

# Rotary

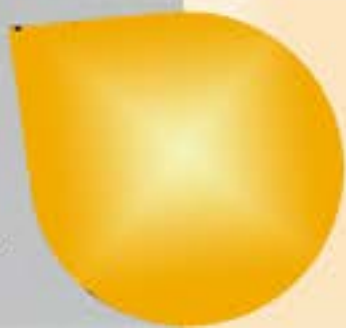
Club de Vila Nova de Gaia



**boletim mensal | ano XXXIV | nº 417 | dezembro de 2017**



*Um Rotary Clube deve tomar a iniciativa de  
promover acções de massas imbuídas do  
espírito de servir.*



# 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)





## 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** – Rogério Cardoso

**PRESIDENTE ELEITO** – Fernando Jorge Rocha

1º VICE PRESIDENTE – Jorge Silveira

2º VICE-PRESIDENTE – “Mizi” Reis

1º SECRETÁRIO – Henrique Lopes Cardoso

2º SECRETÁRIO – Diogo Pedrosa

1º TESOUREIRO – Ângelo Sá

2º TESOUREIRO – Maria do Céu Gonçalves

1º PROTOCOLO – Américo Camarinha

2º PROTOCOLO – António Meira

### COMISSÃO DE ADMINISTRAÇÃO DO CLUBE

**PRESIDENTE** – Rui Oliveira Santos

PROGRAMAÇÃO SEMANAL – Jaime Poças & Rui Oliveira Santos

FREQUÊNCIA & COMPANHEIRISMO – Américo Camarinha, Manuel Júlio Santos & António Cândido Leite

**COMUNICAÇÕES & REDES SOCIAIS** – Henrique Lopes Cardoso

### COMISSÃO DO DESENVOLVIMENTO DO QUADRO SOCIAL

**PRESIDENTE** – Rui Oliveira Santos

**ADMISSÃO DE NOVOSSÓCIOS** – Américo Camarinha, Artur Lopes Cardoso & Eurico Lima Basto

**RETENÇÃO DE SÓCIOS** – Jaime Poças, Marília Raro & Mercês Ferreira

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

### COMISSÃO DE RELAÇÕES PÚBLICAS & IMAGEM

**PRESIDENTE** – Diogo Pedrosa

**RELAÇÕES COM A COMUNICAÇÃO SOCIAL** – Henrique Lopes Cardoso & Rogério Cardoso

**EVENTOS** – António Meira, Jaime Poças, “Mizi” Reis, Luiz Carlos Oliveira & Mónica Gonçalves

### COMISSÃO DE PROJECTOS DE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

**PRESIDENTE** – Mercês Ferreira

**SERVIÇOS À COMUNIDADE** – Ângelo Sá & António Meira

**SERVIÇOS PROFISSIONAIS** – Eurico Lima Basto, Diogo Pedrosa & Maria do Céu Gonçalves

**SERVIÇOS INTERNACIONAIS** – Luiz Carlos Oliveira & “Mizi” Reis

**NOVAS GERAÇÕES** – Fernando Jorge Rocha, Rui Oliveira Santos & Henrique Lopes Cardoso

**SERVIÇOS À JUVENTUDE** – Fernando Jorge Rocha, Marília Raro & Filomena Aguiar

ALDEIA SOS – Américo Camarinha & “Mizi” Reis

### CAPTAÇÃO DE RECURSOS / DOADORES

**PRESIDENTE** – Rogério Cardoso

### COMISSÃO DA THE ROTARY FOUNDATION

**PRESIDENTE** – Rui Amandi de Sousa

**DOAÇÕES ANUAIS** – Jaime Poças

**SUBSÍDIOS** – Jorge Silveira & Rui Amandi de Sousa

**FUNDO PERMANENTE** – Manuel Júlio Santos

**“POLIOPLUS”** – Filomena Aguiar & Mercês Ferreira

**BOLSAS DA PAZ MUNDIAL** – António Cândido Leite & “Mizi” Reis

**BOLSAS EDUCACIONAIS** – Marília Raro, Filomena Aguiar & Maria do Céu Gonçalves

### DELEGADOS

**FUNDAÇÃO ROTÁRIA PORTUGUESA** – Jorge Silveira

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

**Presidente da “CASA DA AMIZADE”** – Drª. Maria Antonieta Cardoso

## MOstrar-se ....

Um Rotary Clube não vive para si mesmo. Um Rotary Clube só o é na medida em que dê sinal de si fora de si mesmo. Um Rotary Clube não serve o seu quadro social mas procura pôr o seu quadro social a servir. Num Rotary Clube é de decisiva importância o seu quadro social (como acontece, aliás, quanto ao quadro social de toda a organização humana). Mas a importância dele só releva como condição do grau de capacidade da sua intervenção nas comunidades por via do serviço.

É por isso que, se é importante o facto de um Rotary Clube dispor de um largo quadro social, tão alargado quanto possível, menos importante não é que os seus elementos sejam entrosados no desenvolvimento dos projectos do Clube e neles sirvam com entusiasmo e generosamente.

Um Rotary Clube está numa comunidade, na comunidade que, em primeira linha, serve. Seja muito ou seja pouco, serve. É que ... do pouco se faz muito... Um Rotary Clube deve dar sinal de si e, dando-o, vai com certeza “incomodar” quem nele não está, vai interpelar ou suscitar curiosidade, pelo menos. E isso é o primeiro passo para que haja o despontar do desejo de conhecer e de participar. Ao cabo e ao resto, contribui para alargar os seus próprios horizontes e para a abertura de hipóteses da sua própria revitalização.

Um Rotary Clube deve tomar a iniciativa de promover acções de massas imbuídas do espírito de servir. Todavia, nunca tem o exclusivo da iniciativa e, por isso, deve aproveitar iniciativas válidas doutras organizações apoiando-as sem reboço. Ao fazê-lo, reforça a sua imagem pública e despe-se saudavelmente de qualquer resquício de egoísmo.

É bom notar que muitos Rotary Clubes de todo o mundo o fazem. Aliás, ainda na mais recente edição da nossa Revista Regional Oficial do Rotary – PORTUGAL ROTÁRIO – isso se assinalava e se mostrava plasmado logo na capa.

Foi isso o que aconteceu quando o nosso Clube se associou à 14ª EDP Maratona do Porto como o leitor melhor verá nesta edição (veja na página 13). Mostrámo-nos ao público num evento que muita gente foi capaz de juntar. O que significa, para além de tudo, que ... estamos vivos e de boa saúde.

Um boa imagem pública, sem dúvida!

## NA CAPA

Alegoria alusiva ao Natal, com muito amigos votos de Festas Felizes e de um excelente Ano Novo para si e todos os seus.

## PROGRAMA PARA O MÊS DE JANEIRO

### Dia 4

**REUNIÃO Nº. 2229** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
O Congresso Nacional ITC/RTC -  
testemunho dos Interactistas do ITC  
ESAS-Vila Nova de Gaia.  
Retrospectiva do nosso 1º Semestre.

### Dia 11

Transferida para

### Dia 13

**REUNIÃO Nº. 2230** 20,30 horas – Jantar festivo com  
Cônjuges e Convidados.  
45º Aniversário do Clube.

### Dia 18

**REUNIÃO Nº. 2231** 21,30 horas – Café.  
"QUEM SOU EU?" - Auto-  
apresentações dos Compºs. Francisca  
Maria Almeida Castro Neves e  
João Miguel Pinto Camarinha.

### Dia 25

**REUNIÃO Nº. 2232** 21,30 horas – Café com Cônjuges.  
Homenagem a uma Profissional distinta  
– Profª. Dra. Amélia Ferreira, Presidente  
do Conselho de Administração da  
Faculdade de Medicina da Universidade  
do Porto.

## COMPANHEIRISMO

Em Janeiro fazem anos os seguintes Companheiros e seus  
Cônjuges:

## NATALÍCIOS

Dia 17 – Américo Ferreira Camarinha

Dia 18 – António Cândido Leite

Dia 21 – Artur Alberto Falcão Lopes Cardoso  
D. Margarida Loureiro Valga Camarinha

## EM FESTA NO NOSSO DISTRITO

Em Janeiro fazem o seu aniversário da admissão no *Rotary International* os *Rotary Clubes de Águeda e de Vila Nova de Gaia (NÓS)*, no **dia 13**, o *Rotary Club de Chaves*, no **dia 18**, os *Rotary Clubes de Espinho e de Esposende*, no **dia 23**, o *Rotary Club de Vale de Cambra*, no **dia 27**, o *Rotary Club de Ansião*, no **dia 28**, o *Rotary Club de Estarreja*, no **dia 30**, e o *Rotary Club de Covilhã*, no **dia 31**.

Os mais sinceros votos de muitas felicidades para os  
nossos Companheiros.

## ÍNDICE

Mostrar-se...	1	"End Polio Now"	13
Programa para o Mês de Janeiro	2	Reforçámos o Quadro Social!	14
Companheirismo	2	A Aviação (continuação)	15
Página do Presidente	3	Boas Notícias em Português	16
A "Casa da Amizade" promoveu	4	Frases que marcaram	17
Secretaria	5	Porquê sou Rotário?	18
VOG	7	Conheça os seus Maiores	19
Por Terras de Marrocos (conclusão)	10	Culinária Internacional	20



# Página do Presidente

## Mês da Prevenção e Tratamento de Doenças



**Rogério Cardoso**  
Presidente 2017-18

Caríssimos Companheiros e Queridas Companheiras.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), mais do que a mera ausência de doença, Saúde é o bem-estar físico, psíquico e social das pessoas.

Promover a Saúde não é só melhorar a condição de saúde, mas também melhorar a qualidade de vida e o nosso bem-estar.

Contudo, a prevenção de doenças é, sem dúvida, um dos pilares essenciais da prevenção da Saúde.

As acções preventivas visam evitar o surgimento de doenças específicas de forma a reduzir a sua incidência e prevalências nas populações.

As doenças, além do sofrimento que causam a milhões de pessoas no mundo inteiro, também são factor de miséria e de pobreza.

Estima-se que cerca de 400 milhões de pessoas em todo o mundo não conseguem ter acesso a assistência médica e a cuidados de saúde primários. Aproximadamente 6 milhões de crianças com menos de 5 anos morrem anualmente devido a desnutrição, a falta de assistência médica e a condições muito precárias de saneamento.

Porque o ROTARY acredita que a Saúde é um direito de todos e que prevenir e combater as doenças é muito importante, participa activamente na luta contra a malária, o HIV, a doença de Alzheimer, a esclerose múltipla, a diabetes, a poliomielite, entre outras doenças mais.

Em todo o mundo, essencialmente nos países com maior índice de pobreza, o ROTARY trabalha e participa em projectos e actividades comunitárias com essa finalidade.

É um orgulho pertencermos a esta família!

O ROTARY FAZ A DIFERENÇA  
Um abraço amigo do

*Rogério Cardoso*  
Presidente 2017-18



## A “CASA DA AMIZADE” PROMOVEU



A Presidente da CA, Dr.ª. Maria Antonieta, “abre as hostilidades”...

A finalidade foi a angariação de fundos para ajudar as causas da APPACDMAutista, sua delegação de Vila Nova de Gaia, e o evento decorreu nas acolhedoras e funcionais instalações da Academia Senior Bem-Estar, ali em Santo Ovídio, na tarde do dia 28 de Outubro. Foi mais uma acção, bem conseguida, da “Casa da Amizade” do nosso Clube, agora presidida pela Dr.ª. Maria Antonieta Cardoso, esposa do nosso Presidente, Comp.º. Rogério Cardoso.

Passou das três dezenas o número dos que compareceram neste “Chá Solidário” que ofereceu uma gama de actuações culturais também. Com efeito, abriu e fechou com leituras declamadas de Poesia pela Miita e pela Isabel, prosseguiu com demonstrações explicadas de danças, a “kizomba” (Isabel) e a “dançol”, jamaicana (Inês), aqui até com detalhada explicação histórica do país de origem, momento musical com interpretação de pequeno coro da Academia sob a direcção artística do Maestro José Marques, e até “play-backs” descontraídos a cargo da Ana Sá.

A Presidente Dr.ª. Maria Antonieta abriu o “Chá Solidário” e, no final das referidas actuações proferiu breves palavras de agradecimento a quantos na sua organização deram de seu contributo, do mesmo passo que distribuiu a todas uma bela flor.

Seguiu-se o Chá previsto, aliás muito bem servido: chás diversos, sumos, “bicos de pato” recheados e deliciosos bolos vários, tudo degustado num excelente convívio de companheirismo e amizade.

E assim mais uma vez a “Casa da Amizade” prestou um serviço à comunidade, quanto de seu timbre é.



“Dançol”.



Actuação do Coral.



D. Ana no seu “playback” gozado..





# Secretaria mês de NOVEMBRO

Compº. Henrique Lopes Cardoso

## RECUPERAÇÕES

no Rotary Club de **Leça da Palmeira** – o Compº. Eurico Basto; no Rotary Club de **Porto-Oeste** – o Compº. António Meira; no **Interact Club ESAS**-Vila Nova de Gaia – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e “Mizi” Reis; em reunião do Conselho de Governadores do D. 1970, na Quinta do Fojo, Vila Nova de Gaia – os Compºs. Artur Lopes Cardoso e Rui Amandi de Sousa; em reunião da CD do Intercâmbio de Jovens – o Compº. Fernando Jorge Rocha; em reunião da Direcção da Associação Portugal Rotário – o Compº. Artur Lopes Cardoso; no Seminário Distrital de Projectos e *The Rotary Foundation*, em Oliveira de Azeméis – o Compº. Artur Lopes Cardoso; em Sangalhos (Oliveira do Bairro) em reunião festiva da Associação Portugal Rotário – os Compºs. Américo Camarinha, Ângelo Sá, Artur Lopes Cardoso, Henrique Lopes Cardoso e Rogério Cardoso..

## TIVEMOS A HONRA E O PRAZER DAS VISITAS

Do Gov. Alberto Soares Carneiro, sócio do Rotary Club de Paredes. Da Compª. Angélica Costa, do Rotary Club de Duque de Caxias (Rio de Janeiro-Brasil). Dos Compºs. Alberto Silva, Germano Rocha e Esposa e Duarte Besteiro, do Rotary Club de Gaia-Sul. Dos Compºs. Álvaro Gomes, com sua Mulher, e António Castro, também com sua Mulher, do Rotary Club de Ovar. Do Compº. António Vaz, do Rotary Club de Coimbra. Do Compº. Henrique Maria Alves, com sua Mulher, do Rotary Club de Porto-Antas. Dos Compºs. Pedro Sousa Lobo e Alves Pinto, do Rotary Club de Porto-Foz. Da Compª. Gracinha Tavares, do Rotary Club da Maia. Dos Compºs. Ezequiel e Maria do Carmo Rocha, do Rotary Club de Espinho. Do Compº. Rui Pinto, do Rotary Club de Paredes. Do Compº. José Augusto Costa, do Rotary Club de Estarreja. Da Compª. Ana Paula Santos, do Rotary Club de Águas Santas/Pedrouços. Dos Compºs. Álvaro Piedade e António Barbosa, do Rotary Club de Sandim. De Compºs. RTC do Rotaract Club de Vila Nova de Gaia e de Compºs. ITC do Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia. Da Exmª. Srª. Drª. Elisa Cidade, Vereadora na Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia. Dos Exmºs. Srs. Engºs. Carlos Duarte Oliveira, Mário Russo, com sua Esposa, e Rosária Alves. Dos Exmºs. Srs. José António Silva e Paulo Teixeira Lopes. Representantes de várias Empresas.

## CORRESPONDÊNCIA EXPEDIDA

Convite para o Doutor Eduardo Vítor Rodrigues, Presidente da Câmara, para a nossa reunião festiva da VOG e imposição das insígnias de Membro Honorário do Clube. Convites para a VOG dirigidos a instituições e individualidades reconhecidas pelo Clube.

## CORRESPONDÊNCIA RECEBIDA

Programas para o mês de **Novembro** dos Rotary Clubes de Braga, Castelo de Paiva, Ermesinde, Espinho, Esposende, Feira, Maia, Monção, Oliveira de Azeméis, Porto, Santo Tirso e Vizela. Programas para o mês de **Dezembro** dos Rotary Clubes de Porto e Porto-Oeste.

**Comunicações** – da CD de Imagem Pública e anunciando Seminários de Projectos Comunitários e Humanitários, da *The Rotary Foundation*, lembretes para Novembro, campanha de recolha de fundos a favor das vítimas dos incêndios florestais, campanha “Um Rotário Uma Árvore” e “Conheça Melhor os nossos Meios de Comunicação”. Da CD dos Serviços Internacionais com pedido de apoio a projecto do Distrito 4580. Da equipa distrital, pedido de actualização dos dados do quadro social. Da “Rotary International Europe/Africa Office” (serviços financeiros), sugerindo factura do Clube para pagamento por débito directo SEPA. Do Agrupamento de Escolas Gaia-Nascente, pedido de apoio financeiros para a despesa de deslocação a Londres de alunos. Envio de recibos da Associação Portugal Rotário e da Fundação Rotária Portuguesa. Dos Rotary Clubes de Lisboa-Estrela e Lisboa-Oeste, assim como da CD dos Serviços à Comunidade, sobre o Projecto “FRAD”. Da mesma CD, sobre os Projectos “Tutor-Mentor de Carreiras”, “GEPE” e “Doenças não Transmissíveis”. Do Governador, Compº. Soares Carneiro, a solicitar o plano da VOG, a informar sobre os Seminários Distritais de Projectos Comunitários e Humanitários e da Fundação Rotária do R.I. e a solicitar a indicação do nome do nosso Presidente para o ano de 2018-2019. Da equipa distrital, sobre o Projecto “Refeição Frugal”. Da Associação PORTUGAL ROTÁRIO sobre a Gala Anual do Delegado do Clube à Revista. Da APPACDM (Vila Nova de Gaia), sobre a comemoração do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência.

**Convites** – Da Aldeia de Crianças SOS, para a 1ª Corrida Solidária do “Marriott International – Portugal”. Da APPDA-Norte, para magusto. Dos Rotary Clubes de Castelo de Paiva, da Feira, de Porto-Foz e de Vizela, para suas reuniões de jantar com palestra. Do “E. Club D. 1970”, para o torneio “Golf Against Polio”. Dos Rotary Clubes de S. João da Madeira e de Vila Real, para as suas VOGs. Do Rotary Club de Braga, para a 15ª BragaCine – Festival Internacional de Cinema Independente de Braga. Da “Europacolón Portugal”, para a comemoração do Dia Mundial do Cancro Pancreático. Da Estação Litoral da Aguda, para lançamento de livro.

## PUBLICAÇÕES ROTÁRIAS RECEBIDAS

“Portugal Rotário”. Boletins dos Rotary Clubes de Ermesinde, Fafe, Leiria, Maia, Matosinhos e Penafiel. Carta Mensal do Governador (Novembro).

## PUBLICAÇÕES NÃO ROTÁRIAS RECEBIDAS

Boletins da FRP. “O Gaiense”. A “newsletter” *Na Palma da Mão*, da Aldeia de Crianças SOS.

# 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 [saniatx@netc.pt](mailto:saniatx@netc.pt)

**ARTUR LOPES CARDOSO**  
ADVOGADO

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



**JORGE SILVEIRA**  
MÉDICO DENTISTA

**CLÍNICAS EM EXCLUSIVIDADE DE IMPLANTES**

OVAR : 256 572 442  
COIMBRA : 239 825 660  
TABUAÇO: 254 789 416  
SANTIAGO DA GUARDA: 236 676 188  
SANTA MARIA DE LAMAS: 22 744 5039

**CLÍNICA SEDE**  
Rua do Moeço, 204  
4525-136 Canedo-SMF  
Telf. 22 763 4438  
Tlm: 936 004 973/934 926 143  
[clinicadentariadrjorgesilveira@gmail.com](mailto:clinicadentariadrjorgesilveira@gmail.com)



## VOG

## VISITA OFICIAL DO GOVERNADOR

O dia 23 de Novembro constituiu uma série de acontecimentos marcantes na vida do nosso Clube, especialmente neste ano rotário. Nele decorreu a Visita Oficial do nosso Governador Comp<sup>o</sup>. Alberto Soares Carneiro.

Tudo começou por um breve encontro no Hotel onde o clube usa fazer as suas reuniões semanais e logo se prosseguiu para uma visita à Empresa "Caetano Aeronáutica", ali na zona de Oliveira do Douro, onde fomos recebidos pelo Engenheiro Director, o nosso Comp<sup>o</sup>. António Castro que descreveu com algum detalhe o trabalho de vanguarda que ali é feito. Daqui saltámos para a enorme Cabelte, já em Arcozelo. Acolhidos pelo seu mais alto responsável, pudemos, numa abordagem que teve de ser rápida em face das limitações de

tempo, admirar a mega dimensão da Empresa que se dedica ao fabrico de cabos eléctricos e de fibra óptica.

Regressados ao centro da cidade, o Governador, acompanhado por alguns elementos do Clube, foi recebido pelo Sr. Presidente da Câmara, Doutor Eduardo Vítor Rodrigues, no seu gabinete, em apresentação de cumprimentos e de agradecimento pelos apoios recíprocos, Clube-Câmara. Seguiu-se a reunião de trabalho na nossa Sede, que o Governador percorreu.

À noite foi a reunião festiva de jantar no Hotel, um evento que contou com a afluência de mais de uma centena de pessoas. 19 foram os Rotary Clubs representados, todos do nosso Distrito, 2 Rotaract Clubes e 1 Interact Clube. Em representação da Câmara Municipal veio até nós a Vereadora Sr<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Elisa Cidade.

Com presidência a cargo do nosso Presidente, Comp<sup>o</sup>. Rogério



*Um aspecto parcial da sala onde a reunião festiva teve lugar.*



*A Comp<sup>a</sup>. "Mizi" Reis apadrinha a admissão da Comp<sup>a</sup>. Francisca Castro Neves*



*E foi a vez de ser a Comp<sup>a</sup>. Filomena Aguiar a "emblemar" a Comp<sup>a</sup>. Mónica Povo ...*



*Babado... o Comp<sup>o</sup>. Américo Camarinha impõe o emblema rotário ao seu neto, o Comp<sup>o</sup>. João Miguel Camarinha*



*... assim como a Comp<sup>a</sup>. Ana Povo.*



*O nosso Governador Alberto Soares Carneiro entrega o Certificado de Organização ao Rotaract Club de Vila Nova de Gaia na pessoa do seu Presidente, o Comp<sup>o</sup>. RTC Miguel.*



Cardoso, como se impunha, a reunião foi muito rica de momentos especialmente significativos.

Após a costumada "Saudação às Bandeiras" e o Protocolo, foi momento assinalável a admissão no quadro social do Clube de 4 novos membros – os Comp<sup>os</sup>. João Miguel Camarinha, Francisca Castro Neves, Ana e Mónica Pinheiro Povo (conheça-os mais em pormenor noutra página desta edição) – e, logo a seguir, a entrega do Certificado de Organização ao Rotaract Club de Vila Nova de Gaia e imposição dos respectivos emblemas aos seus membros. Teve lugar a Apresentação Rotária, como era mister, sendo sublinhadas com fortes aplausos as dos novos membros, os do nosso Clube, como os Rotaractistas. Seguiu-se, sem interrupção, o jantar.

Na retomada dos actos previstos para a reunião, o nosso Presidente procedeu à entrega ao representante duma Instituição de apoio aos "Sem-Abrigo" que opera na cidade do Porto de um saco-cama dos 50 que o nosso Clube ofereceu e fez a entrega de Diplomas de Reconhecimento a algumas Instituições e Empresas que têm apoiado o Clube no desenvolvimento das suas actividades no ano rotário que decorre – a Câmara Municipal, o Hotel Holiday Inn, a "Caetano Auto", a Farmácia "Portela", a "Sogrape", "Pinto Lopes-Viagens", Germano Rocha, Lda. e a "Siemens-HealthCare"

Num belo e original "momento musical" a Comp<sup>a</sup>. RTC Ana Moura cantou, como ela sabe bem fazer, o conhecido fado-canção "Barco Negro" sem acompanhamento instrumental mas com ritmo marcado por toda a assistência.

O Presidente, Comp<sup>o</sup>. Rogério, proferiu depois algumas palavras alusivas ao que tem sido a acção desenvolvida pelo Clube e de agradecimento a

quantos têm ajudado nela, e fez entrega ao Governador de algumas lembranças artísticas. Em nome do Presidente da Câmara Municipal teve palavras de encómio relativamente ao Clube a Sr<sup>a</sup>. Vereadora Elisa Cidade e tudo rematou com a mensagem dirigida quer ao Clube, quer a todos, pelo Comp<sup>o</sup>. Governador, não sem que a enriquecesse com a oferta ao Clube e ao nosso Presidente de capitoso presente, após o que o Presidente deu a pancada final no sino, proclamando o final da reunião e a todos agradecendo a presença.

Eram cercadas 23,30 horas, perfeitamente razoável em face da abundância e da diversidade de momentos vividos, numa reunião que, manifestamente, fica para a história.

ALC



*O Momento Musical.*



*O Presidente Rogério Cardoso entrega para os "Sem-Abrigo" um dos 50 sacos-cama que o nosso Clube para eles angariou.*



*Uma das Empresas às quais o Clube expressou o seu agradecimento: a "Caetano Aeronáutica" na pessoa do Comp<sup>o</sup>. Castro.*



*- O nosso Presidente diz de sua justiça...*



*Em representação do Município, fala a Vereadora, Sr<sup>a</sup>. Dr<sup>a</sup>. Elisa Cidade.*



*Na sua alocução final fala o nosso Governador,*





# FARMÁCIA PORTELA

ABERTO  
**24H** TODOS  
OS DIAS



**ENTREGAS  
AO DOMICÍLIO**

V. N. GAIA • PORTO  
GONDOMAR • ESPINHO  
SANTA M<sup>a</sup> DA FEIRA

**CARTÃO  
CLIENTE  
10%  
DESCONTO  
IMEDIATO**

\*NÃO INCLUI PRODUTOS  
DO PROTOCOLO DE  
DIABETES E MSRM  
COM PVP  
SUPERIOR  
A 65€

# FARMÁCIA PORTELA

## SERVIÇOS

MEDICINA TRADICIONAL CHINESA  
PODOLOGIA ■ PSICOLOGIA ■ NUTRIÇÃO

**ATENDIMENTO RÁPIDO, PROFISSIONAL  
E PERSONALIZADO.**

DIRETORA TÉCNICA  
MARIA DA GRAÇA BANDEIRA PINTO V. CAMARINHA

Rua Marquês Sá da Bandeira, 238 | 4400-217 Vila Nova de Gaia | T. 223 750 719 | F. 223 744 106 | E. geral@farmaciaportela.com  
[www.farmaciaportela.com](http://www.farmaciaportela.com) •  /farmaciaportela



# POR TERRAS DE MARROCOS

*(conclusão)*

**A**ntes de prosseguir, um reparo: por inexplicável lapso do autor deste relato (do qual ele pede todas as desculpas), na edição anterior omitiu-se a ida, além dos Companheiros aí mencionados e seus cônjuges, do Compº. Eurico Basto e de sua Mulher, Marta. Pois aqui fica a referência, sendo até de salientar que a presença de ambos até foi especialmente profícua: a Marta fez lá o aniversário e ambos aniversariaram de matrimónio, o que foi pretexto para alegre celebração de tomo.



*Na loja de produtos de cosmética.*

Entretanto, visitámos os belos jardins de Menara (Séc. XII) criados pelo Califa Abd al-Mu'min (almoada) nos quais admirámos também o grande reservatório de água, os belíssimos e mesmo impressionantes túmulos da dinastia Sadida e o Palácio Bahia, com internamento na medina para chegarmos a uma loja de diversa cosmética que fez o regalo das senhoras.

Foi muito cheia de empatia luso-marroquina a reunião festiva de jantar com o Rotary Club de Marrakech-Menara. Para além de vários dos membros do clube anfitrião e seus cônjuges, nela esteve a Coordenadora Nacional das CIPs. de Marrocos, Compª. Saadia Aglif e houve a circunstância da admissão de um novo elemento no Clube – a Compª. Dounia Tarhbalereti – tendo sido



*Em visita aos jardins de Menara, com o guia Abdul a explicar mesmo tudo!*



*Os túmulos Sadia.*





o nosso Compº. Artur Lopes Cardoso a ser honrado com a incumbência de lhe impor o emblema rotário.

No dia seguinte demandámos Essaouira por estrada, viagem que teve a espantosa surpresa de vermos cabras empoleiradas em arganeiras (as árvores que produzem argan, fruto oleaginoso). No caminho tivemos ensejo de pararmos numa cooperativa de produção do famoso óleo “Argan” e, além de vermos como ele se extrai artesanalmente, de adquirir alguns sofisticados produtos.



*Cabras no arganeiro!!!???*



*A extracção do óleo de Argan.*

Classificada como “Património da Humanidade”, Essaouira é uma cidade portuária encantadora na qual ainda resiste um pequeno forte, um tanto ao largo, construído pelos nossos ancestrais.



*Numa rua de Essaouira.*

De novo em Marrakech, jantámos no lindíssimo e refinado restaurante “Dar Moha”, de ambiência tropical, instalado em espaço que foi um “Riad”

O dia 7 foi o da deslocação em autocarro para Casablanca. Foi muito interessante notar as mudanças quer da paisagem, quer da temperatura, certo que esta foi progressivamente refrescando uma vez que nos fomos aproximando do litoral marítimo.

Após um rápido almoço “tant bien que mal” numa esplanada atlântica, dirigimo-nos para a Mesquita Hassan II, verdadeiramente esplendorosa, gigantesca e de ímpar beleza. Com guia que nos aguardava, percorremo-la e admirámos aquele singular monumento que, como imposição corânica, foi edificado de tal sorte que uma terça parte da sua área “assenta” no mar. A dimensão dos seus espaços e a riqueza dos materiais utilizados na construção são assombrosas. Com 200 ms. de altura no minarete, a Mesquita é o mais alto templo do mundo e tem capacidade para 25.000 fieis no seu interior. No exterior cabem 80.000. Ela é o segundo maior edifício religioso que existe.



*O que resta da presença portuguesa em Essaouira.*

Depois do inenarrável episódio do “desaparecimento” do nosso Amigo Doutor Hörster, que sobressaltou, seria o nosso encontro com os nossos Companheiros do Rotary Club de Casablanca-International, mas tivemos a “concorrência desleal” do futebol: decorria a







*Exterior da Mesquita Hassan II.*

partida  
entre Marrocos e o Gabão  
a contar para o apuramento para a fase final do  
Campeonato do Mundo que se disputará em Moscovo  
no ano que vem. Todo o Marroquino que se preze  
estava altamente interessado pelo jogo e era decisiva  
uma vitória de Marrocos... Com veio a acontecer e deu  
ruidosa festa durante toda a noite.



*Interior da Mesquita Hassan II.*

De sorte que o Clube Rotário apenas se fez  
representar (e bem) pela cativante gentileza da sua  
Presidente, a Comp<sup>a</sup>. Amal Oumazane que nos acolheu com  
grande simpatia. Esteve acompanhada pelo Governador  
do D. 9010, Comp<sup>o</sup>. Abdelillah Lahlali, e uma vez mais da  
Coordenadora Nacional, Saadia Aglif.

Após uma breve sessão de boas-vindas, na qual  
houve trocas de lembranças e palavras muito amigas,  
tivemos o jantar em restaurante muito próximo do "nosso"  
hotel – o "Le Basmane" - requintadíssimo e abrilhantado  
com dançarinas na super-famosa "dança do ventre", que

acabou por ser extensiva a alguns dos elementos do nosso  
extraordinário grupo.

O dia 8 foi o do regresso, não sem que durante a  
manhã tivéssemos a oportunidade de admirar, por fora,  
o palácio real e de dar uma boa volta pela parte velha de  
Casablanca, altamente comercial, altura em que o nosso  
Comp<sup>o</sup>. Fortuna brilhou em grande estilo, ou não fora  
pessoa altamente conhecedora da cidade (e não apenas  
dela) graças à sua actividade profissional. .

Ninguém queria regressar. A amizade que se gerara  
entre todos era forte, mas "helas" a viagem terminou e em  
beme há



*Boas-vindas no Rotary Club de Casablanca-International (da esquerda para a direita: a Comp<sup>a</sup>. Amal Oumazane, o Gov. Abdelillah Lahlali, o nosso Presidente Comp<sup>o</sup>. Rogério Cardoso, e sua Mulher, a Dr<sup>a</sup>. Maria Antonieta).*



*A incontornável "Dança do Ventre".*

q u e  
deixar uma palavra de muito apreço ao nosso Presidente,  
Comp<sup>o</sup>. Rogério, que tão excelentemente a preparara.







A “EDP Maratona do Porto” constitui um acontecimento de nível internacional que arrasta dezenas de milhares de pessoas de todas as idades. A sua 14ª edição, com eventos que se estenderam pelos dias 3 a 5 de Novembro, teve a prova atlética neste último dia, e bateu mesmo todos os recordes ao registar a afluência de atletas de 69 países. A “EDP Maratona do Porto” é mesmo o maior evento de “running” do nosso País. Esta edição ofereceu actividades diversas nos dias 3 e 4 que ocuparam fortemente os vastos espaços térreos do Centro de Congressos da Alfândega do Porto. Aqui estiveram dezenas de “stands” nos quais muitas entidades estiveram visíveis, e o nosso Clube lá teve o seu bem em evidência.

Com a activa participação/colaboração dos nossos Companheiros do Interact Club ESAS-Vila Nova de Gaia, aproveitámos muito bem para sensibilizar tudo e todos quanto à Campanha de Erradicação Global da Polio e para angariar mais alguns fundos em apoio a ela, assim como para divulgar o Rotary mercê da distribuição larga de desdobráveis e de publicações rotárias.



*O nosso vistoso "stand".*



*E... vamos a isto...*



Foi, pois, uma boa presença pública a que tivemos e da qual saiu valorizada a imagem pública do Rotary e mais um generoso contributo se alcançou no sentido de se atingir o mais brevemente possível a “morte” da poliomielite, a nossa meta mais premente.

*As Senhoras também marcaram presença (D. Margarida Camarinha e a Drª. Maria Antonieta Cardoso).*



## REFORÇAMOS O QUADRO SOCIAL!

*Conforme demos notícia na reportagem sobre a Visita Oficial do nosso Governador ao Clube, acontecida em 23 de Novembro (veja nas págs. 7/8 desta edição), nessa altura especialmente festiva tivemos a alegria de admitir no nosso Quadro Social mais 4 Rotários, novos membros sob todos os aspectos, designadamente o da idade, altamente qualificados. O nosso Clube vai adquirindo, assim, um renovado vigor e ainda melhores capacidades de intervenção e de eficácia no serviço. Conheça-os, pois.*

### FRANCISCA MARIA ALVES DE CASTRO NEVES



É licenciada em Farmácia. Solteira, nasceu em Gondomar em 23 de Julho de 1963 e reside na cidade do Porto. É licenciada pela Escola Superior de Santa Maria em Enfermagem, desde 1985, e desde esse ano trabalha no Centro Materno-Infantil do Norte, no Porto.

Preenche no nosso Clube a classificação de "Enfermagem".

### ANA MARGARIDA PINHEIRO POVO

Médica. Solteira, é natural de Valpaços, onde nasceu em 9 de Março de 1978. Reside no Porto. Obteve a licenciatura em Medicina pelo Instituto de Ciências Bio-Médicas Abel Salazar da Universidade do Porto em 2002. Trabalha no Hospital Geral de Santo António da Faculdade de Medicina da referida Universidade. Doutorou-se em Medicina em 2017.

Ocupa a classificação de "Medicina-Cirurgia".



### JOÃO MIGUEL PINTO CAMARINHA



Licenciado em Ciências Farmacêuticas pela Universidade "Fernando Pessoa", em 2009. Nasceu em Vila Nova de Gaia, onde também reside, em 17 de Maio de 1985, é casado com a Drª. Susana Gregório Camarinha, que exerce a profissão de enfermeira, nascida em 25 de Agosto de 1977. O seu casamento ocorreu em 6 de Dezembro de 2014. O casal tem três filhos: a Maria, de nove anos, o Pedro de três e a Sofia com um.

O nosso Compº. João Miguel exerce a sua profissão de gestor no Hospital Escolar da Universidade "Fernando Pessoa".

No nosso Clube veio ocupar a classificação "Hospital-Direcção".

### MÓNICA SOFIA PINHEIRO POVO

Farmacêutica. Solteira, também é natural de Valpaços e aqui nasceu em 19 de Março de 1979. Reside com sua irmã, a Compª. Ana Margarida. Licenciou-se em Ciências Farmacêuticas pela Faculdade de Farmácia do Porto em 2002. É Directora Técnica na empresa "Rubias Farma" e trabalha também na Farmácia "Ferreira da Silva". Fez pós-graduação em Gestão de Qualidade na Saúde em 2015.

Tem a classificação no Clube, de "Farmácia".



# A AVIAÇÃO

*"Le Rotarien" é mesmo ... "aquela máquina"! Na sua edição da Janeiro passado pudemos ler um magnífico e instrutivo texto e, com a devida vénia e em tradução livre, trazê-lo ao desfrute do leitor.*

Bernard Vaillot

*(continuação da edição anterior)*

*A aviação é, sem dúvida, a mais bela expressão tecnológica do género humano. Durante milénios os homens apenas sonhavam em um dia voar. Do mito de Ícaro, à ideia de Leonardo Da Vinci e, por fim, à concretização de Clément Ader e, mais tarde, dos irmãos Wright, foram decorrendo vários séculos. Todavia, não foi preciso mais que alguns decénios para criar quase que de repente o mundo aéreo tal como hoje o conhecemos. Entre gigantismo e densidade, a segurança permanece como uma componente essencial, que é partilhada entre actores e utilizadores. Bem-vindos ao mundo da aviação!*

## **"A descolagem é facultativa, a aterragem é obrigatória"**

Provérbio de Piloto

Em 1969, a autoridade aeronáutica americana tentou impor de alguma modo medidas de segurança. Todavia, perante o "veto" dos "lobbys" das companhias aéreas, que recusavam a adopção de qualquer medida que fosse susceptível de incomodar os seus clientes, instaurou, em alternativa, o "controle pela aparência". O mentor deste meio foi John Bailey, um psicólogo do exército, que persuadiu no sentido de que todos os piratas trairiam involuntariamente as suas intenções criminosas na altura do "check-in". Não se pode estabelecer um denominador comum entre os piratas do ar a não ser através do seu comportamento. *Seja ele grande ou pequeno, use ou não cabelos compridos, etc. Nada permite distinguir este tipo de criminosos de vulgares passageiros*, declarou Bailey à TV americana.

O facto dele regularizar o seu bilhete de avião de maneira não convencional, de não olhar nos olhos o/a funcionário-de-terra, de se comportar como indiferente ou vago relativamente às suas malas ... constitui, segundo ele, índice revelador. "Os seleccionados" deverão, a seguir, passar ao controle de um detector de metais manual, diferentemente do observado quanto aos demais viajantes. Na sua maior parte não virão a confirmar-se como culpados, a não ser mercê da sua própria excentricidade, mas haverá sempre um pequeno número quanto ao qual se irão detectar armas de fogo, facas ou artefactos incendiários.

No concreto das coisas, o método "Bailey" alcançou bons resultados e os desvios aéreos diminuíram fortemente. Passaram a encontrar-se regularmente armas abandonadas nos jardins à entrada nos terminais. Sem dúvida ali deixadas por aspirantes a piratas que acabaram por renunciar ao seu projecto após terem lido nos "placards" o anúncio de que havia filtragem electrónica. Mas este método ainda estava longe de ser infalível. Toda a responsabilidade repousava

sobre os agentes verificadores dos bilhetes, mais que sobre agentes de segurança correctamente preparados. Se havia situações de fácil identificação de excêntricos, a escolha tornava-se bem mais difícil na identificação de piratas determinados e bem treinados.

### **UMA NECESSIDADE INSTITUCIONAL**

Veio a ser esse o caso quando a pirataria se volta para as acções terroristas nos princípios dos anos 70 do século passado, com epicentro que se desloca dos Estados Unidos para o Médio-Oriente. O modo de actuação é violento, apoiado por uma logística importante e visa a chantagem (libertação de prisioneiros contra a vida dos passageiros e membros da tripulação). Os piratas não hesitam mais em destruir as aeronaves. Mais grave, ainda, em 1972, dois piratas desviam um DC-9 da "Eastern Airlines" e ameaçam despenhá-lo sobre um reator do centro de pesquisas nucleares militares de Oak Ridge, no Tennessee. Finalmente, os piratas do ar acabaram por se dirigir para Cuba após terem recebido dois milhões de dólares.

*(continua na próxima edição)*





# BOAS NOTÍCIAS EM PORTUGUÊS



## "BODY BOARD"

A atleta portuguesa Joana Schenker é campeã mundial do circuito profissional de "Body Board", título que arrebatou nas provas que tiveram lugar na Praia do Norte, Nazaré. Já tinha saído vencedora do título europeu e por quatro vezes consecutivas!



## "KITESURF"

Francisco Lufinha conseguiu realizar uma verdadeira odisséia nunca até agora conseguida, que iniciou em 4 de Setembro, em Ponta Delgada, Ilha de S. Miguel (Açores), e terminou na marina de Oeiras. Foi a maior viagem jamais feita em "kitesurf" dupla, através da qual ele, sem parar, percorreu 1.646 kms., o que fez juntamente com Anke Brandt, recordista mundial alemã. Lufinha estabeleceu, pois, um record mundial neste tipo de prova.



## GOLFE

Pedro Lencart foi o brilhante vencedor da prova "The Boys Amateur Championship" que se realizou na Escócia, no "Nairn Golf Club", um dos dois mais importantes torneios mundiais amadores para jogadores sub 18 anos. Tornou-se no segundo português a sair vitorioso neste campeonato. Anteriormente a ele já Pedro Figueiredo o ganhara em 2008.



## CANOAGEM

Fernando Pimenta, natural de Ponte de Lima, ganhou a "Medalha de Ouro" nos mundiais que se disputaram em Racice, República Checa, em K1 5.000 ms.. Navéspera já tinha sido "Medalha de Prata" em K1 1.000 ms.!

## GINÁSTICA ACROBÁTICA

Nos campeonatos europeus, que se disputaram na Polónia, as jovens ginastas juniores Joana Moreira, Rita Ferreira e Beatriz Carneiro, do Acro Clube da Maia, conquistaram a Medalha de Ouro na final "all-around". O trio atingiu a alta pontuação de 85.100. Nos mesmos Campeonatos, o mesmo trio também ganhou a Medalha de Ouro na final individual de exercício dinâmico.



## MOTOCICLISMO

Miguel Oliveira foi o incontestado vencedor do Grande-Prémio da Austrália em "Moto-2", que foi disputado em Phillip Island, uma competição que liderou desde a partida e o colocou no 3º lugar do "ranking" mundial na modalidade.



## INTERNET E INOVAÇÃO

Foi um enorme êxito a "Road 2 Web Summit: Corporate Edition" que se realizou em Lisboa de 6 a 9 de Novembro. A ela afluíram largos milhares de empresários de vanguarda em inovação (registaram-se mais de 60.000 participantes!) através das "startups" e não só. Foi o evento que até hoje mais gente, e de mais de cem países, concentrou no País.



## E VÃO CINCO!!!

O futebolista Cristiano Ronaldo foi de novo o vencedor do título do "Melhor Jogador de Futebol do Mundo", o que acontece pela 5ª vez. Em 11 anos, que já lá vão, Ronaldo foi em todos candidato ao troféu!



# Frases que Marcaram



*"O maior dos crimes é o suicídio, porque é o único que não admite o arrependimento".*

**Alexandre Dumas**  
(1802-1870)



*"A ira pode ser uma ferramenta de negociação eficaz, mas apenas como um acto calculado, nunca como uma reacção".*

**Mark McCormack**  
(1930-2003)



*"Quando pratico o bem, sinto-me bem; quando pratico o mal, sinto-me mal. Eis a minha religião".*

**Abraham Lincoln**  
(1809-1865)



*"Não ir ao teatro é como fazer a toilette sem espelho."*

**Arthur Schopenhauer**  
(1788-1860)



*"Não há tempo para o desespero, não há lugar para a auto-comiseração, não há espaço para o medo. Nós falamos, nós escrevemos, usamos a linguagem. É assim que as civilizações se curam".*

**Toni Morrison**  
(1931-)



*"A primeira lei do homem deve ser o respeito por si mesmo."*

**Pitágoras**  
(582 aC-497 aC)



*"Sim e não são as palavras mais fáceis de serem pronunciadas e também as que exigem maior reflexão".*

**Charles de Talleyrand-Périgord**  
(1754-1838)



*"Se só leres os livros que toda a gente lê, apenas podes pensar o mesmo que os outros estão a pensar."*

**Haruki Murakami**  
(1949-)



*"A capacidade de assumir responsabilidade é a medida do homem".*

**Roy L. Smith**  
(1887-1963)



*"Julgo que o impacto mais importante que a Internet vai ter na sociedade será o de tornar mais difícil ao governo cobrar impostos".*

**Milton Friedman**  
(1902-2006)



*"O mal da grandeza é quando ela separa a consciência do poder".*

**William Shakespeare**  
(1564-1616)





# PORQUÊ SOU ROTÁRIO?



**NOTA** – Foi Director do R.I. em 1977-79. Foi membro do Rotary Club de Elstree & Borehamwood, Londres (Inglaterra), com a classificação “Mecânico de Transmissão Motriz”.

A resposta curta à pergunta é “*porque um Rotário, um editor que respeito muito, me convidou a aderir*”. Assim, a verdadeira pergunta é “*Por que diabo persisto em ser Rotário ao fim de mais de 35 anos?*”. No fundo é a velha questão: o que veio primeiro: o ovo ou a galinha. No caso, que é que foi determinante: o serviço ou o companheirismo?

Provavelmente o companheirismo, pois que gosto profundamente de me ver na companhia dos membros de um jovem e activo Rotary Clube com 45 elementos – o Rotary Club de Elstree & Borehamwood, da zona norte de Londres (Inglaterra). Entrosando-me no Clube e na administração do Distrito, descobri que me encontrava em harmonia com os parâmetros e os comportamentos próprios dos Rotários e que adorava participar com eles no levar a cabo projectos úteis e imaginativos.

O meu envolvimento foi crescendo. Dirigi várias Comissões Distritais, fui eleito para Governador do Distrito e, depois, para a presidência do RIBI, o que engloba muitas comissões regionais. Tudo isto foi logo seguido pelo companheirismo vivido no seio do Conselho Director do R.I. e na presidência da sua Comissão Executiva. Durante todo esse período, pude apoiar o lançamento do Programa “Saúde, Fome & Humanidade” (3H), que veio a evoluir para a PolioPlus. Entretanto, presidi a comissões que produziram a publicação “O Básico do Rotary” e a primeira base de dados do Serviço à Comunidade Mundial. Obviamente que o Rotary exerceu uma forte influência na minha vida.

Tudo isto me deu uma visão maravilhosa acerca do Rotary em muitas paragens e em multifacetadas culturas. Nunca deixei de me sentir maravilhado e mesmo orgulhoso com tudo quanto testemunhei no Rotary. Tantas acções de serviço, tantas dádivas bem eficientes e discretas, tanta felicidade espalhada por tantos menos felizes, tanta miséria expressada às vezes por um simples sorriso, tanto tempo voluntariamente oferecido, tanto trabalho generosamente feito para tornar o nosso mundo um pouco melhor.

Desde a recolha de 230 milhões de dólares para a luta contra doenças das crianças... a ajuda em abater barreiras entre os países, a construção de hospitais e casas de repouso para idosos, passando por milhares de outras iniciativas de serviço aos outros, uma simples conversa de 10 minutos com uma idosa que já não tinha a oportunidade de conversar com alguém havia semanas. Como estou grato por ter tido o privilégio de fazer parte deste Movimento de retribuição inspiradora com tantos Companheiros formidáveis, generosos e de grande coração!

**Edmund C. Cotton**

# CONHEÇA OS SEUS MAIORES



## MANUEL DE SOUSA SEPÚLVEDA

Nasceu em 1500 e faleceu em 1552. Foi um bravo militar que muito se evidenciou na Índia. Quando regressava de lá, em 1552, com a família, no galeão "S. João", naufragou perto do Cabo da Boa Esperança, em zona hostil. Tentou chegar a Moçambique numa viagem que se estendeu por alguns meses,

numa longa e dolorosa agonia que foi relatada na literatura - "O Naufrágio de Sepúlveda"



## DIOGO LOPES DE SEQUEIRA

Foi Governador da Índia. Viveu de 1466 a 1530.

## DOMINGOS ANTÓNIO DE SEQUEIRA

Notável pintor e desenhista, um dos mais notáveis artistas de sempre. Deixou telas notáveis como "A Conversão de S. Bruno" e "A Morte de Camões", além dos seus incontornáveis "Cartões" que se podem admirar no Museu Nacional de Arte Antiga, tudo obras nas quais se evidenciam o sentimento dramático, o movimento e o vigor majestático. Viveu de 1768 a 1837.



## ANTÓNIO SÉRGIO

Nasceu em Damão (Índia), em 1883 e veio a falecer em 1932. Foi escritor e crítico, uma das maiores figuras do pensamento. Foi autor de obra muito vasta, literária e científica. Foi o fundador do Instituto do Cancro.



## ANTÓNIO DE SERPA PIMENTEL

Um grande estadista e escritor. Chefiou o Partido Regenerador e seguiu a Fontes Pereira de Melo. Fez parte de vários ministérios e, entre outras obras, escreveu "Poesias". Viveu de 1825 a 1900.



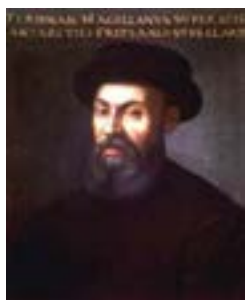
## ALEXANDRE ALBERTO DA ROCHA SERPA PINTO

Nasceu em 1846 e faleceu em 1901. Foi o "Visconde de Serpa Pinto", um grande sertanejo em terras de África, no seu oriente como no seu ocidente, por onde andou em 1878-1879. Deixou a descrição dos seus trabalhos na obra que escreveu "Como Eu Atravessei a África".



## JOÃO SERRÃO

Piloto que foi companheiro de Fernão de Magalhães na sua primeira viagem de circum-navegação. Após a morte deste, foi, juntamente com Duarte Barbosa, escolhido para chefe da armada. Veio a ser assassinado pelos indígenas de Zebu. Viveu no Séc. XVI.





# |CULINÁRIA INTERNACIONAL|



## PORTUGAL

*Mestre "Saborini" sentiu-se bem por cá e decidiu saborear petiscos portugueses*

### Tomatada de Ovos com Bacalhau e Batata Doce

#### Ingredientes (4 pes.):

600 grs. de batata doce  
1 colher de sopa com sal grosso  
6 tomates maduros  
1 cebola roxa  
2 lombos de bacalhau demolhado  
6 colheres de sopa de azeite  
4 ovos  
4 dentes de alho  
salsa e orégãos a gosto

**Preparação:** lave as batatas doces e asse-as no forno temperadas com sal. Entretanto, prepare a tomatada escaldando os tomates e colocando-os depois em água fria antes de os pelar e de lhes retirar as sementes e os cortar aos pedaços pequenos. Ao lume, salteie a cebola em azeite, retire e reserve para o empratamento. Depois, salteie o alho juntando o tomate, que deve fritar até ficar em puré. Bata os ovos e junte-os ao preparado de tomate com os orégãos e a salsa picada, mas deixe desta algumas folhas para decoração final. Mexa os ovos até secarem um pouco. Escalde o bacalhau antes de lhe retirar as espinhas e as peles, e prepare lascas dele. Emprate.



### Carne de Porco Frita com Amêijoas e Camarões

#### Ingredientes (4 pes.):

400 grs. de cachaço de porco  
100 mls. de vinho branco  
1 colher de sopa de sal grosso  
20 grs. de massa de pimentão  
2 dentes de alho  
1 folha de louro  
50 grs. de banha de porco  
4 colheres de sopa de azeite  
8 camarões grandes  
200 grs. de amêijoas pretas  
coentros frescos a gosto

#### Para a miga de espargos e pimentos:

8 espargos verdes  
250 grs. de pão alentejano  
1 colher de chá de azeite  
3 dentes de alho  
1 pimento vermelho pequeno  
1 colher de chá de sal grosso

**Preparação:** cortar o cachaço de porco em cubos e deixe-os a marinar durante 3 a 4 horas em vinho branco, sal, massa de pimentão, alhos e louro. Ponha a banha e o azeite ao lume e, quando estiver quente, frite nela a carne da marinada. Deixe-a arrefecer e junte-lhe os camarões e as amêijoas. Tape até que abram as amêijoas, e salpique com coentros. Quanto à miga, escalde os espargos e reserve a água. Nesta, demolhe o pão já partido aos bocados, quando a água já estiver fria. Coloque o azeite num tacho com os alhos picados, junte o pimento aos cubinhos e salteie. Junte o pão, tempere com sal e deixe a cozinhar. Vá mexendo lentamente e junte os restantes espargos laminados e envolva.

*Tenha um bom apetite!*





# 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>)