a cozer até ficar transparente. Junte o concentrado de tomate, o peixe, as passas, e tempere com sal e pimenta. Polvilhe com o caril e adicione uns golinhos de água e o vinagre. Deixe a estufar até cozer. Sirva com arroz crioulo.



Garoupa à india

Ingredientes: 1 garoupa com cerca de 1 kg.
3 tomates grandes
100 grs. de manteiga
2 cebolas médias
1 colher de sopa de caril
1 ramo de salsa
0,5 dls. de vinho branco
sal e pimenta a gosto



Preparação: corte a garoupa em postas altas, tempere-a com sal e pimenta. Faça um molho de tomate com a cebola cozida na manteiga e os tomates aos bocados. Quando reduzido, junte o caril desfeito em vinho branco. Deite o molho no fundo de um pirex e disponha sobre ele as postas do peixe. Deixe a cozer no forno por 20 minutos, regando com o próprio molho. Quando a garoupa estiver assada, tire-a do forno e coloque-a numa travessa com o molho. Enfeite com a salsa picada e sirva com esparregado.

Bom apetite!



Lancaster King's School

The future is now!

Cursos

Ingles
Francês
Alemão
Espanhol
Italiano
Português
Russo
Japonês
Chinês

Informática

Traduções

Técnicas e Científicas
(com reconhecimento oficial)



Escolas

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



Informações
208 203 319

geral@lancasterschool.pt



www.lancasterschool.pt

www.facebook.com/lancasterschol



Rotary Club de Vila Nova de Gaia

O magnífico “4 Estrelas” no qual reunimos, na Rua Diogo Macedo, 220

4400-107 Vila Nova de Gaia

Telef.: 22 374 75 00

Fax: 22 374 75 76

email: info@hiportogaia.com

Informações e reservas: +351 223 747 500

Internet: www.holidayinn.com

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