Nº 289 | Agosto 2022 | XXXV Ano | Publicação Mensal | 0,10 €

# Rotary PORTUGAL ROTÁRIO

www.portugalrotario.pt

## A força de muitos
## Juntos na diferença

Rotary

The Rotary Foundation

## PARTICIPAÇÃO ANUAL DO FUNDO

A doação ao Fundo Anual capacita os rotários para criar mudanças positivas nas comunidades perto de casa e ao redor do globo.

Através do sistema SHARE, as contribuições são transformadas em doações que financiam projetos humanitários locais e internacionais, bolsas e atividades diversas.

**DÊ HOJE:** rotary.org/donate

# Mensagem da Presidente de Rotary International

## Jennifer E. Jones

## Começa com um convite

Créditos: Sephi Bergerson

Todos nós seguimos o nosso próprio caminho para nos tornarmos membros do Rotary. Alguns de vós juntaram-se porque o vosso pai era um rotário. Alguns de nós inscrevemo-nos porque um empregador deu-nos um toque no ombro e pediu-nos para assistir a uma reunião. Outros só se tornaram membros depois de uma decisão do Supremo Tribunal dos Estados Unidos o tornar possível. No entanto, cada um de nós entrou através de um mecanismo - um convite.

Um convite que desbloqueia a nossa imaginação e permite-nos saber que tudo e qualquer coisa é possível. Cada um de nós tem essa mesma oportunidade - a honra de fazer um convite.

É impressionante imaginar como podemos olhar para as nossas comunidades e identificar os nossos futuros líderes. É tentador atrair pessoas que são exatamente como nós. É uma peculiar forma de ingenuidade considerar como pessoas que aparentam ser muito diferentes podem, de facto, partilhar os nossos valores e ter alguns desses mesmos talentos, apenas à espera de serem libertados.

É altura de o Rotary assumir o próximo passo na promoção da Diversidade, Equidade e Inclusão (DEI) na sua organização.

Abraçar uma experiência em que as pessoas se sintam incluídas é mais do que apenas tornar o nosso número de membros mais diversificado. Trata-se de tornar as nossas reuniões e eventos em lugares onde possamos falar abertamente e honestamente uns com os outros, onde os nossos membros se sintam bem-vindos e seguros. Isto significa remover barreiras à entrada e abrir portas para a inclusão. Os nossos valores continuam a ser a nossa força - e o nosso compromisso para com a excelência exige que mantenhamos padrões elevados também para os nossos membros –.

Acredito que estamos todos empenhados e determinados em fazer avançar a DEI através do Rotary. Isto está enraizado nas tradições mais profundas da nossa organização, e assegurará que nos manteremos vibrantes e relevantes nas próximas décadas.

Há alguns anos, o Conselho de Administração do Rotary estabeleceu o ambicioso objetivo de aumentar a percentagem de membros femininos para 30 por cento até 2023. Temos menos de um ano pela frente, mas creio que podemos cumprir e exceder esta meta.

Precisamos que os líderes rotários surjam de todos os continentes, culturas e crenças. Precisamos que os jovens membros e jovens pensadores assumam papéis e responsabilidades de maior relevo. Precisamos de ouvir os novos membros do Rotary com o mesmo entusiasmo, e com o mesmo respeito, que aqueles que têm vários anos de filiação.

Durante a nossa recente convenção em Houston, ouvimos os astronautas falarem das suas viagens ao espaço. Refletimos sobre uma época na década de 1960, quando o Presidente dos EUA John F. Kennedy exortou o mundo a sonhar, com a sua declaração de que iríamos "à lua [e fazer] outras coisas, não porque elas são fáceis, mas porque são difíceis".

Comprometer totalmente o Rotary com a DEI e alcançar as nossas ambiciosas metas de adesão pode parecer tão improvável como um tiro na lua. Mas sei que quando pessoas de ação estão empenhadas num grande objetivo, nós fazemos valer toda a nossa energia.

PORTUGAL ROTÁRIO

**Diretor**
Miguel Rijo

Avenida da República, 1326 – 7.º s/ 7.4
4430-192 Vila Nova de Gaia

**Editores/Redação**
Sara Andrade – Novas Gerações
Ruben Bento– Novas Gerações
Maria João Gomes – Projetos
Isabel Martins – Relações Internacionais
Solange Falé – *The Rotary Foundation*
Rúben Bento

**Capa**
Joaquim Silva

**Grafismo e paginação**
Zélia Mota

**Supervisão**
Governador do Distrito 1960:
Governado r do Distrito 1970:

**Traduções**
Carla Pinto
Diogo Bento
Inês Reis

**Proprietária**
Associação Portugal Rotário
NIF 502 128 321

**Presidente da Direção da APR**
João José M. Vieira Barbosa

**Contactos**
Avenida da República, 1326 - 7º s/ 7.4
4430-192 Vila Nova de Gaia
Telefone: +351 22 372 1794

**Assuntos administrativos**
geral@portugalrotario.pt

**Notícias**
editor@portugalrotario.pt

**Estatuto editorial**
www.portugalrotario.pt/estatuto

**Execução gráfica**
Sersilito - Empresa Gráfica, Lda
Trav. Sá e Melo, 209
Gueifães - Apartado 1208
4471-909 Maia

N.º Registo ERC 110486
Depósito legal n.º 5448/84
Tiragem: 3600 exemplares

DISTRIBUIÇÃO
GRATUITA AOS SÓCIOS

## *NÚMEROS ROTÁRIOS*

| | |
|---|---|
| Rotários: **1 174 466** | Países e Regiões com ITC: **160** |
| Rotárias: **278 220** | Rotaractistas: **207 597** |
| Rotary clubes: **36 913** | Rotaract clubes: **11 370** |
| Países e Regiões com Rotary: **218** | Países e Regiões com RTC: **178** |
| Distritos Rotários: **530** | NRDC: **12 371** |
| Interactistas: **423 545** | Voluntários nos NRDC: **215 260** |
| Interact Clubes: **18 415** | Países e Regiões com NRDC: **130** |

# Editorial

Miguel Rijo

## Crescimento sustentado do Quadro Social

No mês que dedicamos ao Quadro Associativo e ao seu desenvolvimento, impõe-se um reflexão critica, que deve ser uma constante.

A cada ano, todos nós, rotários, somos motivados a promover, de forma individual e/ou coletiva, através dos nossos clubes, o crescimento quantitativo de membros efetivos de Rotary.

O binómio quantidade *versus* qualidade, não é fácil de gerir de forma equilibrada, pois, se por um lado quanto mais formos mais podemos fazer pelas nossas comunidades e contribuir para os Fundos de RI que financiam projetos globais de melhoria de condições de vida de milhões de pessoas, promovendo um maior crescimento sustentado de micro economias locais e literacia para a cidadania e outros pilares estruturantes da sociedade, por outro lado ser mais não é igual a fazer mais.

Para que o a estrutura social de Rotary seja atrativa para suscitar o interesse de potencias novos associados, que agreguem valor à nossa organização, é importante que os companheiros e os clubes sejam sólidos na sua base de conhecimento e o partilhem, que tenham projetos sustentáveis e de continuidade e os envolvam, para que os mesmos sintam que podem fazer a diferença. Formação prévia e aceitação consciente dos compromissos que se assume ao entrar em Rotary, são fundamentais para um crescimento sustentado do Quadro Social. Mais nem sempre é melhor.

## CONTEÚDO


**03.** Mensagem do Presidente de *Rotary International*

**05.** Editorial

**06.** Tem a palavra o Governador Vitor Codeiro

**07.** Tem a palavra o Governador José Alberto Oliveira

**08.** Nova Direção

**09.** Ação Rotária em Portugal

**13.** Rotary Club de Fátima

**14.** Visita de John Hewko a Portugal

**16.** Pessoas da ação pelo Mundo

**18.** Levar os tratamentos da hepatite mais perto de si

**20.** O Rotary Club de Sintra e as áreas de enfoque em Rotary

**23.** Subcomissão "Cultura, Arte e Lusofonia"

**24.** Melhorar o Mundo

**25.** Convenção 2023

**27.** Subsídio Distrital

**28.** Novas Gerações

**33.** A importância da Cibersegurança no Quotidiano

**35.** Rotary Club de Braga-Norte

tem a palavra o **Governador...**

# Vítor Cordeiro

Distrito 1960

***Para melhor envolver e comprometer os seus membros, Rotary precisa de se adaptar e reequipar.*** – *Jennifer Jones – Presidente de Rotary International*

Caríssimos Companheiros

Neste mês de agosto somos levados a refletir sobre o Quadro Social, a força motriz, agregada em clubes, que faz mover o Rotary no seu apoio, no serviço, às comunidades.

A Presidente Jennifer Jones desafia-nos a crescer em Rotary, Rotaract e Interact, a criar novos clubes, nos mais diversos formatos, incluindo os mais inovadores, os clubes de causas, tendo em conta a diversidade, a equidade e a inclusão. Criar clubes que reflitam a comunidade, mas também que melhor respondam às suas reais necessidades.

O crescimento orgânico é uma preocupação constante de todos nós porque contribui para o incremento da nossa capacidade de servir. No entanto, não basta aumentar esta capacidade se não adotarmos medidas para capacitação dos novos membros, se não os envolvermos nas atividades e projetos, se não lhes atribuirmos responsabilidades e se não obtivermos o seu compromisso, alinhado com o nosso propósito.

Precisamos de nos sentir bem em Rotary, como em qualquer outra organização, para podermos dar o nosso melhor. O segredo está em sabermos escutar os nossos sócios e irmos ao encontro dos seus anseios, de modo a que venham a colocar todo o seu potencial ao serviço das nossas causas. Este exercício é fundamental para criar e manter níveis de motivação e satisfação elevados.

**Não basta apenas ouvir, é preciso escutar, é preciso compreender,** é preciso ajustar formas de realizar em função das características de cada um de nós e das diferentes realidades. Talvez seja este um dos maiores desafios do exercício da liderança, mas só assim temos condições para colocar ao serviço toda a capacidade humana que temos disponível.

A nossa ação está, na maior parte das vezes, associada a processos de mudança, por isso, se queremos que os nossos sócios adiram à mudança, eles precisam de se sentir compreendidos. Não se trata de concordar os discordar das suas ideias, trata-se apenas de compreender, pois as pessoas quando se sentem compreendidas estão mais abertas a mudar. Há autores que referem que "**a compreensão é a única força de mudança**", sendo a comunicação entre nós um elemento fundamental para reduzir diferenças, procurar alinhamentos e potenciar a ação.

Precisamos ter a coragem de incorporar novas ideias e alterar o que "sempre se fez assim" para "o que precisa ser feito" para atingirmos os nossos objetivos utilizando todo o nosso potencial. Se queremos que os nossos sócios, sobretudo os mais novos em Rotary, se sintam bem e integrados, também precisamos de nos ajustar, de efetuar as necessárias mudanças, começando por nós próprios, pela forma como nos organizamos e entramos em ação.

Associado ao serviço que prestamos, adquirimos e desenvolvemos capacidades pessoais e de liderança, consolidamos amizades e criamos propósito e paixão, num círculo virtuoso que beneficia os destinatários do nosso serviço.

Um forte abraço solidário

tem a palavra o **Governador...**

# José Alberto Oliveira

Distrito 1970

## ***Expandindo o nosso alcance e aumentando a retenção***- *José Alberto Oliveira*

Quando encontra a expressão "Desenvolvimento do Quadro Associativo e Expansão", que pensamentos surgem na sua mente? Um lugar-comum rotário? A necessidade de convidar mais pessoas para o seu clube? A criação de clubes? Porque terá sido escolhido este tema para o mês de agosto quando, no hemisfério norte, a maioria das pessoas está de férias?

A virtual tranquilidade deste período poderá facilitar trocas de ideias com novos amigos e reflexões sobre como podemos melhor servir quem não tem acesso aos mesmos privilégios que nós. Continuarmos a convidar pessoas para os nossos clubes é fundamental para **expandirmos o nosso alcance** como pessoas de ação, com projetos que causam impacto duradouro nas nossas comunidades. Quantos mais formos, mais podemos fazer.

A palavra "desenvolvimento" transporta-nos também para dentro, para o envolvimento pessoal de cada um de nós em Rotary. No Brasil usa-se a expressão *engajamento*, traduzida do inglês *engagement*, que nos recorda o **compromisso** para servir que assumimos quando entramos.

Este envolvimento pessoal, essencial em qualquer organização com voluntários, está associado às expectativas que tínhamos quando iniciamos esta caminhada: encontrar novos amigos e novas amigas, entrar numa rede mundial com mais de 1.4 milhão de pessoas em todo o mundo, servir o próximo através de ações de voluntariado, devolver à sociedade um pouco do que recebemos do longo da nossa vida, entre outras.

Além de usarmos cada encontro como uma oportunidade para mostrar às pessoas o que o Rotary pode fazer por elas como indivíduos e como membros das suas comunidades, este "engajamento" envolve o exercício de justiça e a atenção às suas expectativas. Escutá-las é fundamental para que possamos oferecer-lhes um ambiente seguro onde as suas ideias são respeitadas e acolhidas. Em Rotary, todos os membros têm o mesmo valor, independentemente da antiguidade ou das características pessoais.

O "desenvolvimento" envolve também formação pessoal. Quando foi a última vez que entrou na "Central de Aprendizado", no "My Rotary", para fazer um dos pequenos cursos aí existentes? Incentive os restantes membros do seu clube a fazerem o mesmo e a regressarem aos momentos mensais de *Informação Rotária* seguindo as ideias que proliferam nessa área digital dedicada ao desenvolvimento pessoal.

Assim, "Desenvolvimento do Quadro Associativo e Expansão" lembra-nos a necessidade de falarmos do Rotary, do compromisso que assumimos quando entramos, de cuidarmos do nosso desenvolvimento pessoal para maior eficácia nas ações que desenvolvemos e a importância de recebermos os novos membros com equidade, de forma justa, respeitando as suas próprias expectativas.

Tão importante como a entrada de mais pessoas, porque há muito trabalho para fazer, temos a gentileza e o apoio incondicional devido aos companheiros e companheiras que estão connosco e que, como cada um de nós, desejam servir as suas comunidades num ambiente de verdadeiro companheirismo, amizade e paz.

Imagine o Rotary

# Nova Direção

*Por Roberto Carvalho | PDG 1690 2020/2021*
*Presidente da Associação Portugal Rotário.*

A roda Rotária gira anualmente e a nossa Associação, embora com prazos estatutários diversos, também gira, pelo que, no dia 25 de junho, teve lugar a Assembleia Geral da Associação Portugal Rotário, contendo na sua ordem de trabalhos a eleição dos novos orgãos sociais.
O evento ocorreu em Fátima, numa sala cheia, com a presença dos vários orgãos da Associação, do Governador Rotário do Distrito 1960 do ano 2021/2022, Paulo Martins, e dos Governadores eleitos e nomeados, dos Distritos Rotários 1960 e 1970, para os anos de 2022 a 2025. O Rotary é contínuo e está unido, sendo o Portugal Rotário enquanto orgão oficial do Rotary International em Portugal um exemplo nessa matéria. Assim sendo, foram eleitos os seguintes companheiros que irão em conformidade integrar estes órgãos sociais:

**MESA ASSEMBLEIA GERAL**

**PRESIDENTE DA MAG** (D1970): João Barbosa (RC Aveiro)
1º Secretario (D1970): Rosa do Céu Amorim (RCAveiro)
Vogal (D1960): Rui Horta Carneiro (RC Lisboa Estrela)

**DIREÇÃO**

**PRESIDENTE** (D1960): Roberto Carvalho (RC Cascais-Estoril)
Vice-Presidente (D1970): Joaquim Branco (RC Porto)
Secretário (D1970): Alfredo Jorge Moreira (RC Gaia-Sul)
Tesoureiro (D1960): Felizardo Cota (RC Lisboa-Belém)
Vogal (D1960): Ana Gomes (RtTCSintra)
Vogal (D1970): Vitor Massa (RC Porto)
Vogal (D1960): Jorge Lucas Coelho (RC Lisboa)

**CONSELHO FISCAL**

**PRESIDENTE** (D1970): Antonio Carlos Dias (RC Vila Real)
Vogal (D1970): Jorge Silva Reis (RC Celorico de Basto)
Vogal (D1960): José Tomaz (RC Lisboa-Parque das Nações)

Usou, após a respetiva eleição, da palavra o novo Presidente da Associação, o Governador do Distrito 1960 para o ano 2020/2021, Roberto Carvalho, para agradecer o trabalho da direção cessante, realçar o projeto interdistrital como a Revista "Rotary" e o Plano de Ação para o próximo mandato, nas várias vertentes em que o Portugal Rotário atua (ou pode atuar como o site www.portugalrotario.pt, redes sociais e assumir o papel de Editora) assente em aumentar o impacto do Rotary, expandir o seu alcance, melhorar a capacidade de adaptação e envolver todos os Companheiros.
A nova Direção já se reuniu, inclusivamente, com os Governadores eleitos e nomeados, dos Distritos Rotários 1960 e 1970, para os anos de 2022 a 2025 na usual sessão de apresentação de companheiros mas também de trabalho.
Um dos primeiros atos da iniciativa da nova Direção da Associação foi agendar reunião de trabalho com os Governadores, dos distritos 1960 e 1970, para os anos rotários de 2022/2023,

2023/2024 e 2024/2025.
Um encontro inédito mas com imediata adesão, que teve lugar na sede da Associação, com a presença de toda a Direção, onde todos os Governadores, atuais, eleitos e nomeados, dos dois distritos, apresentaram à Direção os seus pontos de vista quanto às múltiplas áreas em que a Associação atua e a sua interligação com a vida Rotária, do ponto vista interno e externo, e atividade dos clubes.
Um encontro profícuo e colaborativo, consequentemente com interação entre todos.
Juntos somos mais fortes e a Associação conta com todos.

# Ação Rotária em Portugal

## AMBIENTE

- No âmbito do projeto Rotário "Árvore, Eterna Companheira", e de forma a comemorar o Dia Mundial do Ambiente, que se celebrou a 5 de junho, o **Rotary Club Machico Santa Cruz** (1), numa parceria com a Câmara Municipal de Machico, com o apoio da EB1/PE/C Santos Costa, Centro Cívico e Cultural da Ribeira Seca e o Instituto das Florestas e Conservação da Natureza (IFCN IP-RAM), assinalou a data com a plantação de árvores nos jardins da Graça".
- O **Rotary Club da Praia da Rocha** (2), em colaboração com a Câmara Municipal de Portimão, promoveu um concurso de desenho para alunos do ensino básico daquela localidade, cuja temática consistiu na defesa do ambiente. Entraram no concurso aproximadamente duas centenas de desenhos, dos quais o júri selecionou 15 de cada um dos estabelecimentos de ensino que aceitaram o desafio.

Além dos prémios aos vencedores, todos os participantes ganharam uma visita guiada ao Centro de Estudos Ambientais de Marim, situado em plena Ria Formosa, na zona de Castro Marim.

1

2

## PALESTRAS

- **O Rotary Club do Porto-Douro,** homenageou o Exmo. Senhor Professor Doutor António Sarmento, académico, investigador e grande humanista, pelo seu trabalho ao longo da carreira. Diretor do Serviço de Doenças Infecciosas do Hospital São João do Porto, foi a primeira pessoa a ser vacinada em Portugal contra a Covid-19, e teve um papel determinante no combate à mesma durante estes últimos dois anos. O Prof. Dr. António Sarmento, fez ainda uma excelente apresentação com a sua retrospectiva sobre a Covid-19. "

## SOLIDARIEDADE

- Durante 2 dias, o **Rotary Club de Pombal** (3) organizou a 9ª edição do evento "Batismo de Voo", sob o lema "as diferenças ficam em terra". Em colaboração com a Associação Cavaleiros do Céu, esta iniciativa proporcionou a quase 3 centenas de crianças com deficiências uma experiência fantástica, em que puderam sobrevoar os céus de Leiria (dia 23 de junho, em colaboração com o Rotary Club de Leiria) e de Coimbra (dia 24 de junho). A atividade contou com cerca de uma dezena de pilotos portugueses e franceses e teve, como padrinho, o bem conhecido ator João Paulo Rodrigues, também ele um dos pilotos que ajudaram a concretizar os sonhos destas crianças.

O "Batismo de Voo" é uma atividade que o RC Pombal organiza anualmente desde 2010, tendo sido apenas interrompida pela pandemia.

3

- O **Rotary Club de Lisboa Estrela** (4) reativou o seu grupo de Rotaract. Aproveitando o momento da sua transmissão de tarefas, o clube assinalou a reativação do seu grupo de jovens, na presença, entre outros, do Governador Paulo Martins e da representante de Rotaract, Inês Grego. Foram emblemados sete novos rotaractistas.

- O **Rotary Club de Cascais** (5) recebeu, no inicio de Julho, a visita da Companheira Ms. Didem Arguden e do seu marido Mr. Yılmaz Argüden, membros do Rotary Club Acarkent de Istambul/Turquia, tendo inspirado pelos seus projetos e pelo dinamismo do movimento ao nível global.

- O **Rotary Club de Porto-Douro** (6) promoveu um convívio solidário com o Clube afilhado RC Vigo, nos dias 10 e 11 de junho, na Quinta do Monte, Amarante. Foi prestada uma homenagem ao Companheiro Eckhard Bothmann (com grande influência nos dois clubes). Foram dois dias de intensas atividades e excelentes refeições. Juntaram-se, ainda, Companheiros de outros clubes, como o RC Porto, RC Gaia Sul e RC Leça da Palmeira.

- Entre 10 e 13 de junho, o **Rotary Club de Sintra** (7) levou a efeito mais um passeio, desta vez a terras de Trás-os-Montes. Esta iniciativa reuniu companheiros de 7 clubes do D1960: RC de Cascais, RC de Algés, RC da Moita, RC de Sesimbra, RC do Bombarral, RC de Lisboa Internacional e RC de Sintra e proporcionou um alegre convívio com companheiros de 3 clubes do D1970: RC de Valongo, RC de Mirandela e RC de Chaves, o qual fez as honras da cidade, recebeu na sua sede e ofereceu um brinde e a sua companhia num jantar no Hotel Forte de S. Francisco.

- No dia 17 de junho o **Rotary Club de Lisboa** (8) esteve presente na cerimónia de comemoração do centenário do seu clube padrinho, o RC Madrid onde teve oportunidade de fazer oferta de uma emblemática peça da Vista Alegre representativa da nossa cidade de Lisboa. Foram referidos diversos projetos no âmbito da geminação entre os dois clubes.

- Em retribuição da visita do **Rotary Club de Sevilla-Cartuja** (9) a Lisboa, o Rotary Club de Lisboa efetuou uma visita a Sevilha, nos dias 24 a 26 de junho, onde para além do alegre convívio entre a significativa embaixada de Lisboa e os Companheiros de Sevilha, houve lugar a diversos momentos culturais e à realização de um jantar comemorativo com a presença do GD 2023, Companheiro Victor Elena.

- Realizou-se no dia 28 de junho, a TT dos Rotary e Rotaract Clubes de Lisboa (10) que contou com a presença dos Companheiros John Hewko, CEO de R TRFI, marcou presença no jantar de TT do Rotary Club de Lisboa, em jeito de fecho da sua visita a Portugal.

## PROFISSIONAIS

- O **Rotary Club de Gaia Sul** (11) distinguiu, na sua reunião festiva do passado dia 7 de Junho, como Profissional do Ano, a Professora Doutora Maria Manuel Mota, natural deste Concelho. Trata-se de uma Académica e Cientista de renome, especializada em Biologia, tendo-se licenciado na Universidade do Porto, onde obteve também o grau de Mestre em Imunologia. O seu mérito tem sido reconhecido e recebeu diversas distinções quer de entidades nacionais quer de entidades estrangeiras.
- No dia 3 junho, o **Rotary Club de Mangualde** (12) realizou a sua homenagem ao Profissional do Ano, o Sr. António dos Santos. Com a presença de mais de uma centena de pessoas, distinguiu-se um mangualdense, com 91 anos, pela sua sublime postura como homem, como profissional e como cidadão. Não só a sua carreira profissional, como gerente bancário, mas também a sua intervenção cívica na sociedade mangualdense, como dirigente do Grupo Desportivo, dos Bombeiros ou como membro da Mesa administrativa da Santa Casa da Misericórdia de Mangualde, durante 22 anos.

11

12

## EDUCAÇÃO

- No dia 25 de junho, o **Rotary Club de Parede-Carcavelos** (13) realizou a cerimónia de reconhecimento ao aluno melhor companheiro. Aluno de 15 anos, chegado a Portugal há 3, sem falar português e sem referências culturais, já que é um jovem ucraniano. A terminar agora o 12º ano, Bodhan, é um dos melhores alunos de português do curso Técnico Profissional de Turismo, do agrupamento de escolas, perfeitamente integrado e com um grande grupo de amigos. Por estas e outras razões, foi o escolhido como o melhor companheiro. Os restantes alunos, identificados pelas oito escolas públicas e privadas da comunidade, foram igualmente distinguidos.

O **Rotary Club de Fátima** (14) realizou a 22ª edição do Concurso de Escrita Criativa - J. Justino das Neves, com o apoio da Fundação Rotária Portuguesa, com o objetivo de incentivar o gosto pela escrita nos alunos do 3º Ciclo e do Ensino Secundário, entre as escolas de Fátima, Ourém e Mira de Aire. O tema escolhido foi: «Alterações Climáticas» e o júri foi presidido pelo escritor Francisco Moita Flores. Em 6 de julho, no Hotel Áurea, foram atribuídos quatro Prémios e uma Menção Honrosa, onde o clube reconheceu publicamente o mérito dos vencedores, na presença dos seus familiares, direções das escolas, representante da FRP, entidades e convidados.

13

14

## COMUNIDADE

- O **Rotary Club do Entroncamento (15)** celebrou, no dia 11 de junho, o 40.º aniversário da sua fundação e celebrou com pompa e circunstância. Integrado no programa das comemorações, organizou uma exposição sob o tema " Rotary Club do Entroncamento, 40 anos ao Serviço da Comunidade", que esteve patente na Galeria Municipal, (Centro Cultural do Entroncamento), do dia 04 ao dia 15 de Junho, com um grande número de visitantes. Aberta ao publico em geral, a exposição teve como objetivo dar a conhecer a história do Clube à Comunidade local, desde a sua fundação à atualidade, os seus objetivos e princípios orientadores, os projetos desenvolvidos em apoio da comunidade ao longo dos 40 anos.

15

## CULTURA

- No dia 12 de julho, o **Rotary Club Cascais-Estoril (16)** iniciou o seu ciclo de palestras, no mês dedicado aos Novos Lideres, com o Dr. João Rocha sobre o que a liderança significa para os jovens atualmente, como cativá-los para a cidadania ativa e também sobre o seu novo livro "Cascais - European Youth Capital 2018". Um dos principais responsáveis pela distinção do evento e do município de Cascais ao nível internacional. O palestrante apresentou a sua obra do evento, assente em escrito onde referiu que "O livro ambiciona perpetuar a memória de Cascais – Capital Europeia da Juventude 2018, e servir como um guia de referência e inspiração para futuras iniciativas e políticas de juventude, explorando a experiência e o saber acumulado pelo município nas áreas do planeamento e da organização de grandes eventos, nacionais e internacionais".

- Na sequência da homenagem feita aos profissionais de primeira linha no combate à Covid-19, o **Rotary Club Douro e Vouga International** editou um livro de testemunhos e fotos representativas da pandemia.
A obra pretende ser um registo de informação e memória das vivências da pandemia e reúne 67 testemunhos, individuais e institucionais.
A apresentação pública do livro, feita pela jornalista Fátima Campos Ferreira, teve lugar no passado dia 11 de junho, dia do 1º aniversário do Rotary Club Douro e Vouga International, no Convento dos Lóios, em Santa Maria da Feira.

16

## Revista Portugal Rotário - Estatuto Editorial

**1.º** A Revista PORTUGAL ROTÁRIO tem por finalidade divulgar e aprofundar o Ideal Rotário e fomentar a prossecução do seu objectivo no mundo.

**2.º** A Revista PORTUGAL ROTÁRIO pretende ser, e visa ser, ponto de encontro dos Rotários Portugueses, local privilegiado da afirmação do seu zelo rotário.

**3.º** Sendo uma Revista Rotária prescrita e recomendada pelo Rotary International, é fiel às orientações do Presidente do Movimento e do seu Conselho Director, e visa apoiar o Rotary apoiando os Governadores de Distrito Rotário de Portugal.

**4.º** A Revista PORTUGAL ROTÁRIO é o veículo por excelência de divulgação das actividades dos Rotary Clubes de Portugal e órgão formador e informador dos Rotários Portugueses.

**5.º** A Revista PORTUGAL ROTÁRIO não deve dar, nas suas páginas, acolhimento a polémicas que se situem fora do espírito de tolerância e do respeito mútuo.

**6.º** A Revista PORTUGAL ROTÁRIO deve ser veículo de construção da Paz e da Compreensão Mundial.

**7.º** A Revista PORTUGAL ROTÁRIO é o elo de ligação entre os Rotários que se exprimem na Língua Portuguesa ou estejam historicamente ligados a Portugal.

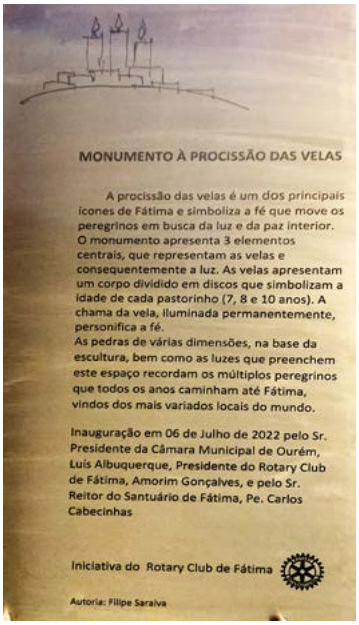
# Rotary Club de Fátima

## *Inauguração da 4ª Rotunda Rotária em Fátima*

Oferta do Rotary Club de Fátima à cidade pelos seus 25 anos, foi inaugurado no dia 22 de junho, na Av. Dom José Alves Correia da Silva, que liga a rotunda Sul à rotunda Norte, junto à Central de Camionagem, o monumento em homenagem à Procissão das Velas, um dos principais ícones de Fátima que simboliza a fé e move os peregrinos em busca da luz e da paz interior. Que este monumento, representando a Santíssima Trindade, os três Pastorinhos e a procissão das Velas, ajude a criar um manto de Luz nas nossas vidas e nas vidas de todos os que por aqui passam.

Para além dos Companheiros, visitantes e familiares estiveram presentes o Presidente da Câmara Municipal de Ourém, Luís Albuquerque, o Reitor do Santuário de Fátima, Pe. Carlos Cabecinhas, a Presidente da Assembleia Municipal de Ourém, Dra. Ana Vieira, o Presidente da Junta de Freguesia de Fátima, Humberto Silva, o Presidente da Assembleia de Freguesia de Fátima, Dr. Poças Neves, vereadores da Câmara Municipal de Ourém e membros da Assembleia Municipal de Ourém e Assembleia de Freguesia de Fátima, o Comandante territorial da GNR, Capitão Pedro Inácio e o 2º comandante dos Bombeiros de Fátima, Pedro Pereira.

No seguimento da apresentação de cumprimentos pelo Presidente do RC Fátima, Companheiro Amorim Gonçalves, foi apresentada a obra pelo seu autor o Arquiteto Filipe Saraiva e procedeu-se ao descerramento da placa comemorativa e bênção pelo Sr. Reitor do Santuário. De salientar que este importante marco rotário e expoente máximo de Imagem Pública de Rotary, tem por autor, fornecedor dos materiais e executor da construção, Companheiros do clube.



# *Visita de John Hewko, Secretário-geral e CEO de* Rotary International, *a Portugal*

*Os Distritos 1960 e 1970 de Rotary International tiveram o prazer de receber John Hewko, Secretário-geral e CEO de Rotary International, nos passados dias 27 e 28 de junho.*

O primeiro dia iniciou-se com a visita ao Rotary Club Douro e Vouga International que tem desenvolvido um trabalho muito meritório no apoio à comunidade local de refugiados. Nesta receção, preparada no histórico Convento dos Loios em Santa Maria da Feira, **o Governador do D1970, Fernando Luís Nogueira** e o **Presidente da Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, Emidio Sousa,** destacaram o trabalho levado a cabo pelo clube neste seu primeiro ano de existência, agradecendo na pessoa **do Companheiro Ricardo Henriques (Presidente em 21/22)** todo o empenho do clube no apoio aos mais desfavorecidos. John Hewko teve a oportunidade de contactar com vários refugiados ucranianos, trocando com eles algumas ideias e ficando a perceber melhor quais os principais desafios que enfrentam e como o Rotary os está a ajudar. Após este momento, teve lugar um almoço de receção do Distrito 1970 a John Hewko, **organizado pelo Governador Fernando Luís Nogueira, e que enalteceu "a honra para o Distrito e para Portugal de receber tão ilustre convidado, numa altura em que o ano rotário está a terminar. Esta foi sem dúvida a melhor forma de servir para transformar vidas"**. Este almoço contou ainda com representantes da PAR e várias dezenas de Companheiros que pretenderam assim acolher o Secretário-geral e CEO de Rotary International.

A visita ao Distrito 1970 terminou com a participação na Transmissão de Tarefas do clube mais antigo do Distrito, o Rotary Club do Porto.

No segundo dia, John Hewko foi recebido em Lisboa pelo Governador D1960, Paulo Martins, pela Past-Governadora Mara Duarte e pelo Governador-Eleito Vítor Cordeiro para uma reunião na ACNUR - Alto Comissariado das Nações Unidas para os Refugiados, onde ficou bem patente a ação dos portugueses no apoio ao povo ucraniano e todo o esforço mundial envolvido.

Seguiu-se um almoço de convívio com o Conselho de Governadores do D1960, com a participação dos Presidentes das Comissões Distritais de Serviços Internacionais e de Imagem Pública, respetivamente os Companheiros Álvaro Ribeiro e Jorge Lucas Coelho, do Presidente da PAR, André Costa Jorge e da Diretora da JRS Olena Namniyek, onde foi possível uma agradável interação entre todos e a partilha de experiências que têm sido objeto de trabalho pelos diversos clubes, ressaltando, entre outras, a realização do Espetáculo Solidário pela Ucrânia, no Casino Estoril, com organização do Rotary Club de Oeiras e demais clubes da Linha do Estoril. Com cerca de 900 lugares vendidos e a participação de

grupos culturais ligados à Ucrânia, o espetáculo teve cobertura em direto pela CNN e CMTV e a sua receita integral foi entregue diretamente ao Distrito 2232 (Ucrânia e Bielorrússia) para apoio direto no terreno.

Ao final do dia o Companheiro John Hewko participou na Transmissão de Tarefas do Rotary Club de Lisboa, o primeiro clube de Rotary em Portugal, onde mereceu o mais elevado destaque e onde assistiu à admissão de quatro sócios, diversos momentos musicais e onde teve oportunidade de dirigir à assembleia uma emotiva e realista mensagem, expressando o seu reconhecimento pelo trabalho realizado pelos clubes em Portugal e a sua visão de Servir para Transformar Vidas num Rotary mais moderno e sustentável, centrado nos problemas das comunidades que servimos. A mensagem mereceu o entusiástico aplauso dos cerca de 100 participantes, entre os quais se encontravam muitos Rotaractistas. Foi-lhe entregue um relatório da atividade dos clubes de ambos os Distritos no apoio à Ucrânia e o Governador Paulo Martins enalteceu "**a distinção de receber o Secretário-Geral e CEO de RI, o seu carater humanista e discurso claro resultantes de um profundo conhecimento da ação de Rotary, reforçando o enorme significado e importância desta visita, na apreciação, no terreno, das ações desenvolvidas pelos clubes, numa expressão de grande abertura de Rotary à sociedade e reconhecimento direto do serviço prestado**".

Na agenda estiveram várias iniciativas organizadas em conjunto pelos dois Distritos. Um dos momentos mais emocionantes teve lugar na visita ao Seminário Cristo-Rei, em Vila Nova de Gaia, onde a Plataforma de Apoio aos Refugiados tem 105 camas preparadas para acolher os refugiados da Ucrânia. Nesta visita foi possível a John Hewko conhecer e conversar com várias famílias que encontraram aqui o seu refúgio nesta fase tão difícil das suas vidas, **aproveitado no final da mesma para agradecer "o trabalho e dedicação de todos os clubes rotários portugueses no apoio aos refugiados, permitindo que a integração dos mesmos seja uma realidade, apoiando na busca de soluções para as famílias nas mais variadas necessidades: habitação, cuidados de saúde, alimentação, educação e emprego**".

Ainda em Lisboa, o Secretário-geral e CEO de Rotary foi recebido na **Embaixada da Ucrânia**, seguindo depois para os estudios da **CNN Portugal** para uma entrevista em direto. Em ambos os casos, John Hewko teve a oportunidade de partilhar a sua visão sobre a guerra na Ucrânia e ainda como o Rotary tem ajudado neste terrível conflito, apoiando desde o seu início milhões de refugiados em vários países como a Polónia, a Roménia, e Portugal, entre outros. (https://cnnportugal.iol.pt/videos/o-papel-da-rotary-internacional-na-ajuda-aos-refugiados/62bb3ee00cf2ea367d434e04).

Para **Sérgio Almeida, Coordenador de Imagem Púbica de Rotary** para a Ibéria, de quem partiu o convite e a iniciativa de trazer a Portugal John Hewko, e que acompanhou toda a visita, "**ficou uma vez mais demonstrada a cooperação entre os Distritos 1960 e 1970 num exemplo para toda a Ibéria e para o mundo rotário. Aos Governadores Paulo Martins e Fernando Luís Nogueira, o especial agradecimento por todo o empenho na organização desta visita que ficará para sempre na memória do nosso Secretário-geral, que ao longo desta visita se mostrou sempre muito afável e reconhecido pelo trabalho dos rotários em Portugal**".

# Pessoas de ação pelo mundo

por Brad Webber

**Estados Unidos da América**

O Rotary Club de Duvall, Washington, celebrou o Dia dos Namorados ao pendurar 133 corações de dupla face em postes de luz ao longo de cerca de 2km da Main Street, onde se mantiveram desde finais de Janeiro até princípios de Março. Com mensagens patrocinadas por residentes e empresas a um custo de 50 euros cada, as placas angariaram cerca de 13.500 euro para bancos alimentares e outras organizações que servem jovens, idosos, e os mais necessitados da comunidade a nordeste de Seattle. O clube foi inspirado por uma longa campanha de angariação de fundos do Rotary Club de Loveland Thompson Valley, Colorado, cujas inscrições esgotam  em poucas horas.

Rotary Club de Duvall

## 450 milhões

### de doces dos namorados foram produzidos em 2022

## 390 A.C.

### Primeiro registo de cirurgia a fenda labial

**Venezuela**

Desde 2009, o Rotary Club de Barquisimeto-Nueva Segovia supervisionou mais de 350 cirurgias para corrigir deformidades craniofaciais congénitas em crianças. No final de Abril o clube, sediado na capital do estado de Lara, administrou nove cirurgias de lábio leporino e palato. Os pacientes e as suas mães são entrevistados por membros do clube que são especialistas em cirurgia maxilofacial infantil. Os lucros do torneio de golfe do clube financiam as cirurgias e os cuidados de acompanhamento, que custam cerca de 150 euro por paciente. "As crianças com estas malformações requerem geralmente várias cirurgias e o nosso clube garante todas elas", diz Rafael Cárdenas, um membro do clube. "O nosso objectivo é mudar vidas permanentemente".

Rotary Club de Barquisimeto-Nueva Segovia

## Grécia

Após os atrasos governamentais terem dificultado a substituição de equipamento de combate a incêndios que tinha sido danificado em resposta a dois grandes incêndios em 2021, o Rotary Club de Kos interveio. Os rotários organizaram uma maratona de dança e um musical, angariando 2.300 euro para a compra de quase 700m de mangueira, bocais e ligações de tubos para os bombeiros da ilha. "É melhor prevenir do que remediar", diz Stavros Amaris, ex-presidente do clube, parafraseando Hipócrates, um famoso filho de Kos. A preparação para a emergência está em primeiro lugar para o clube, que também organizou unidades de sangue e encaminhou dinheiro para o serviço de ambulâncias de Kos.

Rotary Club de Kos

**287,000 hectares**
***destruidos pelos Incêncios na Grécia em 2021***

**81%**
***é a taxa de pobreza que se atinge em Madagascar***

## Madagascar

Atendendo às necessidades causadas pela fome, os clubes do Distrito 9220 entregaram 800 pacotes de arroz, água, óleo de cozinha e outros produtos básicos, bem como produtos de higiene, à comunidade de Ankiliabo em Abril. "Ultimamente, o kere [fome ou fome na linguagem local] tem assumido uma grande magnitude porque as condições climáticas não permitem que a população nesta área viva adequadamente através da agricultura e da pecuária", diz Narindra Razafinimaro, ex-presidente do Rotary Club de Antananarivo-Anosy, que liderou o projeto. O Rotary Club de Saint-Denis-La Montagne, no departamento francês da Reunião, outra ilha do distrito, contribuiu com cerca de 2.700 euro.

Distrito 9220

## Cazaquistão

O Rotary Club de Astana, em finais de 2018, inaugurou o seu primeiro parque infantil inclusivo num país que precisa urgentemente de tais oportunidades. Chamado Kunshyaq, ou "Luz do Sol", o parque infantil tem baloiços especializados, rampas, carrosséis e outros equipamentos para acomodar crianças com e sem deficiências e incutir valores de tolerância e empatia. Enquanto o conselho municipal da capital, agora chamado Nur-Sultan, doou o terreno, os membros do Rotary em Astana, liderados pelo ex-presidente Lyazzat Alshinova, arrecadaram cerca de 55.000 euro entre os membros do clube, outros clubes do Distrito 2430, embaixadas, e outras organizações, e receitas de um leilão de arte e de um baile. O parque infantil é um êxito tal que o clube, composto por cazaques e expatriados, angariou fundos para um segundo na capital.

Rotary Club de Astana

**26,1%**
***da população Cazaque é constituida por jovens até aos 14 anos***

# Levar os tratamentos da hepatite mais perto de si

Por Ilda Braz | RC Ponta Delgada

PGD 1960 2018-19 | Subcomissão Hepatite Zero

*"Levar os tratamentos da hepatite mais perto de si "* é o lema para 2022 do Dia Mundial da Hepatite, 28 de julho, que é uma oportunidade para intensificar os esforços nacionais e internacionais sobre a hepatite, encorajar ações e o envolvimento de indivíduos, parceiros e do público e realçar a necessidade de uma maior resposta global, tal como delineado no relatório global da OMS sobre hepatite de 2017.

1500€ doados para kits de testes rápido pelos Rotary Club's Caldas da Rainha, Lagoa, Lisboa Olivais, Lisboa Benfica, Lisboa Norte, Lisboa Parque das Nações, Ponta Delgada.

## Boas Práticas dos Clubes no âmbito do Projeto Hepatite Zero Portugal de sensibilização para a erradicação das Hepatites Virais.

A sub-comissão Hepatite Zero Portugal do D1960 começou o seu trabalho em 2018 e ao longo deste tempo promoveu o envolvimento dos Clubes no «Projeto Hepatite Zero», na identificação e apoio às organizações que trabalham na prevenção e rastreio de populações vulneráveis e com um acordo com os Laboratórios Germano de Sousa. Destas iniciativas foram identificadas as seguintes organizações que têm vindo a trabalhar com os clubes das suas áreas: Crescer - Associação de Intervenção Comunitária – Lisboa; Associação Ares do Pinhal – Batalha, Sintra, Lisboa, Oeiras; Conselho Português para os Refugiados – Loures; AJPAS – Associação de Intervenção Comunitária, Desenvolvimento Social e de Saúde - Amadora, Sintra; Refeitório Rosália Rendu – Odivelas; Arrisca - Associação Regional de Reabilitação e Integração Sociocultural dos Açores - Ponta Delgada (Ilha S. Miguel); Alternativa - Associação Contra as Dependências (Ilha S. Miguel); GAT – Grupo de Ativistas em Tratamentos; MAPS – Movimento de Apoio à Problemática da Sida – Faro; APF – Associação para o Planeamento da Família – Faro.

## Rastreios com a realização de testes junto das comunidades

A Associação Crescer efetua teste a uma utente do Refeitório Rosália Rendu em Odivelas. Rastreios promovidos pelo Rotary Club de Odivelas e Lumiar.

Realização de testes da Hepatite C durante o Rotary Run, evento promovido pelo Rotary Club de Oeiras

Rastreio de rua pela AJPAS com o apoio do Rotary Club de Alfragide

## Doações de testes rápidos

Às associações Arrisca e Alternativa, promovido pelo Rotary Club Ponta Delgada

Ao GAT promovido pelo Rotary Almada

E ainda pelos Rotary Clubes de Olivais, Setúbal, Bombarral, Tomar, Lagos

# O Rotary Club de Sintra e as áreas de enfoque em Rotary

*Por Fernanda Godinho | RC Sintra*

As sete áreas de enfoque do Rotary, enquadram-se nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, ODS, também conhecidos como Objetivos Globais. Estes foram adotados por todos os estados membros das Nações Unidas, em 2015, constituindo um apelo universal à ação, com o objetivo de, até 2030, se acabar com a pobreza, proteger o planeta e garantir que toda a Humanidade tem acesso à paz e prosperidade.

O Rotary desenvolve os seus projetos nas comunidades, tendo por base sete áreas de enfoque: Consolidação da Paz e Resolução de Conflitos; Prevenção e Tratamento de doenças; Água, Saneamento e Higiene; Saúde Materno-Infantil; Educação Básica e Alfabetização; Desenvolvimento Económico e Comunitário; Proteção do Ambiente.

O Rotary Clube de Sintra desenvolveu um projeto inovador, num Agrupamento de Escolas de Sintra, precisamente sobre as áreas de enfoque em Rotary. Em entrevista à companheira Fernanda Godinho, do Rotary Clube de Sintra, ficamos a conhecer melhor como decorreu este projeto.

**Como surge a ideia do projeto e da exposição *"Desenhos e Pinturas"?***

Num contexto mais geral, a ideia do projeto surge para dar maior visibilidade a Rotary, levando o movimento a ser conhecido por um público cada vez mais vasto.

Numa perspetiva mais restrita, o objetivo foi a de dar visibilidade às atividades do Rotary Club de Sintra junto da sua comunidade, aproveitando a estadia de muitos rotários na vila de Sintra por altura da 76ª conferência rotária de D1960, na semana em que foi inaugurada a exposição.

A execução deste projeto baseou-se numa metodologia de trabalho colaborativo, numa interação constante entre o Agrupamento de Escolas Monte da Lua – AGML e o RC de Sintra, tendo havido uma sintonia e uma recetividade da parte do agrupamento que importa aqui destacar.

**Quais as fases da organização do projeto?**

Depois de devidamente estudado o texto-base sobre as áreas de enfoque de rotary foi feito um outro texto mais restritivo e apropriado à realidade portuguesa de modo a tornar-se facilmente perceptível a um público não habituado à linguagem rotária.
Apresentei as linhas gerais da proposta do projecto ao clube, no conselho diretor e, posteriormente, em reunião de clube. Após a concordância por parte dos companheiros e constituindo-se uma pequena equipa de trabalho, o projeto foi apresentado à direcção do AGML e a uma assembleia composta por representantes de alunos, pais, professores e funcionários.

Nessa apresentação foi feito um resumo de quem somos, o que fazemos, quantos somos no mundo e os princípios sobre os quais nos inspiramos para realizar as nossas ações.

Foram apresentadas as áreas de enfoque a diferentes níveis, respeitando as dicas e formas de entrar em ac,ção a nível mundial, a nível local (como o Rotary Club de Sintra tem actuado em cada uma das áreas) e a nível da proposta deste projeto para os alunos das turmas dos jardins de infância e 1º ciclo do ensino básico do AGML.

Desta forma, foram propostos, para serem alvo de reflexão e debate, temas familiares ou facilmente apreendíveis pelos alunos destas faixas etárias. Dá-se como exemplo o caso da área da "***Paz e resolução de conflitos***" em que se propôs a discussão do tema do bullying na escola, contudo, sem deixar de frisar sempre que outro tema poderia ser sugerido pelas escolas, desde que dentro da temática de cada uma das áreas de enfoque.

A direcção do agrupamento, pais e professores concordaram com as propostas apresentadas e o trabalho fluiu, tendo sido desenvolvido com a colaboração da Associação Portuguesa para a Inovação e Empreendedorismo Social e Digital no âmbito das AECS (a qual apoia as escolas nas atividades extracurriculares). Quase todas as escolas trabalharam a totalidade das 7 áreas de enfoque e os temas sugeridos para cada uma delas.

Ficou acordado que os resultados dessas discussões e opiniões sobre os temas propostos, seriam expressos através de desenhos e pinturas que seriam alvo de uma exposição patente ao público.

Em termos de público abrangido, os números são significativos. Estiveram envolvidas 9 escolas, 2 das quais Jardins de Infância, 36 turmas, 16 professores e cerca de 720 alunos e, naturalmente, respetivos pais e encarregados de educação.

Alguns dos temas foram mais amplamente abordados, nomeadamente, os relativos ao ambiente (preservação e reciclagem), às profissões que os alunos gostariam de ter quando entrarem na vida ativa (alguns disseram que querem ser *youtubers*) e à saúde, especialmente no tocante aos cuidados a ter para evitar contágios de doenças, sobretudo da COVID 19. Na área da paz e resolução de conflitos, foi, também, abordada a aceitação da diversidade de opiniões, de gostos e atitudes, bem como da cor da pele, sempre numa perspetiva da tolerância e de aceitação, fazendo todos parte de uma sociedade global.

**Como decorreu a exposição dos trabalhos realizados?**

A adesão e interesse manifestados por parte dos alunos foram enormes, o que resultou na exposição de cerca de 166 trabalhos individuais e/ou colectivos.

Na sessão de abertura da exposição, estiveram presentes entidades ligadas à área da educação da Câmara Municipal de Sintra e o presidente da Junta da União de Freguesias de Sintra, bem como pais e alunos. Pela parte do movimento rotário, para além de alguns companheiros e amigos, tivemos o gosto de contar com a presença do governador Paulo Martins.

A dar mais relevo à iniciativa, alguns dos alunos que estiveram implicados no projeto realizaram uma coreografia muito expressiva, alusiva à guerra da Ucrânia, tema que, como sabemos, cabe na 1ª área de enfoque.

Muitos pais e alunos estiveram, também, presentes.

A exposição esteve patente durante uma semana no museu das artes da Vila de Sintra – MU.SA.

# Ciência e Cultura

## *De 15 de junho a 25 de setembro 2022*

MNAA
MUSEU NACIONAL DE ARTE ANTIGA

Com base numa das maiores coleções privadas do mundo de tabuleiros de jogos, esta exposição aborda a migração e troca de jogos entre Oriente e Ocidente, debruçando-se sobre este tipo de produção asiática para o mercado europeu, levada a cabo a partir do século XVI até meados do século XIX, bem como acerca da presença de jogos ocidentais na Ásia.

Deste modo, "Jogos Cruzados. Viagens entre Oriente e Ocidente" é uma oportunidade única para compreender como os

jogos passaram a constituir um espelho da História Mundial, mas, também, um reflexo das relações estabelecidas entre a Europa e o Oriente a partir de quinhentos.

## A Prova Quádrupla

A Prova Quádrupla, traduzida em mais de 100 idiomas, é um guia para os rotários usarem em seus relacionamentos pessoais e profissionais:

**Do que pensamos, dizemos ou fazemos**

- É a VERDADE?
- É JUSTO para todos os interessados?
- Criará BOA VONTADE e MELHORES AMIZADES?
- Será BENÉFICO para todos os interessados?

# Subcomissão "Cultura, Arte e Lusofonia"

António Mendes

PGD 1960 2014-15 | Subcomissão de "Cultura, Arte e Lusofonia

O Rotary procura abranger pessoas e culturas diferentes, cada uma com as suas vivências e experiências. O desenvolvimento do quadro social é uma das prioridades em Rotary, mas também a retenção, pelo que o desafio é atrair novos associados e também cuidar dos que integram o Rotary. A Cultura, a Arte e a Lusofonia podem ser um meio criativo e inovador para alcançarmos esses fins... vejamos o que o nosso querido e estimado Past Governador D1960, 2014-15, António Mendes nos tem para dizer sobre este tema.

Quando recebi a informação de que o nosso, agora Past Governador, Paulo Martins, havia incluido na sua Equipa Distrital de Serviços à Comunidade uma Subcomissão dedicada à "Cultura, Arte e Lusofonia" fiquei satisfeito e, quando me convidou para presidir a essa equipa de imediato aceitei prestar esse serviço. E agora volto a ficar contente por saber que também o nosso atual Governador, Vítor Cordeiro, continua com esta área de serviços.

Quer na minha experiência profissional como Professor, quer como Rotário, sempre entendi que a Escola não pode ser apenas uma fábrica de especialistas mas também, ou principalmente, uma escola de formação de cidadãos. E os nossos Clubes Rotários também têm que apostar forte no desenvolvimento cultural e de cidadania nas comunidades em que estamos inseridos e, através delas, na construção de um mundo melhor: mais humano, mais justo, mais fraterno, mais solidário.

Como afirmou Confúcio (479 A.C./451 A.C.), " para colocar o mundo em ordem, nós temos que primeiro colocar em ordem a nação; para colocar em ordem a nação, nós temos que primeiro colocar em ordem a família; para colocar em ordem a família, nós temos primeiro que colocar em ordem o nosso coração".

Também, já nos nossos tempos, o célebre aviador e escritor Antoine de Saint-Exupéry (1900/1944) escreveu no seu livro "O Principezinho" que "é com o coração que vemos claramente, o que é essencial é invisível aos nossos olhos". E o mesmo que é referido pelo Papa Francisco quando afirma "temos que aprender a ver com o coração".

Uma visão da natureza humana que ignore o poder das emoções é míope. Quando referimos o ser humano atual como "homo sapiens" ou, mais recentemente, "homo sapiens sapiens" estamos a enfatizar a inteligência na vertente racional, olvidando a importância das emoções, da inteligência emocional, já sobejamente realçada pela investigação científica. Neurocientistas, como António Damásio, têm mostrado que não se deve enfatizar o QI(quociente intelectual) e esquecer a importância do QE(-quociente emocional).

As atividades preconizadas para esta subcomissão: Cultura, Arte e Lusofonia", apontam para o apoio aos Clubes Rotários na realização de atividades culturais que já estão a dar resultados positivos no nosso Distrito e nos países da Lusofonia.

Os "Chás Poéticos" com a orientação do Companheiro Francisco Queiroz, a Exposição de Pintura da nossa Companheira Gabriela Carvalho, as Conferências/Seminários levados a cabo no Rotary Club de Almada, no Rotary Club de Mafra, no Rotary Club de Bombarral, no Rotary Club da Moita, no Rotary Club de Setúbal. A celebração do Dia da Língua Portuguesa e os eventos no âmbito da música, bem como a oferta de livros de poesia ao Interact e Rotaract de Almada são exemplos concretos do que já se fez neste ano rotário 2021/22.

A Companheira Fernanda Godinho está a desenvolver uma base de dados de Companheiros do nosso Distrito Rotário que têm uma classificação/ocupação no âmbito das Artes e Letras. Esta informação será muito útil para a organização de futuros eventos a realizar com os nossos Clubes Rotários neste domínio.

Pensamos que neste novo ano rotário iremos prosseguir nesta senda e, no apoio aos Clubes Rotários que quiserem contar connosco, vamos realizar os objetivos traçados para esta subcomissão no âmbito dos Serviços à Comunidade em que estamos envolvidos.

Desafiem-nos. Contem connosco.

# “Melhorar o Mundo com todas as Pessoas, em todos os Lugares, todos os Dias”

*Por Jorge Paulino*

Esta é, de forma resumida, o conceito da abordagem KAIZEN, no que seguramente nos remete para uma imediata ligação com aquilo que é a postura de Rotary no mundo.
A filosofia KAIZEN surgiu em meados dos anos 80, tendo sido introduzida no mundo ocidental através do livro de Massaki Imai “KAIZEN: A chave para o sucesso competitivo do Japão”.

Foi aplicada na fábrica de automóveis TOYOTA que, através de uma atitude de introdução de pequenas melhorias de forma contínua dentro dos processos, se tornou uma das mais eficientes e confiáveis empresas de automóveis do mundo.
Nascia assim a filosofia KAIZEN que promove uma cultura de melhoria contínua com pequenos atos de evolução, contrária aos métodos que propõem mudanças radicais e de forma abrupta.

*Masaki Imai*

Assim, cultiva-se a ideia de que a soma de um número considerável de pequenas conquistas permite alcançar grandes feitos e atingir objetivos maiores. Também neste ponto é claro o paralelo que se traça com a ação das dezenas de milhares de clubes rotários em todo o mundo, que assim perseguem e atingem feitos maiores através das suas contribuições individuais.
O termo KAIZEN é formado a partir da junção de duas palavras japonesas, KAI que significa mudança e ZEN com o significado de bom. KAIZEN significa assim uma mudança para melhor.

A aplicação do Kaizen faz-se em cinco conceitos básicos, todos eles definidos por palavras japonesas começadas pela letra S, daí a menção aos 5 S:

**Seiton:** organização do material a utilizar num processo de produção, eliminando o tempo com a sua procura;

**Seiri:** distinção entre o essencial e não essencial para a realização de uma tarefa, evitando que as menos importantes atrapalhem o processo.

**Seiso:** limpeza da área de trabalho, garantindo a melhoria de produtividade.

**Seiketsu:** higiene e manutenção do ambiente de produção, bem como das pessoas envolvidas na tarefa.

**Shitsuke:** disciplina, honra e determinação aplicados para garantir o equilíbrio dos elementos anteriores e sucesso do processo.

Hoje, a filosofia KAIZEN é reconhecida mundialmente como um pilar importante da estratégia competitiva de longo prazo de uma organização. O modelo KAIZEN permite melhorar a eficiência de processos operacionais através da eliminação de etapas não-essenciais, aumentando a produtividade. Permite, ainda, melhorar a qualidade de trabalho, bem como a qualidade das relações entre todas as partes envolvidas, promovendo o foco em pequenas melhorias alcançáveis. O envolvimento de todos, todos os dias, em todo o lado é essencial na aplicação do KAIZEN.

MELHORIA CONTÍNUA

Toda a gente!

Todos os dias!

Em todo o lado!

# Convenção 2023

## Um museu para todos

Melbourne é conhecida como a capital cultural da Austrália e os seus museus são uma grande razão para tal. Durante a Convenção Internacional do Rotary 2023, que terá lugar de 27 a 31 de maio, não deixe de explorar a história, a arte e a criatividade em exibição nas dezenas de museus da cidade.

Comece o seu dia no Palácio das Artes de Melbourne, onde se encontram quatro das galerias mais populares da cidade, incluindo a Galeria Nacional de Vitória. Este espaço alberga uma coleção de mais de 75.000 peças, desde o antigo Egipto até à arte contemporânea. A entrada para as suas coleções permanentes é gratuita.

Se é apreciador das artes, mas prefere quando a arte está em ação, consulte o Centro Australiano para a Imagem em Movimento (ACMI), localizado na Praça da Federação. Aqui, pode explorar o universo do cinema, televisão, videojogos e arte.

Melbourne é também conhecida pela sua diversidade cultural, e no Museu da Imigração pode ouvir, ler e ver as histórias da vida real das pessoas que migraram para a Austrália vindas de todo o mundo. Para conhecer os habitantes nativos da região, dirija-se ao Centro Cultural Aborígene Bunjilaka do Museu de Melbourne, que celebra a cultura indígena através de atuações, narração de histórias, arte e muito mais. Em seguida, explore a vida selvagem e os ecossistemas florestais da área na Galeria Florestal do museu. Não deixe de ver as enguias de barbatana curta a serem alimentadas diariamente às 13h45.

Os fãs do desporto podem dirigir-se ao Museu Australiano do Desporto, localizado no Campo de Críquete de Melbourne, para conhecer o futebol de regras australianas, criado em Melbourne na década de 1850, e ver a maior coleção de recordações desportivas do país

- EVA REMIJAN-TOBA

leilobusiness.com
Se pretende comprar casa própria
ou investir em imóveis para rendimento,
contacte-nos, porque temos excelentes
oportunidades para si!
PUB

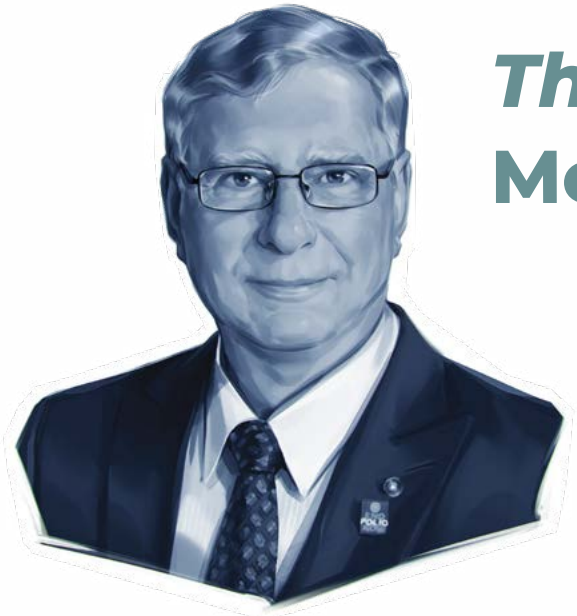


**Ilustração de** Viktor Miller Gausa

# The Rotary Foundation Mensagem do *chair*

## *Ian H. S. Riseley*

## *Dois lados da mesma moeda*

Durante as minhas viagens, o Rotary surge frequentemente em conversas. A maioria das pessoas associa-nos a projetos locais e angariações de fundos - o que é ótimo - mas poucos sabem que Rotary é uma força global. É mais fácil compreender este aspeto de Rotary através de um exemplo, tal como a forma como Rotary respondeu aos devastadores incêndios florestais na Austrália no final de 2019 e início de 2020.

Em consequência de seca extrema, aquecimento global e condições atmosféricas adversas, os incêndios causaram danos catastróficos. A necessidade de ajuda foi óbvia e substancial.

Com experência em fogos florestais, os rotários canadianos sabiam que a melhor forma de ajudar era através da Fundação Rotária. A eles juntaram-se logo Rotary Clubs e distritos de outros países e Taiwan, resultando em três subsídios globais da Fundação, num total de 280.000 euro, para apoiar a recuperação económica dos agricultores afetados por estes incêndios.

Um agricultor escreveu uma carta de agradecimento em nome das comunidades remotas que ajudámos, dizendo que "estavam incrédulos de que os Rotary Clubs de outros países se prontificariam e ajudariam a nossa relativamente pequena região agrícola", acrescentando que "estavam muito gratos e honrados por serem considerados dignos de tal ajuda".

Amigos, este é o tipo de impacto que a vossa Fundação tem todos os dias em todo o mundo e é por isto que merece o apoio de todos os membros do Rotary.

Os projetos mais significativos feitos em nome do Rotary são realizados através da Fundação Rotária. A lista continua e continua. Pense no impacto dos nossos esforços na erradicação da Pólio, dos nossos programas de educação para a paz, e dos nossos Programas de Subsídios à Escala. Todos estes esforços para tornar o mundo um lugar melhor emanam da nossa Fundação.

A Fundação também tem impacto na experiência do nosso clube, na filiação, nas parcerias, e muito mais. Quanto mais visibilidade e impacto tivermos através dos projetos da Fundação, mais pessoas querem fazer parte do que estamos a fazer como parceiros ou como membros. Toda a gente ganha.

Para mim, Rotary e a sua Fundação são inseparáveis - não se pode ter um sem o outro. São duas faces da mesma moeda. Adoro a amizade e o companheirismo e os projetos dos quais participo como membro do Rotary Club de Sandringham, Austrália; mas também estou entusiasmado por fazer parte de um movimento global que está a mudar a vida de inúmeras pessoas através da Fundação Rotária.

Lembre-se da outra face da moeda do Rotary e apoie a sua Fundação. Ao fazê-lo, estará também a apoiar os seus companheiros que estão a dar vida aos projetos de que o nosso mundo verdadeiramente necessita.

# Subsídio Distrital - Importante Instrumento para cada Clube

Por Alberto Guerra
Subcomissão Distrital de Subsídios The Rotary Foundation – D. 1960

***«IMAGINAR ROTARY» a «TRANSFORMAR VIDAS»***

Os subsídios distritais, são um fácil meio de acesso dos clubes para realizarem projetos (até a 30.000 Usd) com ajuda financeira da The Rotary Foundation, através do FDUC distrital
Eis aqui três interessantes exemplos:

- **ROTARY CLUB DE ALMEIRIM** valor do projeto: 3.674 €

Realizou um projeto na ênfase Saúde: material/equipamento médico
**Pessoas com deficiência**
*«Este projeto disponibilizou ferramenta inovadora para corrigir disfunções e perturbações sensoriais para uso da comunidade, incluindo particulares e utentes de Instituições de apoio a indivíduos portadores de deficiência profunda.*
*A instalação do equipamento foi feita no Centro de Reabilitação e Integração de Almeirim (CRIAL) e complementa a Sala Snoezlen equipada em projeto anterior.*

*Desde a inauguração, que se encontra em utilização plena quer pelos jovens utentes do CRIAL quer por elementos da população de Almeirim que dela necessitam.*
*O Rotary de Almeirim informa terem-lhe chegado informações de serem muito bons os resultados que se têm obtido.»*

- **ROTARY CLUB DA HORTA** valor do projeto: 700 €

Realizou um projeto na ênfase Educação: educação especial
**Pessoas com deficiência**
« O projeto permitiu adquirir uma fotocopiadora com maior capacidade de impressão para possibilitar melhor qualidade e capacidade de resposta às inúmeras impressões diárias que são feitas para as atividades ocupacionais dos utentes (trabalhos manuais) desta Associação de Pais e Amigos dos Deficientes da Ilha da Horta.»

- **ROTARY CLUB DA MOITA** valor do projeto: 1.110 €

Realizou um projeto na ênfase Educação: arte/música
**Crianças e jovens**
*«A Banda Filarmónica da Moita (nasceu em 2018) é composta por trinta elementos.*
*Esta Associação preenche uma missão de cultura no ensino da música nesta cidade pois além dos músicos que constituem a Banda, tem doze jovens entre os dez e os quinze anos a aprender música.*
*A falta de instrumentos, nomeadamente clarinetes, é uma realidade que este projeto foi colmatar com a compra de dois clarinetes.»*
Neste início de ano rotário, convido os Companheiros e os Clubes, como estruturas de ação, a debruçarem-se sobre as vossas comunidades e encontrarem projetos que, alinhados à missão da The Rotary Foundation e dentro das ênfases de Rotary, possam ser merecedores de uma candidatura a Subsídio Distrital.
As possibilidades são inúmeras.

- Projetos humanitários locais ou internacionais;
- Bolsas de estudo para qualquer nível educacional;
- Equipas de formação profissional (grupos de profissionais que ensinam ou aprendem mais sobre uma determinada área de trabalho):
- Os programas para as novas gerações: Intercâmbio de Jovens, RYLA, e apoio a projetos humanitários ou ambientais do Interact
- O Rotaract já pode candidatar diretamente projetos a Subsídios Distritais.
- Participação de associados em feiras de projetos do Rotary a fim de ajudar clubes e distritos a encontrar parceiros para projetos.
- Intercâmbio Rotário da Amizade,

Os Subsídios Distritais também podem ter parceiros internacionais a apoiar financeira e/ou tecnicamente os projetos.
Exorto todos os Clubes a desenvolverem uma cultura internacional de parcerias com outros países e outros clubes. Em distritos, que, como os nossos, tem sempre FDUC's relativamente pequenos, esta é uma estratégia essencial, para a qual se podem apoiar nos Comités InterPaíses – CIP's. (revista Portugal Rotário Dez. 2021)
Os responsáveis das várias CIP, estão disponíveis para vos ajudar nesta demanda de procurar Clubes que tenham interesse em estabelecer relações convosco, mas se o País que procuram não tem ainda CIP com Portugal, podem pedir ajuda à Coordenadora Nacional das CIP – Cecília Sequeira.
Agora é o momento para nos abalançarmos a preparar novos projetos que lancem luz sobre as Comunidades, planeando a sua divulgação, de modo a reforçar a nossa imagem. Imaginemos um Rotary mais atuante para Transformar Vidas.

# Novas Gerações

## Assembleias de Preparação de Líderes regressam ao presencial para formar jovens do Interact e Rotaract do D.1960

Por Rúben Bento

As Assembleias de Preparação de Líderes (APL) do Interact e Rotaract do Distrito 1960 voltaram a ser organizadas em modo presencial, também com direito a transmissão online, nos passados meses de maio e junho, depois de nos últimos dois anos terem sido feitas através de plataformas digitais.

A APL do Rotaract, que teve lugar no passado dia 15 de maio, em Carcavelos, juntou cerca de 30 jovens de todo o distrito para um dia de formação e de companheirismo entre rotaractistas. A organização ficou a cargo do Rotaract Club de Parece-Carcavelos, em estreita colaboração com a equipa da Representadoria para o AR 2022/2023.

Numa sessão híbrida, o companheiro Rui Filipe Gil, Representante de Rotaract do Distrito 1960 para o AR 2022/2023, deu a conhecer o lema rotário deste ano, "Imagine Rotary", bem como partilhou a visão, a equipa escolhida, todas as comissões distritais e os objetivos que estas pretendem alcançar.

Depois de um almoço onde não faltou a boa disposição, a sessão da tarde começou com uma atividade de team building, o jogo "People in Boxes", no qual os companheiros participantes foram desafiados a responder a várias perguntas sobre si e a inserirem-se dentro de caixas. Houve ainda tempo para um momento de "RotaPolls", no qual os companheiros tiveram a oportunidade de fazer perguntas à Equipa da Representadoria do AR 2022/2023.

Seguiu-se depois um Conselho Distrital, no qual o companheiro Filipe Sousa foi eleito como Country Representative AR 2022/2023 e indicado como Representante Distrital de Rotaract AR 2023/2024. Foi discutida ainda a possibilidade da Associação Rotaract D.1960.

Quanto à APL do Interact do D.1960, esta decorreu no dia 4 de junho, no Colégio Campo das Flores, em Almada. Os companheiros presentes participaram numa dinâmica de grupo, um "Bingo Humano", na qual tiveram de descobrir outros participantes com determinadas características e com eles fazer "bingo".

Na parte da tarde foi tempo das formações, tendo a primeira sessão ficado a cargo da companheira Mariana Afonso, do RTC Parque das Nações. A questão "O que é o Interact?" foi debatida e permitiu que novos sócios pudessem aprender mais sobre ser interactista. Na segunda parte da formação foram abordados os vários cargos do Conselho Diretor.

As duas iniciativas terminaram com um momento de intervenções e com a certeza de que os companheiros que estiveram presentes, tanto os interactistas como os rotaractistas, levaram para casa bons ensinamentos que lhes serão úteis para imaginarem Rotary durante este próximo ano rotário.

# Assembleia Distrital & Transmissão de Tarefas AR 22/23 de Rotaract e Interact do D.1970

Por Sara Andrade

Todos os anos, no dia 1 de julho, a nossa roda dentada volta a girar, assinalando o início de um novo ciclo em Rotary e de uma vontade renovada de continuar a Dar de Si Antes de Pensar em Si. Por isso, no passado dia 2 de julho, esse ciclo arrancou em Braga, com a Transmissão de Tarefas do Distrito 1970 para o ano rotário 2022/2023.

Numa manhã de sol, com a Aula Magna do Centro Regional de Braga da Universidade Católica Portuguesa como palco, a companheira Alexandra Cardoso (RTC Aveiro) assumiu funções como Representante Distrital de Rotaract, sucedendo à companheira Bárbara Vitorino (RTC & RC Paredes), e o companheiro Sérgio Silva (ITC Caldas das Taipas) transmitiu a pasta de Representante Distrital de Interact à companheira Ana Moura (ITC Arouca).

Num ano em que somos desafiados a Imaginar Rotary, as Novas Gerações prometem continuar a contrariar a inércia e a ser a mudança no mundo, fazendo a diferença nas comunidades em que se inserem, sem nunca esquecer a missão de «Servir para Transformar Vidas» que norteou a ação dos jovens no último ano.

Após um almoço de companheirismo, o trabalho continuou, desta vez no Campus Camões, que recebeu as Assembleias Distritais de Rotaract e Interact, uma reunião geral na qual as representadorias apresentam as suas equipas e planos anuais aos clubes do Distrito.

Com o objetivo de fortalecer os clubes já existentes e de criar novos clubes, o Rotaract D.1970 continuará a apostar em eventos que aliam a aprendizagem e o companheirismo, envolvendo todo o distrito no sentido do crescimento e da evolução.

Tendo em vista a divulgação da marca Rotaract em Portugal, os Distritos 1960 e 1970 aliam-se no desenvolvimento de um projeto nacional: um torneio de e-sports solidário que promete dar visibilidade ao movimento e ainda mostrar que o país está unido para fazer a diferença.

Procurando incentivar o contacto entre todos os clubes do Distrito e inspirados pela Rota da Nacional 2, o Rotaract D.1970 fez nascer a Rota do 70, uma iniciativa que pretende fomentar os laços de amizade e companheirismo, estimulando a partilha de experiências entre companheiros.

Num ano que será marcado pela mudança do Rotaract, importa continuar a investir na parceria com o Rotary, caminhando agora lado a lado, mas sempre unidos e com os olhos postos na mesma meta: tornar o mundo um lugar melhor.

Ciente da importância de cooperação e de unificação do movimento, o companheiro José Alberto Oliveira, Governador do D.1970, assumiu o compromisso de acompanhar as Novas Gerações ao longo de todo o ano rotário, para que juntos continuemos a Imaginar o Rotary.

## Rotaract Club Parque das Nações nasce para «marcar um novo capítulo» para o movimento

A cerimónia de oficialização do Rotaract Club de Parque das Nações teve lugar no passado dia 23 de maio, durante uma reunião-jantar do seu clube padrinho, Rotary Club Parque das Nações, no VIP Executive Art's Hotel, em Lisboa, dando assim o pontapé de saída para a atividade e trabalho deste novo clube rotaractista.

Durante o evento realizou-se a entrega do Certificado de Organização do clube e o hastear da respetiva bandeira, bem como a emblemagem de sete companheiros, também eles fundadores do clube. «Este é um momento muito especial», disse Mariana Afonso, presidente do Rotaract Club de Parque das Nações, durante a sua intervenção na cerimónia.

Houve ainda a oportunidade de assistir a uma palestra dada por Paulo Neves, presidente do Instituto para a Promoção da América Latina e Caraíbas, intitulada "O papel da juventude Ibero-Americana na promoção da Paz Mundial".

O momento foi partilhado com companheiros do Rotary Club Lisboa-Parque das Nações e de outros clubes e convidados, bem com a presença do, na altura, Governador e dos Representantes Distritais de Interact e Rotaract do D.1960.

«Este é um dia cheio de alegria, que marca o início de um novo capítulo para Rotaract!», garantiu a presidente do Rotaract Club de Parque das Nações.

## Rotaract Club Lisboa-Estrela é reativado

Originalmente fundado em abril de 2006, e depois de alguns anos sem sócios, o Rotaract Club de Lisboa-Estrela foi reativado no passado dia 20 de junho, num momento especial para a história do D.1960.

A cerimónia, incluída na Transmissão de Tarefas do seu clube padrinho, o Rotary Club de Lisboa-Estrela, deu-se no Marriott Hotel, em Lisboa, e contou com a presença de vários rotaractistas, rotários e convidados, bem como com a presença do, na altura, Governador do D.1960, Paulo Martins, e da Representante Distrital de Rotaract, Inês Grego.

«Acredito que agora, juntos, e tendo o dobro da força, muitos projetos e objetivos serão alcançados. Vontade não falta!», afirmou Mariana Simões, presidente do Rotaract Club de Lisboa-Estrela.

O momento contou também com a emblemagem de sete sócios para o clube, os "estrelinhas" (apelido carinhoso pelo qual são tratados), «uma nova geração de rotaractistas prontos para dar de si à comunidade». Entre as várias homenagens feitas durante a cerimónia houve a entrega do certificado original de organização do clube, bem como um reconhecimento à companheira Catarina Lourenço pelo trabalho desenvolvido na reativação do Rotaract.

«Foi um momento de grande felicidade pautado por várias palavras de encorajamento, orgulho e motivação que certamente irão fazer a diferença. Os sorrisos foram muitos e os novos rotaractistas mostraram-se muito ansiosos por começar esta nova etapa!», realçou a presidente do Rotaract Club de Lisboa-Estrela no final da cerimónia.

## #MeatlessMondaysD1970 por um mundo mais sustentável

O consumo diário de carne está associado a problemas ambientais que assombram o nosso planeta, como as alterações climáticas, desflorestação, declínio de espécies, escassez de água e destruição do solo. Assim, com o objetivo de promover uma alimentação saudável e amiga do ambiente, o Rotaract D.1970 aliou-se à iniciativa global Meatless Mondays.

Sabendo que uma dieta baseada maioritariamente em vegetais é uma forma de ajudar a combater os desafios ambientais que o nosso planeta enfrenta, todas as semanas, à segunda-feira, uma nova receita vegetariana ou vegana será partilhada nas redes sociais do Rotaract Distrito 1970 (@rotaract1970).

O projeto conta com a colaboração de profissionais da nutrição, que garantem que as receitas divulgadas são indicadas para uma alimentação equilibrada, saudável e consciente. Esta iniciativa não pretende impor a ideia de que apenas uma alimentação vegetariana ou vegana pode ser sustentável, procurando antes desmistificar o preconceito de que uma alimentação que não inclua carne ou peixe é insuficiente.

Acreditando que uma alimentação à base de vegetais pode ser tão interessante e deliciosa como uma alimentação convencional, mas não esquecendo que a mudança de hábitos alimentares pode ser uma tarefa difícil, o Rotaract lança o desafio a todos aqueles que pretendem adotar um estilo de vida mais sustentável de partilharem as suas refeições com a hashtag #MeatlessMondaysD1970. Assim, será possível acompanhar a evolução do Distrito no caminho da sustentabilidade!

Como a mudança de hábitos alimentares não é a única forma de contribuir para um mundo mais sustentável, a Comissão de Apoio ao Meio Ambiente do Rotaract Distrito 1970 encontra-se ainda a preparar um Guia de Sustentabilidade que ajudará os companheiros a tomar decisões mais conscientes e os clubes a tornar os seus eventos mais amigos do planeta.

REAL
Seguro de Saúde

**Descontos**
na adesão
de familiares

# Porque tudo gira à volta da sua Saúde

## Oferta da 2ª mensalidade na 1ª anuidade

Promoção para novos contratos válida até 30/09/2022

DESCONTOS REAL+

**Poupe até 10% em todos os produtos ao subscrever mais do que uma solução Real Vida Seguros**

REAL VIDA SEGUROS

www.realvidaseguros.pt

**Contacte o seu Agente Real Vida Seguros**
**ou**
**Ligue-nos**
**808 20 14 20**

Não dispensa a leitura da informação pré-contratual e contratual legalmente exigida, encontrando-se as mesmas disponíveis para consulta em www.realvidaseguros.pt. A Real Vida Seguros, S.A. encontra-se ainda disponível para prestar todos os esclarecimentos solicitados em relação ao Real Seguro de Saúde. Este seguro é comercializado por: Real Vida Seguros, S.A., com sede na Avenida de França, 316 - 5.º, Edifício Capitólio, 4050-276 Porto. Informações e detalhes do registo disponíveis em www.asf.com.pt.

# Relações Interpaíses

## Conferência sobre "a paz" a 15 de outubro com a presença da Presidente de Rotary

A 15 de outubro do corrente ano, realizar-se-á a Conferência da Paz em Lille, com o patrocínio de várias entidades francesas e sob a égide dos nossos companheiros do RC de Lille.

As expectativas são muito elevadas tanto a nível de afluência como a nível de participantes.

Estarão presentes dois prémios nobel da PAZ, Doutor Denis MUKWEGE Prémio Nobel da Paz em 2018 e a Empresária Ouided BOUCHAMAOUI Prémio Nobel da Paz em 2015

A nota dominante será o painel na Conferência com o tema "A força das mulheres e a Construção da paz ".

Entre outros painéis, sublinho que está programado o painel "A Ajuda Humanitária e o diálogo nas zonas de conflito".
Teremos oportunidade de assistir à apresentação de projetos de várias Comissões Inter-País como a França/Ucrânia, França/Polónia, França/Roménia, França/Rússia.

Um momento alto a salientar será a dissertação de Maria Arena - Presidente da Comissão dos Direitos do homem no Parlamento Europeu, sobe o tema "A Paz na Europa"
Para o encerramento da Conferência, a Presidente de Rotary Internacional Jennifer Jones fará a sua eloquente dissertação que traduzirá o alinhamento estratégico de Rotary Internacional relativo a esta temática.
Tendo em consideração que esta conferência tem a presença de ilustres figuras relacionadas com a promoção da PAZ; tem a presença da mais alta representante de ROTARY; que ocorre em França, Lille, cidade relativamente perto de Portugal, apelo a que os Distritos 1960 e 1970 se façam representar massivamente, pois será uma oportunidade única para estarmos com a nossa Presidente de Rotary Internacional, Jennifer Jones e aprofundarmos os nossos conhecimentos relativos à promoção da PAZ Mundial.

## COMISSÕES INTERPAÍSES *O que são as* CIP?

**Um programa de Rotary que assume o compromisso global na promoção da Paz e da Compreensão Mundial através da realização de projetos e de atividades junto da comunidade internacional.**

# A Importância da Cibersegurança no quotidiano

*Por Diogo Bento | RC Portela*

Caros companheiros,

Um tema que tem sido bastante abordado na imprensa nos últimos meses são os ataques cibernéticos efetuados por grupos de piratas informáticos. Para os mais leigos, um ataque cibernético (ciberataque) é a tentativa de expor, alterar, desativar, destruir, roubar ou obter acesso não-autorizado ou utilizar de forma não-autorizada um sistema de informação. Com a digitalização crescente da sociedade, os ciberataques têm batido recordes, continuando a aumentar diariamente.

Existem milhares de crimes cibernéticos (cibercrimes) todos os anos, que podem custar desde algumas centenas a vários milhões de euros por ano. Estes têm diversas consequências económicas, financeiras e reputacionais, tanto a nível de entidades públicas, como privados ou empresas. Referenciando o relatório *"The Hidden Costs of Cybercrime"*, o custo estimado dos crimes cibernéticos já corresponde a cerca de 1% do PIB mundial, com tendência para aumentar em cerca de 50% nos próximos dois anos.

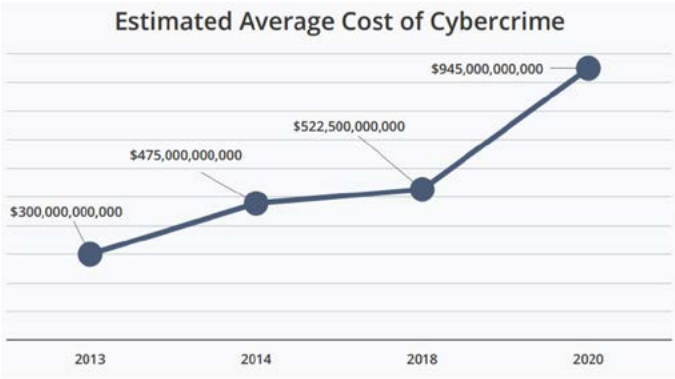



*Gráfico 1 - Custo Médio Estimado dos Crimes Cibernéticos (em dólares) [2]*

Contextualizando a situação em Portugal, e de acordo com o Centro Nacional de Cibersegurança (CNC), em 2021 houve um aumento em 26% do número de incidentes relativamente a 2020. Outro estudo, da Checkpoint Research (empresa especializada em segurança informática), aponta que, em média, uma determinada organização em Portugal foi atacada 881 vezes por semana, um aumento de 81% face a 2020.

Deste modo, levanta-se a seguinte questão: Como se podem mitigar estes riscos?

É essencial que no processo de transição digital que decorre se pense no conceito de resiliência digital. (i.e., a capacidade de prevenção e resposta de um indivíduo, empresa ou entidade governamental a um ciberataque)

Contudo, o caminho é ainda bastante desafiante: Conforme demonstrado no Gráfico 2, apenas uma parte das empresas tem um plano de prevenção e resposta a ameaças da internet. Adicionalmente, o sistema de ensino não evoluiu ao mesmo ritmo do processo de digitalização que decorreu nos últimos anos, sendo necessário formar os agentes de educação acerca dos conceitos-base de segurança informática.

*Gráfico 2 - Implementação de Medidas de Resiliência Digital [4]*

Quer dar visibilidade ao seu negócio?

Anuncie numa revista com milhares de assinantes, anuncie na **Portugal Rotário**!

1/4 de página - 50€
1/2 página - 100€
1 página - 150€

**capa e contracapa**

interior - 200€
contra-capa - 320€

Para terminar, compartilho algumas medidas de prevenção de ciberataques:

- A nível organizacional, deve ser criada uma política de gestão de riscos informáticos. O Centro Nacional de Cibersegurança inclui algumas linhas-guia sobre o tema.
- Utilizar palavras-passe fortes, alterar as mesmas periodicamente (por exemplo a cada 6 meses) e não reutilizar as mesmas em vários endereços de internet (ex. páginas de bancos, contas de correio eletrónico, acesso ao computador, ...). Idealmente instalar um gestor de palavras-passe.
- Assegurar que o software (aplicações informáticas) se encontra atualizado e com as últimas correções de erros (ex. últimas atualizações do Windows, antivírus e firewall, etc.). Por norma, software desatualizado contém vulnerabilidades que permitem utilizadores mal-intencionados acederem de forma privilegiada a informação pessoal ou empresarial sensível.
- Evitar clicar em endereços de internet quando as fontes de dados são desconhecidas ou não-legítimas. Uma parte muito significativa de ciberataques baseia-se num conceito designado por engenharia social, que é um conjunto de técnicas de manipulação com o objetivo de levar a vítima a efetuar algo não-solicitado, permitindo o acesso de alguém mal-intencionado a informação sensível. (alguns exemplos de ataques através de engenharia social: correio eletrónico não-solicitado (phishing), telefonemas desconhecidos (vishing), acesso físico a credenciais sem autorização, etc.)
- Utilizar uma VPN. Quando se acede a um computador numa rede sem fios não protegida, toda e qualquer informação fica exposta na rede, consequentemente, alguém mal-intencionado pode capturar informação pessoal ou empresarial sensível de forma não-solicitada.
- Consultar os últimos alertas e avisos do Centro Nacional de Cibersegurança

Rotary

FAÇA MAIS DO QUE IMAGINAVA POSSÍVEL COM O ROTARY

Aceda a rotary.org/get-involved hoje mesmo para encontrar um clube e começar a fazer a diferença.

# Rotary Club de Braga-Norte

Por César Reis

A ideia de constituir um novo clube rotário em Braga, andava a ser aflorada no seio do primeiro clube dessa cidade bimilenar, o Rotary Club de Braga, o único existente na cidade, no início da década de 1990. Entre aumentar substancialmente o seu quadro social e a constituição de um clube, optou-se pela segunda. Encarregou-se dessa tarefa o Companheiro, de muita boa memória e que, infelizmente, já partiu, Óscar Serra, devidamente mandatado, como era necessário então, com a autorização do clube rotário para partilhar a sua área geográfica.

Dando início aos necessários contactos iniciais, juntaram-se a este Companheiro o Companheiro Amado Braga, e os ex-membros do Rotary Club de Braga, Guilherme Oliveira, Manuel Manso e Osvaldo Marques. Foram estes cinco elementos que, inicialmente, contactaram vários amigos no sentido de os sensibilizar e consciencializar para as vantagens da criação do novo clube rotário na cidade e a sua posterior admissão no Rotary International. Decidiu-se que o seu nome seria, provisoriamente, Rotary Club de Braga-Norte.

Nesse ano rotário, era Governador do Distrito 1970 o Companheiro Fernando Lima Marques, do Rotary Club de Braga, que deu a sua melhor colaboração à iniciativa, nomeando como seu representante para a formação do novo clube o companheiro Óscar Serra. Assim, o Rotary Club de Braga nomeou o Companheiro Joaquim Esperança em sua substituição. Este companheiro passou então a assistir a todas as reuniões preparatórias, informais, até à definitiva implantação do novo clube e posterior admissão em Rotary Internacional.

Assim, em 24 de junho de 1991, ficou completa a lista mínima de 25 sócios fundadores e que são os seguintes: Adolfo Augusto Macedo; Álvaro Augusto Cunha; Américo Granja Araújo; António Carlos Vale Rego; Carlos Teixeira

Rodrigues; Carlos Manuel M. Vale; Diamantino Silva Francisco; Fernando Augusto; Fernando Ferreirinha Antunes; Fernando Francisco Bastos; Fernando Oliveira Machado; Francisco Pimentel Torres; Guilherme Gomes de Oliveira; Jaime Manuel M. Vale; João Gomes de Oliveira; João Neiva da Rosa; João Tinoco Faria; José Ferreira Teles; José Luís P. Canedo; José Rodrigues Costa; Justino Xavier; Leonel Henriques Seabra; Luís Carlos Marques; Narciso Carneiro Fernandes; e Paulo Pimentel Torres. Todo o processo ficou concluído, naquela data, e enviado para os escritórios do Rotary Internacional em Zurique pelo Governador, Companheiro Lima Marques, que alguns dias depois cessava as suas funções.

Enquanto aguardava a aprovação da admissão, o clube procedeu à primeira eleição do Conselho Diretor para esse ano rotário (1991-92), que ficou assim constituído: Presidente: Adolfo Macedo; Vice-presidente: Guilherme Oliveira; Secretário. Justino Xavier; Segundo Secretário: Fernando Machado; Tesoureiro: Fernando Augusto: Segundo Tesoureiro: Francisco Bastos; Diretor de Protocolo: José Teles; Comissão de Serviços Internos: António Vale Rego; Comissão de Serviços à Comunidade: Diamantino Francisco; Comissão de Serviços Profissionais: José Rodrigues Costa; e Comissão de Serviços Internacionais: Francisco Pimentel Torres. Era Presidente do Rotary International o Companheiro Radjendra Saboo que decidiu adotar o Lema: "Olhe mais para além de si mesmo." Estabeleceu-se nessa data que o clube reuniria todas as quintas-feiras. Na primeira de cada mês haveria um jantar, às 20:00, e as restantes seriam de "café".

Foi com alegria e entusiasmo que, mais tarde, foi recebida a comunicação do Rotary International informando que o clube tinha sido admitido, em 24 de setembro de 1991, passando a ser esta a data do aniversário do clube.

O Rotary Clube de Braga-Norte tem-se mantido bem ativo, tanto na comunidade como a nível internacional, estando repleto de grandes projetos humanitários na sua história de 31 anos a fazer o bem em Braga.

PIRES JOALHEIROS®
BRAGA

Rua do Souto 48 ▪ Tel.: 253 201 280
geral@piresjoalheiros.pt