

BOLETIM DA C. P.

PUBLICAÇÃO MENSAL

DA DIRECÇÃO GERAL DA COMPANHIA DOS CAMINHOS DE FERRO PORTUGUESES
DESTINADA EXCLUSIVAMENTE AO PESSOAL

Problemas recreativos

Resultados do n.º 156

QUADRO DE HONRA

Brielga, Britabrantes, Dalotos, Mefistófeles e Sécora (28,0)

QUADRO DE MÉRITO

Arlinda, Barrabás, Cagliostro, Costasilva, Cruz Canhoto, Diabo Vermelho, Gavião, Manelik, Martins, Novata, Otrebla, Pacato, Pastor, P. Rêgo, Preste João, Profeta, Radamés, Roldão, Veste-se, Visconde de Cambolh e Visconde de la Morlière (23,0), Fortuna (24,1), Elmintos (16,0).

Outros solucionistas:

Ignorante, Mediocre e Sabetudo (13,1).

Soluções:

Aumentativas: Burrão, Moção, Tração, Vilão.

Biformes: Alva, Soada, Traça, Treita, Sina, Maneira.

Duplas: Inocente, Caco, Estrada (ou Carreira), Máxima, Herdade, Esbarrar (ou Resvalar), Licor.

Eléctricas: Medro, Retem, Lâmina.

Novíssimas: Einanação, Sorver, Soar, Valedor.

Sincopadas: Altivo, Fradescos, Direito, Mugido.

O preço do terreno (problema): O terreno tem a forma de um triângulo equilátero. Suponhamo-lo inscrito numa circunferência cujo raio é = 16 metros (dimensão conhecida do centro do triângulo a cada vértice).

O lado (l) do triângulo em função do raio (r) é dado pela fórmula $l = r \sqrt{3}$; a altura (h) por $h = \frac{3r}{2}$.

A área é, por conseguinte,

$$A = \frac{r \sqrt{3}}{2} \times \frac{3r}{2} = \frac{3r^2 \sqrt{3}}{4} = \frac{3 \times 16 \times 16 \times 1,732}{4} = 332,5 \dots$$

O preço foi de $10,500 \times 332,5 = 3.325,5 \dots$ ap.

Este problema foi resolvido pelos seguintes senhores:

José Parreira Alves (Chefe de secção — M. T.), António Luiz Gonçalves Fernandes (Empregado principal da F. E. — Porto), por processo diferente, Fortuna (Lisboa), Ignorante, Mediocre e Sabetudo (Lisboa).

As produções publicadas eram da autoria de «Sécora», com excepção da número 29 que é de «Alerta».

Uma caçada esplendida

(Problema)

1 — Agostinho Paixão é um devoto da cinegética ou, por outras palavras, da arte de caçar.

Dizia-se à boca pequena que ele comprava a outros a caça que propalava ter morto.

Ora, para desfazer estas e outras atoardas, que punham em cheque a fama de caçador que outros faziam correr, convidou, certa vez, o seu compadre «Lipan» a acompanhá-lo numa diversão venatória, ali para os lados de Torre das Vargens, seus sítios predilectos, onde costuma mostrar as suas qualidades de exímio caçador de galinholas.

No caminho da estação para o campo, Agostinho, prevenido um fiasco, foi, pelo sim, pelo não, prevenindo o compadre de que ele fazia este exercício mais por prazer desportivo do que por função profissional, e, portanto, que não se admirasse do resultado, se não fôsse bom.

Embrenharam-se os dois no mato, a dois quilómetros da estação e, pouco depois, surge-lhes pela frente um bando de aves e scam tiros.

Houve colheita.

A estreia prometia uma jornada auspiciosa. Mais tiros e mais aves, e assim se passou o dia, que, se não foi bom para os voláteis, não foi de todo mau para os caçadores.

Mas «Lipan», que só olhava, contava e não matava, verificou, no final, que foram abatidas 196 peças de caça e que, por coincidência, de cada tiro vinha abaixo o mesmo número de aves. Disse-nos ele, depois, que se o Agostinho tivesse morto mais três aves de cada tiro, teria conseguido aquele «record» gastando menos 21 tiros.

Os factos, como vêem, não desmentem a reputação, nem deixam dúvidas para certas brincadeiras de mau gosto. Mas poder-nos-ão dizer quantos tiros gastou o Agostinho e quantas aves deitou ao chão em cada tiro?

Quantos eram?

(Problema)

2 — O Sr. Manuel Benjamim dos Santos, revisor de bilhetes, contava a um grupo de colegas, no varandim duma carruagem de um tranvia de Sintra, que, por ocasião de uma romaria, fez, de cobranças suplementares, 449,500 a 29 passageiros de 1.ª, 2.ª e 3.ª classe.

— Mas quantos eram os passageiros de cada classe? — perguntou-lhe um dos colegas.

— Não me lembro, respondeu. Contudo é fácil averiguar-lo, se te disser que cobrei aos de 1.ª classe 23,25, aos 2.ª 17,25, e aos de 3.ª 11,50.

O «Sud-Express»

(Problema)

3 — O Silva, onde vais?

— Ao Entroncamento, no «Sud», para tomar o 18.

— Mas olha que o «Sud» sai de Lisboa-R 2 h. e 15 m. depois do 18 ter partido de Pampilhosa.

(Continua na outra página interior da capa)

BOLETIM DA C.P.

ÓRGÃO DA INSTRUÇÃO PROFISSIONAL DO PESSOAL DA COMPANHIA ★

PROPRIEDADE
DA COMPANHIA DOS CAMINHOS DE FERRO
PORTUGUESES

DIRECTOR
O DIRECTOR GERAL DA COMPANHIA
Engenheiro *Alvaro de Lima Henriques*

ADMINISTRAÇÃO
LARGO DOS CAMINHOS DE FERRO — Estação
de Santa Apolónia

Editor: Comercialista *Carlos Simões de Albuquerque*

Composto e impresso nas Oficinas Gráficas da Companhia

SUMÁRIO: Produzir e poupar. — A Terra Portuguesa. — Educação física e desportos. — Consultas e Documentos — Estatística. — Factos e Informações. — A nossa casa. — Pessoal.

«Produzir e poupar»

Pelo Sr. Eng.º *José Vas Cintra*, Chefe dos Serviços Técnicos da Divisão de Exploração

É uma frase tornada ultimamente popular, mercê da propaganda feita pelo Ministério da Economia, no sentido de nos prepararmos, o melhor possível, para a «Defesa Económica», claramente definida no recente discurso de Sua Excelência, o Presidente do Ministério.

Sobre o aumento de produção não nos ocuparemos aqui, pois ele refere-se especialmente ao aspecto agrícola, visto, em primeiro lugar, ser necessário bastarmo-nos dos géneros necessários à alimentação, já que a vinda do estrangeiro, ou mesmo das nossas colónias, daqueles que importávamos, está, na situação actual, sujeita às mais apertadas restrições, devidas, entre outros factores, à falta de transportes.

Devemos, porém, frisar que, não só na agricultura, mas também na indústria ou em qualquer outro campo da actividade do homem, todo o possível aumento de produ-

ção nas circunstâncias actuais, mais do que em quaisquer outras, é útil ao País pois contribui para o aumento da riqueza pública e pode assegurar à colectividade a existência de artigos que, mesmo não sendo de primeira necessidade, nos evitem dificuldades ou desconfortos que a sua carência originaria.

Queremo-nos referir, porém, à segunda parte da já citada frase popular:

«Poupar».

Em primeiro lugar, entendamo-nos sobre o significado desta palavra.

Poupar não deve englobar qualquer idéa de avareza ou mesquinhez mas significar apenas «saber gastar», «não esbanjar», «não desperdiçar», «gastar o necessário».

É assim que nós compreendemos a idéa de economizar em épocas normais, e assim, desde há longos anos, têm sido orientados os Serviços de que nos ocupamos.

É claro que, em circunstâncias anormais, como aquela em que nos encontramos, derivada da Guerra Mundial, temos que ir um pouco mais além e restringir-nos também, às vezes, do necessário, quando não podem ser postos à nossa disposição artigos em quantidade suficiente para um consumo normal. Mas, ainda nestes casos, é preciso saber orientar essas restrições para atenuar o mais possível os seus eventuais prejuízos. Assim, num exemplo muito simples, se demonstra a verdade desta afirmação: Pela carência de combustíveis líquidos tivemos de reduzir as quantidades de petróleo a fornecer às estações.

Ora, é necessário que cada estação, desde que receba a sua dotação reduzida, reduza também, em tempo e quantidade, as luzes que normalmente acende, para que a situação se possa manter apenas com um ligeiro agravamento das comodidades do Público e do pessoal até ao fim do período da dotação. Se um chefe não for cuidadoso e não orientar, desde logo, devidamente, os consumos, pode manter alguns dias a sua estação com o aspecto normal, mas, a certa altura, tê-la-á às escuras.

* * *

O «saber gastar» abrange, também, uma idéa que nem por todos é sempre devidamente compreendida, quando se traduz em mudança de sistema ou da qualidade ou tipo dos artigos consumidos.

Estas alterações, especialmente na época anormal que atravessamos, são absolutamente necessárias e indispensáveis, pois há muitos artigos que escasseiam no mercado e alguns encareceram de tal forma que se impôs a sua substituição por outros de mais fácil e económica aquisição.

É preciso, pois, que todos os agentes se compenetrem destas necessidades e procurem adaptar-se, desde logo, à nova forma de trabalhar que lhes seja indicada; a servirem-se de utensílios diferentes ou a utilizarem artigos duma nova qualidade, embora, algumas vezes, tenham de vencer a resis-

tência do hábito ou, de facto, algumas ligeiras dificuldades de adaptação.

Dizia-se, numa certa passagem dum antigo romance inglês, muito popular, «Robinson Crusoe», que nos nossos já distantes tempos liceais nos foi dado traduzir: «Necessity is the mother of invention» — a necessidade é a mãe da invenção — a propósito do seu protagonista se encontrar vivendo sózinho numa ilha deserta durante largos anos e, por esse motivo, ser obrigado a fabricar os mais variados utensílios e fazer os maiores prodígios de adaptação.

Pois nós, felizmente, não nos encontramos isolados, e a maior parte dos Países sofre mais do que nós, mas a actual Guerra Mundial vai-nos cerceando tantos recursos que é necessário prepararmo-nos para irmos fazendo também os maiores prodígios de adaptação; e, todos aquêles que têm a seu cargo o abastecimento de armazens vêem-se necessariamente obrigados a «descobrir» novos artigos de substituição, para poderem bem cumprir a sua missão de manter, com a possível regularidade e economia, abastecidas as entidades consumidoras.

Outra questão ainda desejamos frisar, que a situação actual nos impôs, ou seja o «recuperar».

Tudo quanto pode ter qualquer possível aplicação deve ser guardado. É bem conhecido de todos o que se passa presentemente com qualquer espécie de sucatas metálicas; desperdícios, que em geral não eram aproveitados, têm hoje um valor apreciável e são objecto de importantes transacções.

Mas, nem só o que é de metal deve ser aproveitado.

Nos países mais directamente atingidos pela guerra, a necessidade de recuperar é objecto da mais larga propaganda e todos seguem essa orientação com o maior rigor.

Um fragmento de papel, desperdícios de tecidos, um fio dum pacote recebido, um tubo de pasta para dentes consumida, etc. etc., são coisas que, parecendo muitas delas inúteis, devem ser guardadas, pois reunidas em quantidades apreciáveis fornecem matéria prima para novas transformações.

Entre nós, algumas grandes Empresas começam também já a fazer intensa propaganda nesta orientação, como, por exemplo, as Companhias Reunidas de Gás e Electricidade, que ainda recentemente organizaram, em Lisboa, uma exposição onde se evidenciava, por curiosos gráficos e vários exemplos sugestivos, a necessidade de «poupar» e «recuperar».

Aconselhamos, pois, todos os agentes a meditarem no que acabamos de expor, a bem da sua economia privada e da Empresa que servem. Frisamos, porém, que para se «poupar» é preciso persistência, continuidade. Um chefe duma estação, por exemplo, que promoveu a recolha de todo o papel inútil, porque superiormente lhe foi ordenado, mas permite que se encontrem acesas lâmpadas nos gabinetes, quando aí não se desempenha qualquer serviço, ou abertas torneiras desperdiçando água, não está integrado na orientação que expandimos.

Um chefe de repartição que promoveu a recuperação das fitas da máquina de escrever, porque recebeu ordens nesse sentido, mas permite que os seus empregados desperdicem papel, tinta ou outros artigos de escritório, não pode ser considerado um funcionário zeloso. Quere dizer: não só aquilo que pode ser facilmente notado por um superior deve ser orientado com zelo, mas este deve presidir, também, a todos os actos de iniciativa própria.

* * *

Porque nos Serviços Técnicos julgamos ter pôsto em prática, desde há longos anos, tôdas as regras de economia, nos vários aspectos que acabamos de descrever, muito antes mesmo de se ouvir, sequer, ao longe, o alarme geral provocado pela Guerra actual, a seguir indicamos, resumidamente, algumas das medidas que têm sido tomadas desde 1931 e as economias correspondentes, cujo quantitativo, que a pesar de muito elevado é ainda inferior ao real, terá certamente mais poder sugestivo do que tôdas as palavras e provará não se confirmar, no nosso

caso, a verdade das práticas atribuídas a «Frei Tomaz»...

Assim, em 1931 fizemos uma revisão geral dos mapas de dotação das estações, Secções e Circunscrições, para o fornecimento de artigos de escritório, impressos e materiais de consumo do que resultou, naquela data, uma economia anual de 78.273\$68.

Em 1932 substituímos os fios de linho por fios de pita do que resultou uma economia anual de 9.130\$50.

Em 1933 substituímos o filleli (tecido para bandeiras) que era importado do estrangeiro, por um tecido nacional; passámos a fornecer, às estações, pacotes de anilina para a confecção de tinta em vez dos frascos de tinta e substituímos o fornecimento de cortes de ganga ao pessoal jornalheiro por fatos de ganga já confeccionados.

Das medidas tomadas neste ano resultou uma economia de 114.626\$05.

Em 1934 substituímos as cordas de linho para vagões por cordas de pita e passaram a ser fornecidos fatos de zuarte ao pessoal jornalheiro, em vez dos fatos de ganga, tendo-se obtido, por estes motivos, uma economia de 71.240\$50.

Em 1935 fizemos a substituição da corda de adriça por linha de manila, e do fio de vela fino por fio de juta, dando-nos a economia de 5.422\$14.

Em 1937 substituímos a alpaca de lã estrangeira, por alpaca de algodão nacional, resultando a economia de 78.100\$00.

Em 1938 foram substituídos os panos de lã para casas, por panos de algodão, e os selos «Rivière» por selos de chumbo n.º 2, obtendo-se a economia de 26.934\$20.

Em 1939 substituímos os barris por cântaros de barro, e os selos de chumbo, devido ao encarecimento deste metal, foram substituídos por selos de folha. Fizemos ainda a substituição dos capachos do cairo por capachos de palma e suprimimos a utilização de papel de embrulho no depósito de fazendas, mandando confeccionar uns sacos de encerados usados, onde passaram a ser enviados para as estações os cortes de fazenda. Neste ano a economia foi de 48.837\$85.

Finalmente, de 1940 até à presente data, período em que os efeitos da guerra mais se têm feito sentir, em maior quantidade têm sido as substituições de artigos e medidas de várias ordens, no sentido de suprir as dificuldades de materiais ou atenuar os efeitos do seu excessivo custo. Citaremos por isso apenas algumas das mais importantes, como sejam: a substituição da lona de linho por lona de algodão na confecção de encerados (economia anual de 1941) de 277.160\$00; a substituição dos fios de pita por tamissas de palma; a confecção, nos Serviços Técnicos, das tintas vermelhas para escrever e para carimbos, dos porta-rótulos e das almofadas para carimbo.

O total anual das economias realizadas nos anos de 1931 a 1942 é de 745.628\$46, e, como as providências atrás citadas tiveram início em vários anos e algumas no meado do ano a que se referem, pareceu-nos interessante obter, não só o total anual das economias realizadas, mas também o quantitativo total que no fim do ano de 1942 teremos atingido. Ora, esse quantitativo, conforme

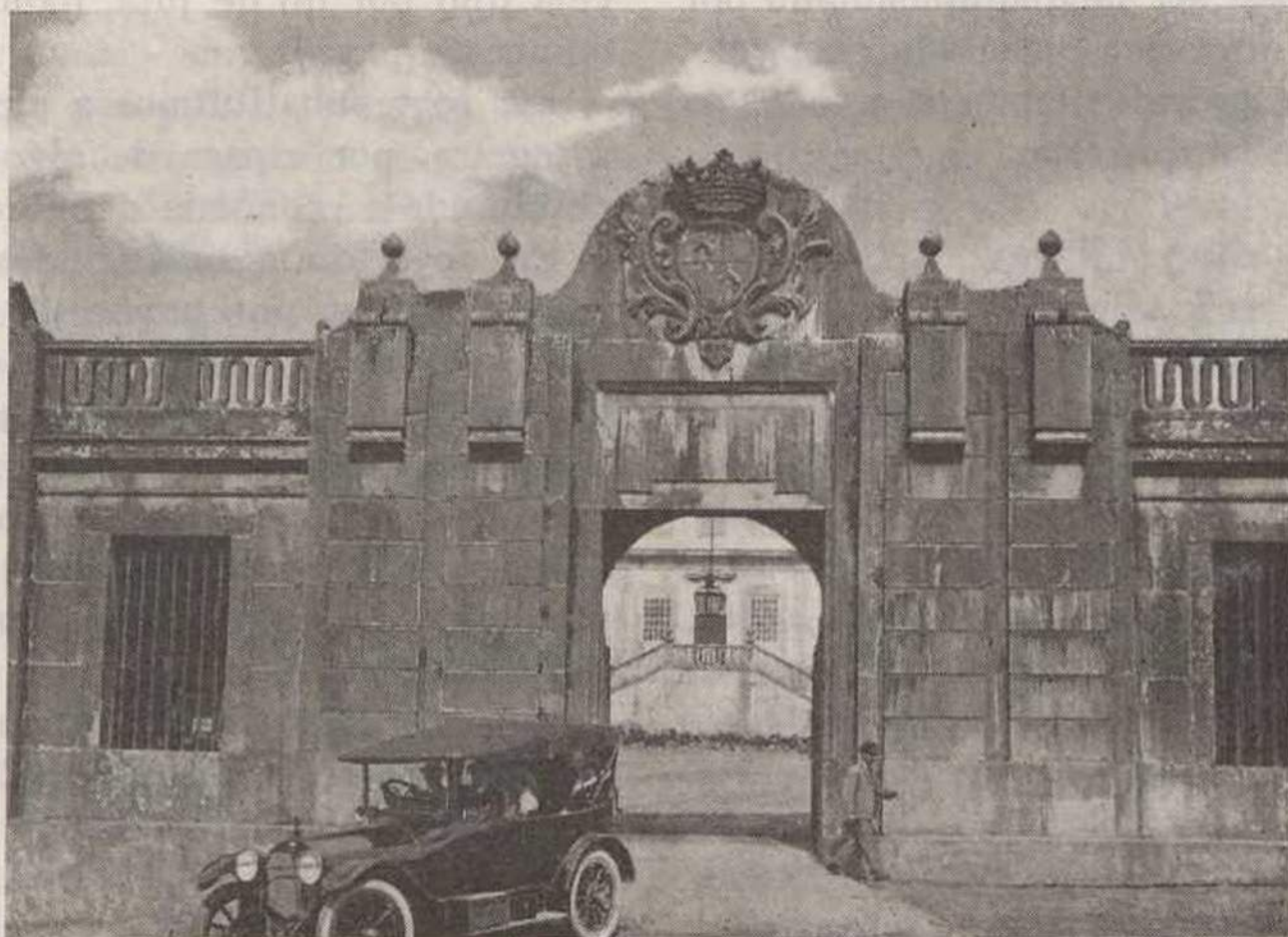
consta dum relatório oportunamente apresentado, será de 4.070.823\$55.

*
*
*

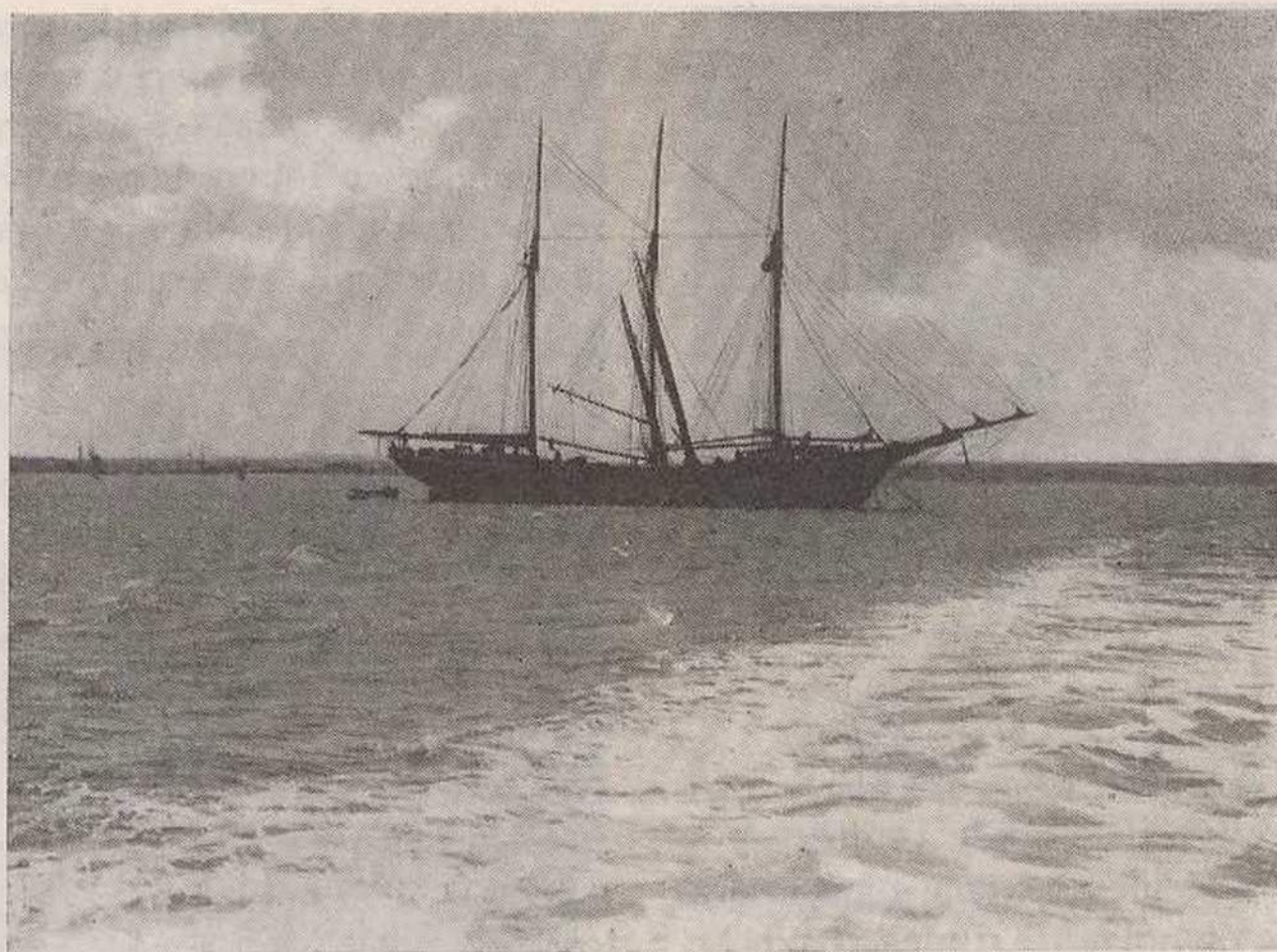
Devemos notar que a economia real será de facto muito superior em virtude do aumento do custo dos materiais ser em geral mais elevado para os artigos substituídos. Assim, por exemplo, nas cordas para vagões, que desde 1934 passaram a ser de pita em vez de linho, considerámos naquela data uma economia de 23\$83 por corda visto em 1934 nos custar uma corda de linho 60\$23 e uma de pita 36\$40.

Actualmente uma corda de pita custa-nos 231\$40, mas uma corda de linho não nos custaria menos de 780\$00, ou seja uma diferença de 548\$60 por corda!

Com a substituição da lona de linho pela lona de algodão dá-se idêntico facto e de um modo geral para todos os artigos substituídos, os quais subiram de preço num ritmo mais acelerado ou desapareceram totalmente do mercado.



Quinta das Lapas — Torres Vedras



A caminho do mar

A TERRA PORTUGUESA

Uma volta pelas praias do centro

Pelo Snr. *António Montes*, Chefe de Secção da Via

Depois de termos dado, no número passado, uma volta pelas praias do Norte, percorramos as praias do centro, rodeadas de pinheirais, onde o ar perfumado constitui fonte de saúde.

«Pedrógão», praia nova, progressiva, é recanto ignorado onde não faltam luz e beleza, e logo ao pé a «Praia da Vieira», pobre, abandonada, na foz do formoso Liz, tão cantado por poetas.

«São Pedro de Muel», com suas arribas doiradas, desenha-se junto do vastíssimo pinhal de Leiria, e logo a «Nazaré» nos recorda o divino milagre de Fuas Roupinho, quando nos mostra o lugar santo onde se guarda a Virgem Santíssima.

Terra de pescadores, cheia de pitoresco e originalidade, onde os trajes, as danças, a forma de falar e a beleza da costa, constituem preciosos atrativos, a praia da Nazaré é uma das mais concorridas de Portugal, e, pode dizer-se, a mais castiça povoação ribeirinha da nossa terra!

Fica-lhe perto «São Martinho do Porto» — a praia das crianças — recanto aprazível recortado por mãos hábeis, tranqüilo, bem situado, com arredores lindíssimos, onde não faltam panoramas surpreendentes.

A dois passos das Caldas da Rainha — a terra lendária da Rainha D. Leonor —, fica a praia da «Foz do Arelho», com um hotelzinho à beira de água, e a encantadora «Lagôa de Óbidos» a beijá-la enternecidamente.

A «Lagôa de Obidos», onde se podem praticar os desportos de caça, remo, pesca e natação, é cheia de beleza, e espraia-se por paisagens suaves e ridentes, onde não faltam as muralhas altivas dum castelo medieval.

O «Baleal» é uma praia de sonho.

Pouca gente lá vive, pouca gente a conhece, e, no entanto, é das mais lindas de Portugal.

Fica-lhe ao pé, Peniche; povoação laboriosa que a indústria conserveira transformou em importante centro fabril.



Praia da Nazaré

A praia é extensa, de areia fina, e próximo, um atractivo de grande interesse: — A Senhora dos Remédios, com um panorama magestoso, empolgante, indescritível!

O mar, batendo fortemente em rochas curiosíssimas, abriu grutas encantadoras, a que não falta o perfume das lendas.

A Senhora dos Remédios, lugar de peregrinação da gente do mar, esplendoroso de luminosidade, lembra castelo de sonho erguido defronte das «Berlengas», lugar de turismo priverligiado, onde as curiosidades não têm fim!

As praias da «Consolação», «São Bernardino» e «Areia Branca», são quasi ignoradas, a-pesar-de não lhes faltarem belezas.

«Santa Cruz», próximo de Tórres Vedras, com sua costa rochosa, é das mais frequentadas da Extremadura.

A «Ericeira», clara e alegre, lembra-nos



Portinho da Arrábida

o embarque do rei patriota, que no exílio doloroso, nunca esqueceu a sua terra.

«Praia das Maças», de rara amenidade, estende-se ao longo da fértil veiga de Colares, «Azenhas do Mar», com situação invejável, envolvida em vinhedos, desenvolve-se a olhos vistos, graças à proximidade de Sintra.

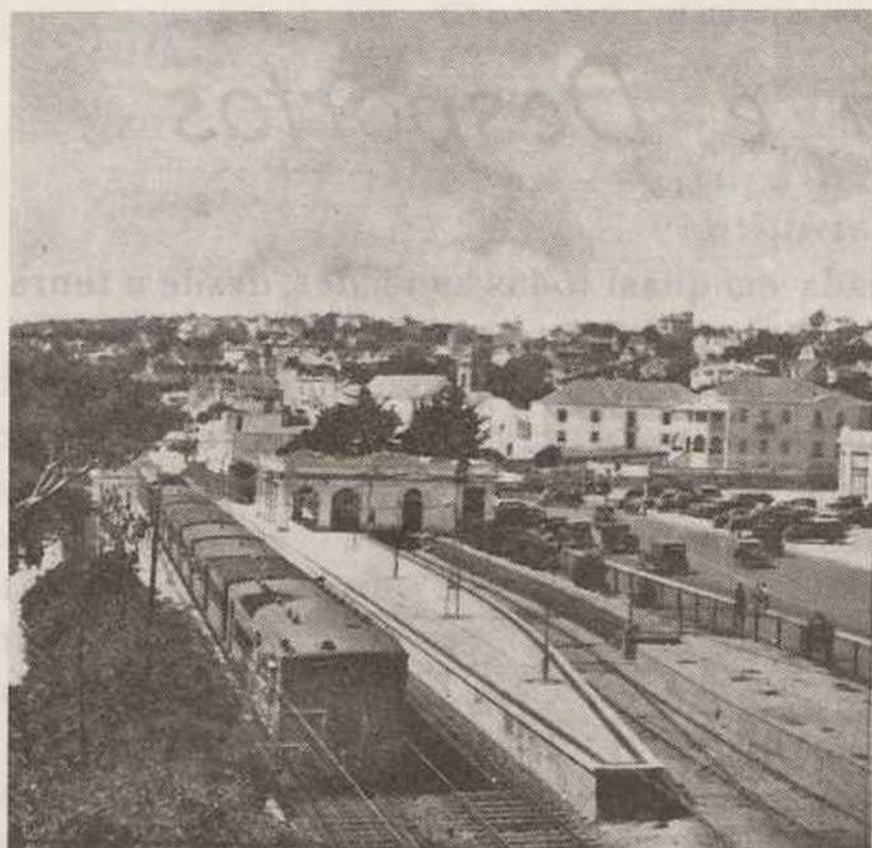
A «Praia da Ursa», como a de «Almoçageme», abre-se por entre penedias. A de «Adraga», começa a conquistar lugar de relevante pitoresco e a do «Guincho», ampla e luminosa, fica perto de «Cascais», onde a baía azul e a «Bôca do Inferno», ganharam celebridade.



Costa da Caparica

Depois, é o longo rosário de praiasinhas graciosas, que de «Cascais» a «Belém», debruam a costa de Portugal, praias simpáticas que o lisboeta não perde nos dias de verão.

Os «Estoris» cosmopolitas, com seus jardins e casinos, as praias-sanatórios de «Paredes» e «Carcavelos», a de «Santo Amaro» próximo do Palácio do Marquês de Pombal, «Paço de Arcos» e «Caxias», socegadas e despretenciosas, «Cruz Quebrada», «Da-fundo», «Algés» e «Pedrouços», concorridíssimas nos dias de sol em que a população foge à capital, e por fim a «Praia do Restêlo» — a «ocidental praia lusitana»!



Estação do Estoril

A «Trafaria», namora de longe a evocadora «Tôrre de Belem» e a «Praia da Caparica» — a «Praia do Sol» — de extensão prodigiosa, protegida por pinheirais vastíssimos, é terra de pescadores, que nos últimos anos se tem desenvolvido muito.

Perto, «Sezimbra», com a enseada famosa abrigada pelos cêrros da Assenta e do Guincho, é praia pitoresca, com um castelo curiosíssimo, miradoiros deslumbrantes e o atractivo da Senhora do Cabo, erguida no Cabo Espichel, em varanda de beleza grandiosa.

E como não cheguem estas curiosidades para a tornar atraente, fica-lhe próximo o «Portinho da Arrábida», aguarela deliciosa,



Praia do Estoril

praiasinha talhada para creanças, junto da

«Alta serra deserta donde vejo
as águas do oceano duma banda
e da outra, já salgadas, as do Tejo».

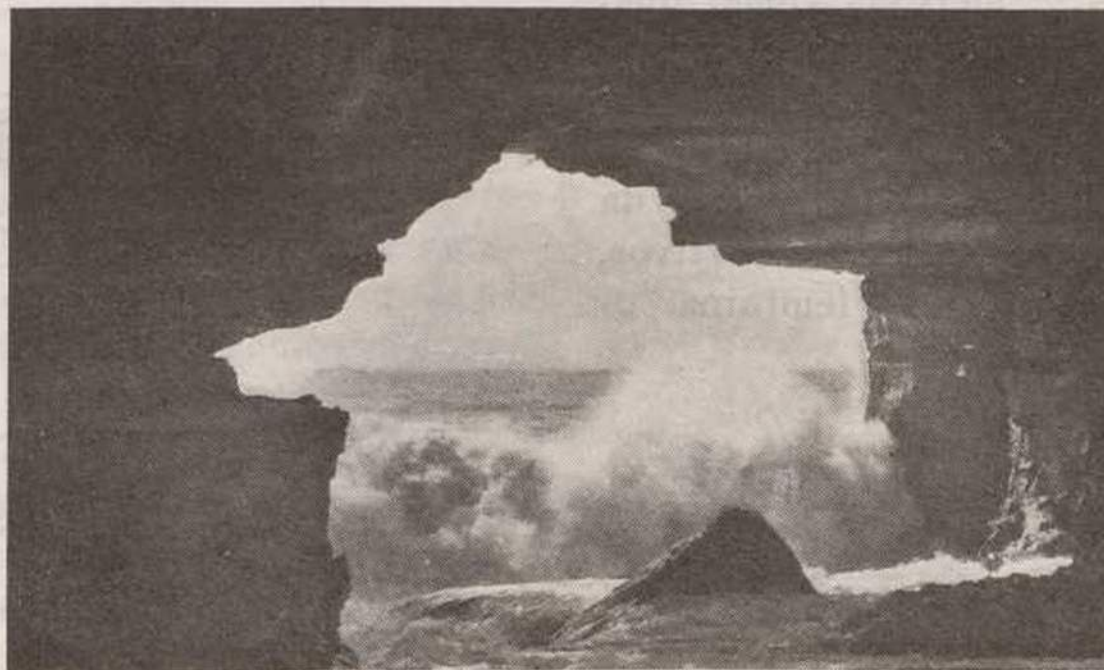
As escarpas, com píncaros de alturas enormes, sucedem-se.

A vegetação impressiona, e o mar, no seu lamento constante, abre na rocha grutas de maravilha, arrendados preciosos que o sol doira.

Golfo, praias solitárias que os homens ainda não descobriram, nas quais se conta a de «Alpertuche», próximo do convento da Arrábida.

«Sines», com a beleza suave do seu mar, recorda-nos Vasco da Gama, e mais abaixo, «Vila Nova de Milfontes», à beira do Mira, vive da pesca, que é abundante naquele ponto da costa.

No próximo número completaremos a nossa peregrinação, visitando as famosas praias do Algarve.



Cascais — Boca do Inferno

Educação Física e Desportos

Natação

Pelo Sr. Alberto da Silva Viana, Chefe de Secção da Via e Obras

A natação figura entre todos os desportos como o mais recomendável. Exercício completo, harmónico e agradável, oferece ainda a grande vantagem da sua extrema utilidade.

Põe em acção quasi todos os recursos do organismo que tonifica em alto grau. Permite o exercício muscular em perfeita simetria de esforços, condição indispensável para um salutar equilíbrio físico. É, além disso, desporto cheio de atractivos, devido ao meio onde se pratica e ao ambiente que geralmente o rodeia.



O nadador

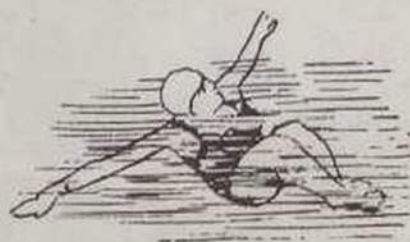
Da sua utilidade social falam eloquentemente os actos de abnegação e de altruismo divulgados com frequência pela Imprensa.



Familiarização com a água

O conhecimento da arte natatória tem tornado possível o salvamento de numerosas vidas, que, doutro modo, seriam valores irremediavelmente perdidos para o património da humanidade. É, dos exercícios desportivos, o mais adaptado à natureza feminina. A leveza e a harmonia dos movimentos, bem como a graça ondulosa que imprime ao corpo, fazem da natação o desporto ideal da mulher.

Pode ser prati-



As primeiras tentativas para a flutuação

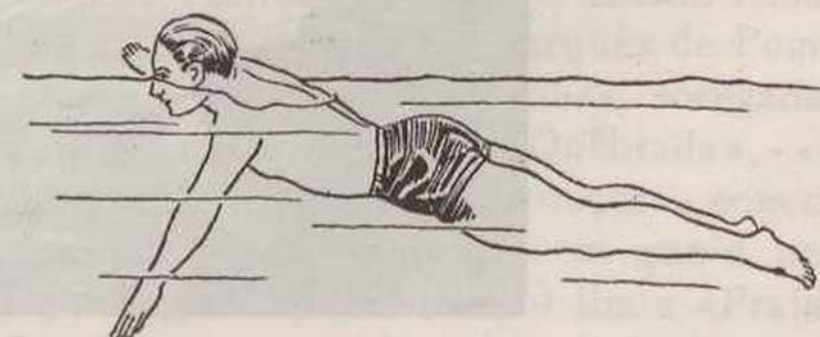
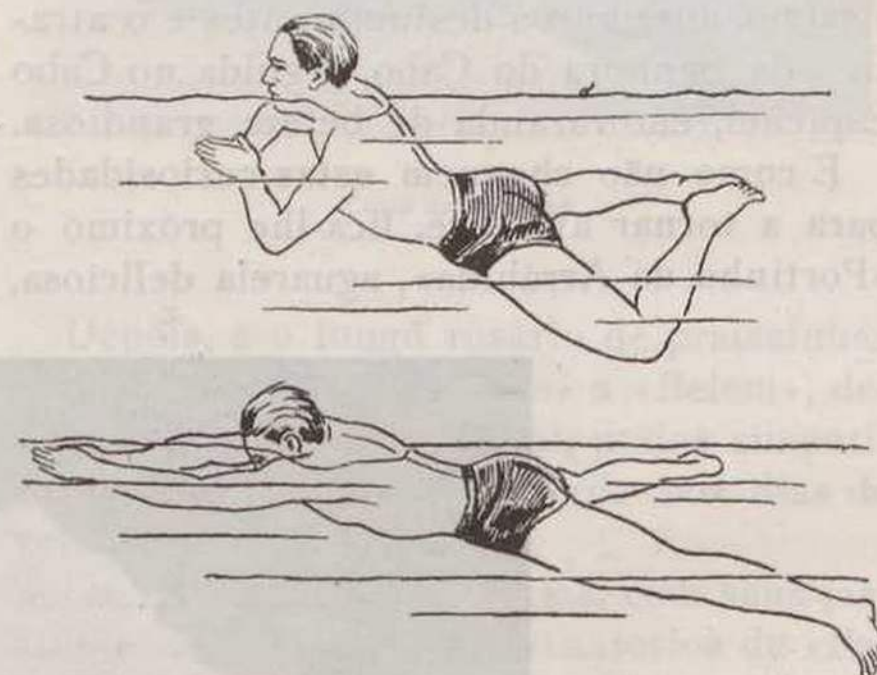
cada em quasi todas as idades, desde a tenra infância e durante toda a vida, sob a condição de se respeitarem as precauções aconselhadas pelo grau de resistência física e pela idade dos praticantes. É, porém, dos 20 aos 30 anos que as possibilidades dos nadadores atingem a sua plenitude. É o período áureo desta actividade desportiva, em que geralmente se revelam os campeões.

A natação solicita o domínio perfeito do ritmo respiratório e boa permeabilidade nasal. Outras qualidades são requeridas, tais como: grande capacidade pulmonar, boa coordenação motora, agilidade e resistência cardíaca.

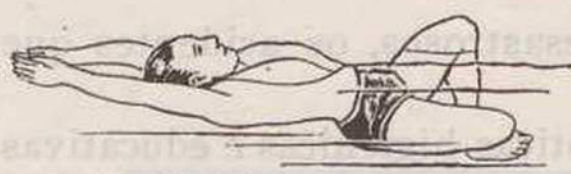
Através da natação, obtêm-se os seguintes



Exercício preparatório do crawl



Os três movimentos do estilo de bruços



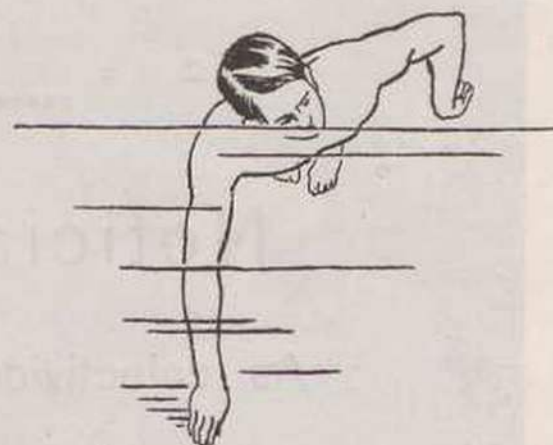
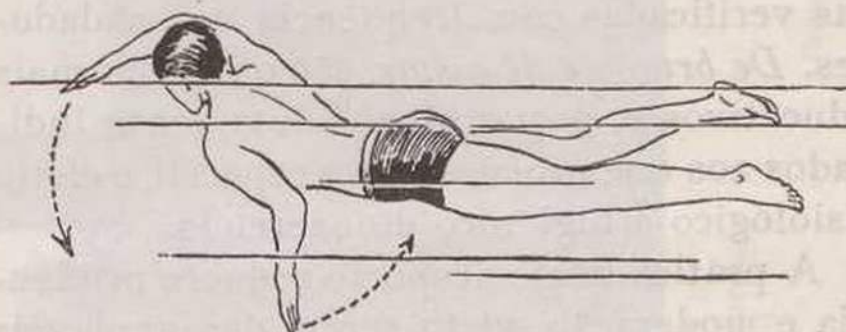
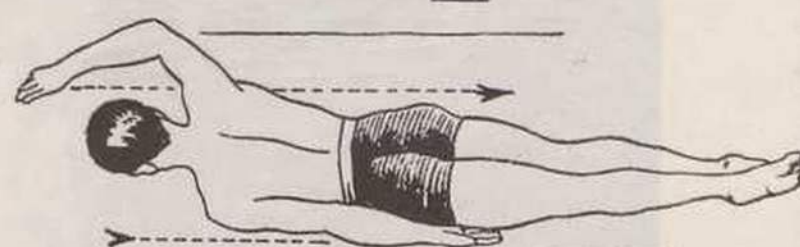
Nadando de costas

efeitos: aumento da capacidade vital, maior equilíbrio do sistema nervoso e o

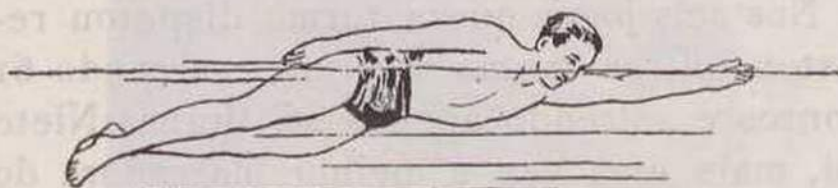
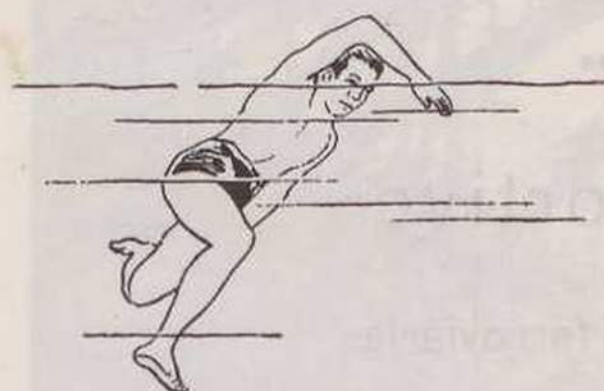
desenvolvimento dos músculos do tronco, especialmente os dos ombros. Alia ainda aos efeitos próprios dos movimentos musculares a acção benéfica da água. Os banhos frios, principalmente, são estimulantes, tónicos, aceleram a circulação sanguínea e favorecem as funções orgânicas.

A natação está contra-indicada aos indivíduos que sofrem de «lesões auriculares, eretismo cardíaco, lesões pleuro-pulmonares e enfisemas pulmonares» (Boigey).

Pratica-se à beira-mar, nos rios, nos lagos e nas piscinas. Estas últimas, embora des-



O crawl



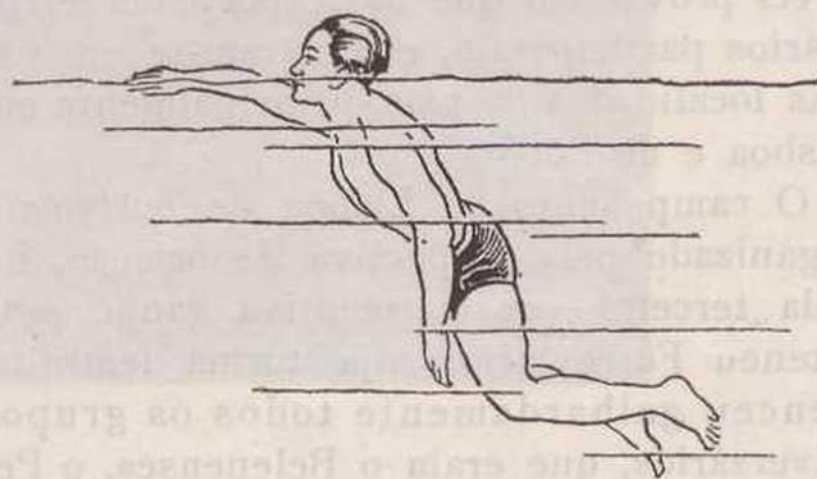
Os dois movimentos do l'over arm

vantajosas sob muitos pontos de vista às águas correntes, têm contribuído bastante para a difusão deste desporto, por se prestarem admiravelmente ao seu ensino. Nelas se realizam animados espectáculos desportivos que constituem optimos elementos de propaganda.

A natação é um desporto de técnica máxima. A sua aprendizagem exige muita aplicação e persistência, compreendendo: exercícios de familiarização com a água, estudo das posições de flutuação e dos diversos estilos

(a seco e na água), exercícios de mergulho e de salvação.

São muitos os estilos seguidos pelos nadadores. Entre os principais figuram: natação de bruços e de costas, l'over arm, o trudgen e o crawl. A maior parte dos estilos, destinando-se aos campeonatos, sacrificam tudo à



O trudgen



Exercício de salvamento

velocidade e daí as deformações morfológicas verificadas com frequência nos nadadores. *De bruços e de costas*, são os estilos mais educativos e, portanto, absolutamente indicados aos que procuram, em especial, o efeito fisiológico e higiénico do exercício.

A prática d'este desporto requiere prudência e moderação, visto serem desagradáveis

e, por vezes, desastrosos, os accidentes que pode provocar.

As características higiénicas e educativas da natção fazem dela um factor pedagógico da maior importância. A sua acção utilitária,



Exercício de salvamento

moral e social, dá-lhe foros de exercício humanitário.

Merece, pois, que seja propagada entre nós, por tôdas as classes sociais e que o seu ensino se desenvolva e progrida.

Noticiário desportivo

As colectividades desportivas ferroviárias

Os últimos meses foram férteis em actividade dos grupos desportivos da classe.

Nas competições oficiais de remo, *basketball* e *ténis* de mesa distinguiram-se sobremaneira os representantes dos Grupos Desportivos da C. P. e dos Ferroviários do Barreiro e do Ateneu Ferroviário, alguns dos quais conquistaram títulos de campeão de maneira brilhante.

As provas em que os desportistas ferroviários participaram, efectuaram-se em várias localidades do país, principalmente em Lisboa e no Pôrto.

O campeonato de Lisboa de *basketball*, organizado pela respectiva Associação, foi pela terceira vez consecutiva ganho pelo Ateneu Ferroviário, cuja turma feminina venceu galhardamente todos os grupos adversários, que eram o Belenenses, o Pedrouços e o Matadouro.

Nos seis jogos que a turma disputou registou outras tantas vitórias, marcando 61 pontos e sofrendo apenas 26. Branca Nieto foi, mais uma vez, a melhor marcadora do grupo.

A secção de *ténis* de mesa teve comportamento brilhante no campeonato promovido pela Associação de Lisboa.

Em provas particulares os representantes do Ateneu alcançaram resultados satisfatórios, mesmo quando defrontaram turmas de clubes mais categorizados.

Os campeonatos regionais de velocidade e de fundo e os nacionais de fundo, de remo, foram disputados pelos Grupos Desportivos da C. P. e dos Ferroviários do Barreiro.

As classificações foram muito boas.

O *Boletim da C. P.* regista com desvanecimento os êxitos alcançados pelos desportistas ferroviários.



PÔR DO SOL (Jarmelo-Guarda)

*Fotog. do Eng.º José da Costa, Sub-Chefe
da Serviço da Divisão da Via e Obras.*

Consultas e Documentos

CONSULTAS

Tráfego e Fiscalização

Tarifas:

P. n.º 788. — Desejo saber se está certa a seguinte taxa: De Vila Viçosa a Lisboa-J, um bloco de mármore desbastado com o peso de 3.500 quilos, carga e descarga pelos donos:

Tabela II — $5\$37 + 15\% = 6\$17,55$

$6\$17,55 \times 350 \times II$	237\$76
Sêlo (5,05)	12\$01
Registo, aviso e assistência	1\$25
Cais $(\$50 + \$50) \times II \times 4$	44\$00
Evoluções à partida $\$20 \times 3,5 \times II$	7\$70
Guindaste em Barreiro $\$70 \times 4 \times II$	30\$80
» » Lisboa-J $\$40 \times 4 \times II$	17\$60
	351\$12
10 %	35\$12
	386\$24
5 %	19\$32
	405\$56
Via Fluvial $(3\$15 \times II \times 4) + 10\%$	152\$46
Arredondamento	\$03
	558\$05

R. — Está errada a taxa apresentada. Segue discriminação como corresponde:

192 km. Tabela II

$$5\$37 + \frac{5\$37 \times 15}{100} = 6\$17,55$$

Preço $6\$17,55 \times II \times 3,50$	237\$76
Manutenção $\$70 \times II \times 3,50$	26\$95
Comp. do imp ferroviário. { 5,05% sêlo	12\$01
Assistência	\$15
Registo e Aviso de chegada	1\$10
	277\$97
Adicional de 10 %	27\$80
» » 5 %	15\$29
	321\$06
Uso de cais... $(\$50 + \$50) \times II \times 4 = 44$00$ }	74\$80
Descarga em Lisboa-J $\$70 \times II \times 4 = 30$80$ }	
Adicional de 10 %	7\$48
» » 5 %	4\$12
Via Fluvial $3\$15 \times II \times 4$	138\$60
Adicional de 10 %	13\$86
Arredondamento	\$03
	559\$95

Nota: — As massas indivisíveis de mais de 3.000 quilos, quando destinadas às estações fluviais ou delas procedentes, não podem aceitar-se com a indicação de que a carga ou descarga nas referidas estações fica a cargo dos donos.

Temos, no caso presente, de considerar a remessa com a descarga a cargo do Caminho de Ferro.

No Barreiro, não se cobrará pela operação de carga ou descarga a taxa de guindaste, mas sim a de \$30, do Art. 3.º do Capítulo II da Tarifa de Despesas Acessórias.

A utilização de guindaste, que se faz em Barreiro, para trasbordo dos volumes do vagão para o barco ou vice-versa, diz respeito à operação paga pelos preços da Tarifa de Transporte Fluvial (Ver Art. 24.º desta Tarifa).

DOCUMENTOS

I — Tráfego

Aviso ao Público A. n.º 753 — Anuncia a supressão, a partir de 23 de Julho de 1942, do serviço de camionagem combinado com o Sr. Francisco António Leal, pelo que é encerrado o Despacho Central de Redondo

Aviso ao Público A. n.º 754 — Anula as disposições do Aviso ao Público A. n.º 404, de 21 de Maio de 1934, sobre transportes de resíduos de bagaço de azeitona.

Aviso ao Público A. n.º 755 — Suspende, a partir de 10 de Agosto de 1942, até aviso em contrário, a Tarifa Especial Interna n.º 19 — Grande Velocidade.

Aviso ao Público A. n.º 756 — Estabelece a obrigatoriedade da apresentação de guias especiais para a aceitação a transporte de substâncias metalíferas, minérios, combustíveis minerais e produtos do seu tratamento químico ou metalúrgico.

Aviso ao Público A. n.º 757 — Suspende, a partir de 12 de Agosto de 1942, até aviso em contrário, a Tarifa Especial n.º 7 - C.

Carta Impressa n.º 43 — Supressões e restrições no serviço das carreiras de camionagem combinadas.

12.º Complemento à Tarifa de Camionagem — Regula o transporte de mercadorias entre a estação e o Despacho Central de Tórres Novas.

18.º Complemento à Tarifa de Camionagem — Regula o transporte de passageiros e bagagens entre a estação de Braga e o Despacho Central de Caldelas.

23.º Complemento à Tarifa de Camionagem — Regula o transporte de mercadorias entre a estação de Caíde e o Despacho Central de Lixa.

29.º Complemento à Tarifa de Camionagem — Regula o transporte de mercadorias entre a estação de Tórres Novas e Alcanena.

1.º Aditamento ao 34.º Complemento à Tarifa de Camionagem — Suspende, a partir de 6 de Julho de 1942, a venda de bilhetes directos, ao abrigo do 34.º Complemento à Tarifa de Camionagem, de Lisboa-Terreiro do Paço para as povoações de Lavradio e Alhos Vedros.

44.º Complemento à Tarifa de Camionagem — Regula o transporte de mercadorias entre a estação de Tórres Novas e o Despacho Central de Mira de Aire.

71.º Aditamento à Classificação Geral — Elimina da Classificação Geral, em vigor na Antiga Rêde e nas linhas do Sul e Sueste e do Minho e Douro, as Zonas A, E, F, I e J.

72.º Aditamento à Classificação Geral — Altera o tratamento tarifário atribuído à rubrica da Classificação Geral «Resíduos de bagaço de azeitona».

73.º Aditamento à Classificação Geral — Altera o tratamento tarifário atribuído à água mineral nacional não designada, em garrações e à água mineral não designada, em taras não designadas.

II — Movimento

Carta-Impressa n.º 1.068 — Determina a imediata descarga, em destino, dos arcazes, vasis, para líquidos, transportados em vagões abertos espanhois e quando poderão os mesmos ser carregados e despachados para o estrangeiro.

Circular n.º 947 — Proíbe a aceitação nas estações de Valença do Minho, Barca de Alva, Marvão e Elvas, de toda e qualquer espécie de mercadoria e a reexpedição de remessas para as estações da fronteira Hispano-francesa, ou além.

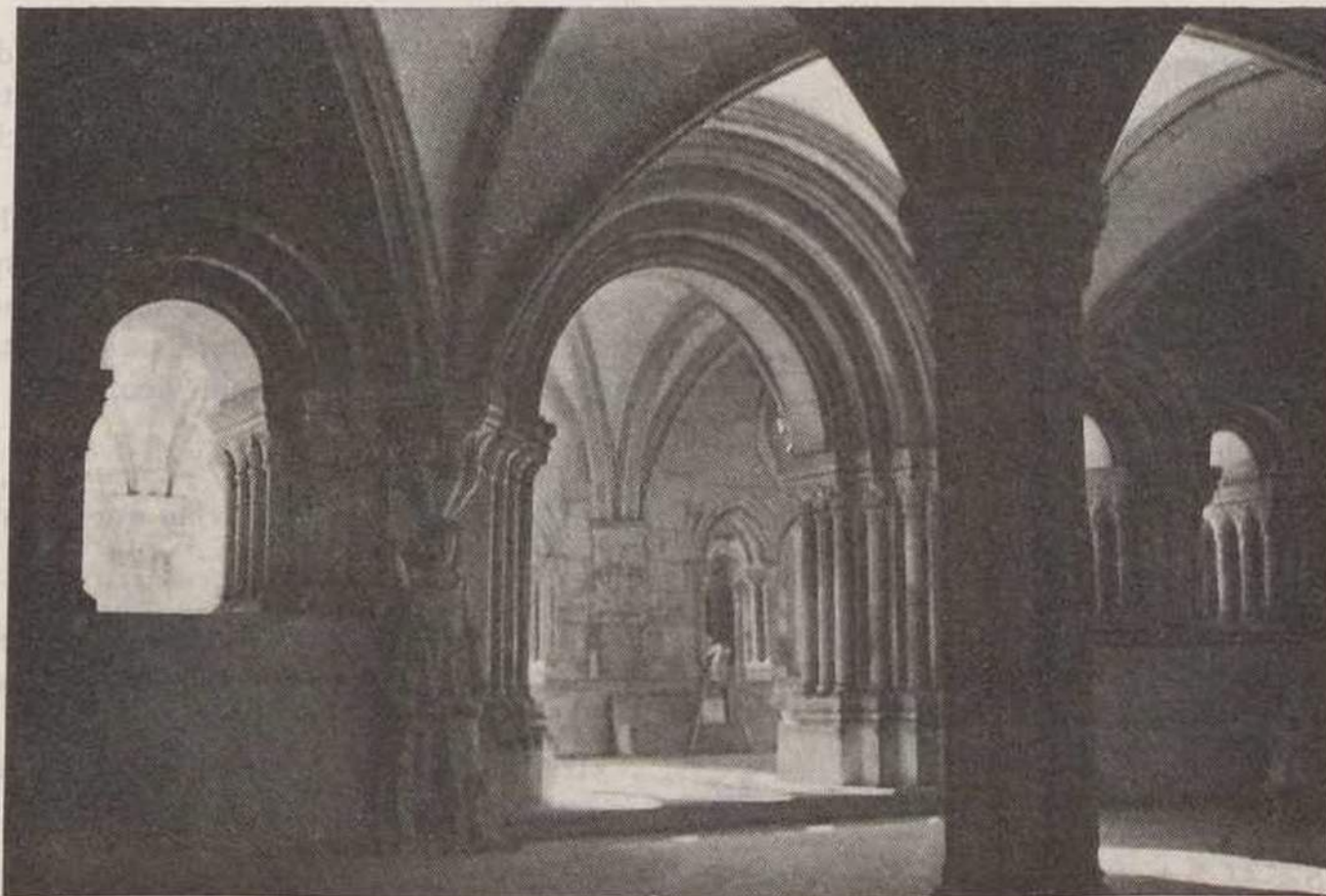
Comunicação-Circular n.º 771 — Indica que a reparação dos vagões particulares, pelo pessoal dos seus proprietários, nas linhas da C. P., só pode ser levada a efeito quando autorizada pelo Serviço do Movimento.

Comunicação-Circular n.º 772 — Indica que os Transportes Manuel B. Vivas estão autorizados a substituir nos seus vagões a actual inscrição de «Manuel B. Vivas, Ld.ª», por «Transportes Manuel B. Vivas».

III — Serviços Técnicos

Instrução n.º 2371 — Esta Instrução trata do serviço de guarda das P. N. e avisos que as estações devem fazer ao pessoal da Via.

Instrução n.º 2372 — Diz respeito à sinalização da estação de Ponte de Sôr.



Capela do Monte de S. Bernardo — Alcobaça

Fotog. de Aécio Eduardo Rodrigues, Maquinista.

Factos e Informações

O centenário dos Caminhos de Ferro da Silésia

A Direcção dos Caminhos de Ferro de Breslau, festejará brevemente o centenário dos caminhos de ferro silesianos. O primeiro trôço foi inaugurado em 1842 e partia de Breslau, centro do Sudeste alemão, para terminar em Ohlau. Já nessa altura se calculava que se impunha o prolongamento das linhas até Posen, e numerosos planos fôram elaborados com êsse fim. Fôram as sociedades particulares ou algumas individualidades que tomaram a iniciativa e que procederam à construção.

A linha Breslau-Posen foi inaugurada em 1856 e a de Lissa a Glogau em 1857.

Estes novos troços prefaziam então um total de 211 quilómetros. A Alemanha tinha, antes da guerra, 54522 quilómetros de via férrea.

Ateneu Ferroviário

Sob a presidência do Snr. Alfredo Júlio dos Santos, realizou-se no dia 28 de Setembro a Assembléia Geral ordinária desta Instituição para eleição dos Corpos Gerentes para o ano social de 1942/43, que deu o seguinte resultado:

Assembléia Geral — Presidente, Felix Fernandes Perneco; Vice-Presidente, Alfredo Júlio dos Santos; 1.º Secretário, Jacinto Fernandes de Almeida; 2.º Secretário, António Nunes de Almeida; 1.º Vice-Secretário, José Frederico dos

Santos Aguiar; 2.º Vice-Secretário, Joaquim Augusto Cardoso.

Direcção — Presidente, Mário José de Sousa Diniz; Vice-Presidente, Manuel Joaquim Mota; 1.º Secretário, Júlio Gomes; 2.º Secretário, Carlos Ribeiro Sanches; Tesoureiro, Raúl Mário de Sena Magalhães; 1.º Vogal, Rui Gomes dos Santos; 2.º Vogal, Júlio da Fonseca e Sá; Suplentes: José Lourenço, José Luiz de Sousa e Nicácio Taboada Rodrigues.

Conselho Fiscal — Presidente, José Júlio Ferreira; Secretário, Duarte Avelino da Silva Matos; Relator, Carlos Garcia Lopes; Suplentes: Francisco Pinto Bual, Joaquim José da Costa Júnior e Joaquim Rodrigues Malta.

Delegados à Federação das Sociedades de Educação e Recreio — Efectivo, António Gomes; Suplente, José Amaro de Figueiredo.

O *Boletim da C. P.* felicita os novos corpos gerentes desta prestimosa Instituição.



Ecos desportivos — O grupo feminino de *basket-ball* do Ateneu, que conquistou, pela terceira vez consecutiva, o título de campeão de Lisboa na competição organizada pela respectiva Associação.

Fotog. de Fernando P. Pinto, Empregado Principal da Via e Obras.

ESTATÍSTICA

Percurso quilométrico

Referente a Abril, Maio e Junho de 1942

Combóios	ANTIGA RÊDE				MINHO E DOURO				SUL E SUESTE				
	Percursos efectivos em		Diferenças em 1942		Percursos efectivos em		Diferenças em 1942		Percursos efectivos em		Diferenças em 1942		
	1941	1942	A mais	A menos	1941	1942	A mais	A menos	1941	1942	A mais	A menos	
Abril	De passageiros.	364.808	154.740	—	210.068	120.047	50.501	—	69.546	171.285	80.447	—	90.838
	De mercadorias	291.254	292.849	1.595	—	37.498	29.135	—	8.363	65.386	72.835	7.449	—
	Em manobras..	93.858	86.818	—	7.040	26.158	25.889	—	269	32.531	33.005	474	—
	Totais..	749.920	534.407	1.595	217.108	183.703	105.525	—	78.178	269.202	186.287	7.923	90.838
Total das diferenças em 1942		A menos:		215.513		A menos:		78.178		A menos:		82.915	
Maio	De passageiros.	327.731	155.636	—	172.095	111.540	49.122	—	62.418	163.498	86.064	—	77.434
	De mercadorias	261.332	322.062	61.730	—	32.012	36.016	4.004	—	64.122	85.432	21.310	—
	Em manobras..	82.545	86.501	3.956	—	25.128	27.980	2.852	—	31.981	36.803	4.822	—
	Totais..	670.608	564.199	65.686	172.095	168.680	113.118	6.856	62.418	259.601	208.299	26.132	77.434
Total das diferenças em 1942		A menos:		106.409		A menos:		55.562		A menos:		51.302	
Junho	De passageiros.	294.367	163.976	—	130.391	108.819	53.940	—	54.889	161.368	88.841	—	72.527
	De mercadorias	288.728	317.891	29.163	—	30.796	36.077	5.281	—	71.759	85.772	14.013	—
	Em manobras..	87.466	91.048	3.582	—	26.174	29.948	3.774	—	34.675	34.943	268	—
	Totais..	670.561	572.915	32.745	130.391	165.790	119.965	9.055	54.889	267.802	209.556	14.281	72.527
Total das diferenças em 1942		A menos:		97.646		A menos:		45.834		A menos:		58.246	
Desde Janeiro	De passageiros.	2.016.607	1.089.151	—	927.456	683.261	372.132	—	311.129	958.455	575.895	—	382.560
	De mercadorias	1.604.827	1.745.151	140.324	—	198.972	179.972	—	19.000	392.083	472.800	80.717	—
	Em manobras..	526.102	529.083	2.981	—	152.895	159.746	6.851	—	191.948	203.047	11.099	—
	Totais..	4.147.536	3.363.385	143.905	927.456	1.035.128	711.850	6.851	330.129	1.542.486	1.251.742	91.816	382.560
Total das diferenças em 1942		A menos:		784.151		A menos:		323.278		A menos:		290.744	

Quantidade de vagões carregados e descarregados em serviço comercial

no mês de Março de 1942

	Antiga Rêde		Minho e Douro		Sul e Sueste	
	Carre-gados	Descar-regados	Carre-gados	Descar-regados	Carre-gados	Descar-regados
Período de 1 a 8 ...	4.040	4.154	1.751	1.714	1.637	1.481
» » 9 » 15..	3.949	3.859	1.799	1.726	1.410	1.238
» » 16 » 22...	4.081	4.081	1.959	1.798	1.446	1.347
» » 23 » 31...	5.463	5.499	2.409	2.481	2.203	1.939
Total	17.533	17.593	7.918	7.719	6.696	6.005
Total do mês anterior	15.905	15.394	6.491	6.294	6.657	6.292
Diferenças ...	+1.628	+3.199	+1.427	+1.425	+ 39	- 287

no mês de Abril de 1942

	Antiga Rêde		Minho e Douro		Sul e Sueste	
	Carre-gados	Descar-regados	Carre-gados	Descar-regados	Carre-gados	Descar-regados
Período de 1 a 8	4.952	4.761	2.199	2.067	1.810	1.755
» » 9 » 15	4.127	4.264	2.025	1.998	1.748	1.377
» » 16 » 22	4.352	4.592	1.916	1.899	1.816	1.648
» » 23 » 30	5.509	5.529	2.382	2.252	2.189	1.847
Total	18.940	19.146	8.522	8.216	7.593	6.627
Total do mês anterior	17.533	17.593	7.918	7.719	6.696	6.005
Diferenças ...	+1.407	+1.553	+ 604	+ 497	+ 897	+ 622

A nossa casa

Os vasos e as flores na ornamentação moderna

De novo vão-se impondo, como alegre e gracioso adorno do lar, os vasos de flores e plantas, vindo este bom gosto recordar outra época que se caracterizou pelo amor às plantas — a de 1900 — época da ornamentação chamada «Vegetal», que imperava em tudo.

Cruzar-se um salão no princípio do século era, segundo uma frase feliz, lida algures, «como cruzar um bosque virgem». O facto marca o ponto mais alto no predomínio das plantas que ressurgem agora como elemento ornamental.

O que não se faz hoje é juntar umas plantas com outras, como então. Uma planta bela, de certa dimensão, enfeitada sobejamente qualquer canto de um interior; outra ao lado em vez de a completar desvaloriza-a.

São frequentíssimas as esbeltas variedades «Ficus», preciosas plantas de folhas verdes perenes e de cultura fácil, particularmente apreciadas pelo complemento plástico que acrescentam em ambiente de modernos interiores. Muito «modernas» são a *sansevícia guineensis*, a *regélia concêntrica* e a *asplenium unidus*, entre outras.

As variedades de *cactus* são conhecidíssimas, havendo-se com elas popularizado uma flor desértica muito interessante, que antes não merecia o mais ligeiro interesse.

E do género *Agaves* — oriundo do México — são também vulgares muitas espécies — quasi cem — entre as quais há uma variedade que forma como que uma maciça bola enraizada, de curtos espinhos, bastante corrente.

Outras preciosas plantas tropicais são as *Cycas*, de tipo de palmeira, que se encontram nos nossos jardins, trazidas das nações da origem.

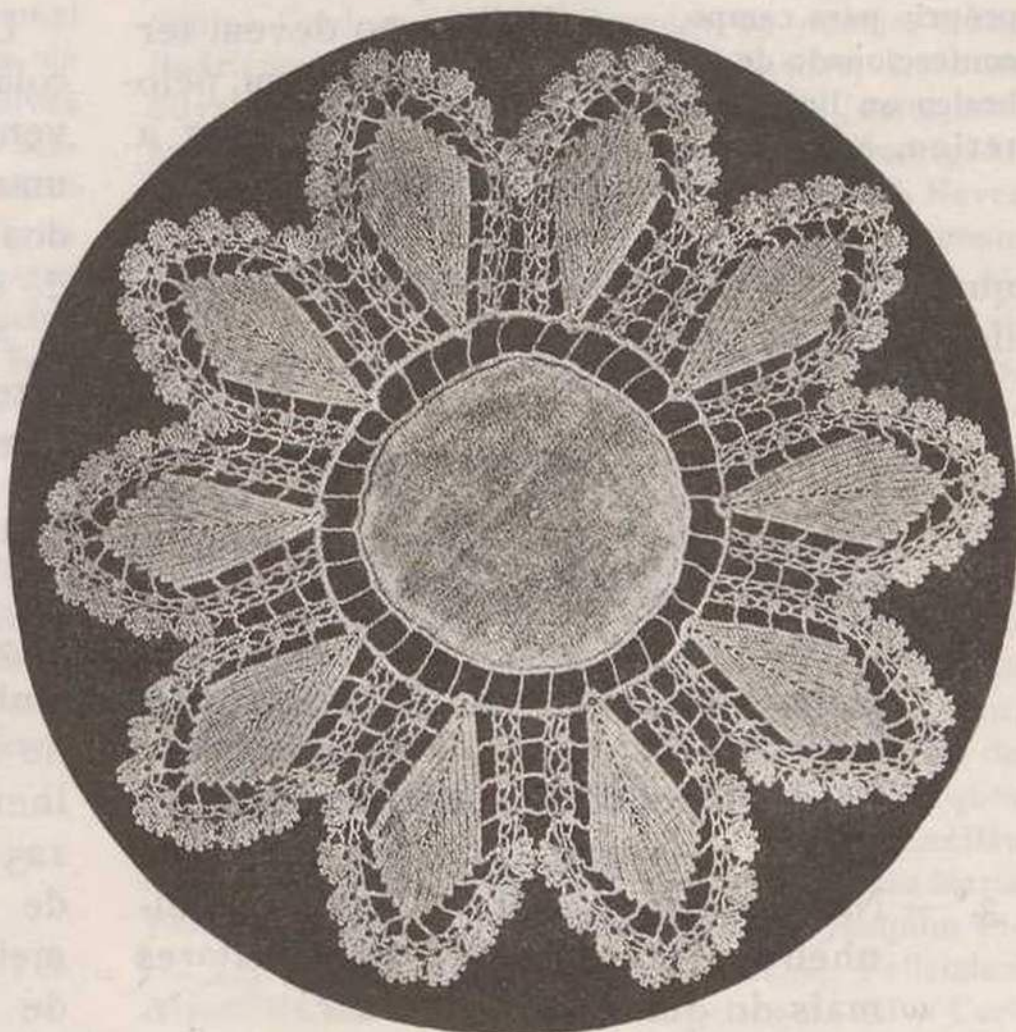
As palmeiras *Phoenix*, muito ornamentais, adaptam-se perfeitamente ao nosso clima peninsular.

Tôdas estas variedades tiveram grande êxito — à parte o seu exótico aspecto — pelo seu fácil cultivo em vasos e porque necessitam de poucos cuidados.

Quasi não precisam água, vivem em estufas ou em interiores, porque tôdas são oriundas de zonas tórridas, e, logicamente, não resistem a baixas temperaturas.

Com flores mais delicadas, já são necessários outros cuidados. Por exemplo, as fragilíssimas orquídeas precisam de tantos mimos, como um filho doente. Tem-se que as lavar com água morna e depois tirar-lhes, com um pedaço de algodão, as gotas de água que tenham ficado sobre a superfície das folhas.

As românticas camélias, que florescem



Renda moderna — «Croché» — Simpática disposição de palmas para jogos de panos de mesa («napperon»).
Pode adquirir-se o prolongamento desta renda, acrescentando algumas malhas nos abertos.



Vestido prático e próprio para campo, confeccionado de tobralco ou linho sintético, com cores claras.

quem ou destruam o colorido vivo das flores e das plantas.

Decálogo da perfeita espôsa

- 1.º — Evita a primeira questão, porque a primeira outras se seguirão.
- 2.º — Lembra-te de que o teu marido não é um anjo. Tem, portanto, defeitos e imperfeições que te habituarás a respeitar e tentarás modificar pouco a pouco, sem gritarias nem lamúrias.
- 3.º — Não estejas sempre a pedir-lhe dinheiro. Esforça-te por não gastares mais do que ele te pode dar.
- 4.º — Lembra-te de que ele tem estômago. Dá-lhe de vez em quando alguns petiscos.
- 5.º — Deixa-o vencer nas discussões, em-

entre Dezembro e Abril, custam também solícitos cuidados e são um esplêndido adorno no mais esplêndido salão.

Temos, ainda, os jacintos, as begónias, os liláses (muito fáceis de cultivar), as cinerárias, as hortênsias, os crisântemos (super-viventes outonais), enfim, tôdas as espécies da floração invernal...

Não é estranho que, para resguardar tantas e tão maravilhosas plantas de interior, os vasos hajam tido que dignificar-se, esmaltando-se, enriquecendo-se com as mais valiosas matérias, como o mármore, a porcelana e o cristal.

Mas, quanto a nós, os vasos não devem ter cores vivas; devem, pelo contrário, obedecer a tons suaves e tranquilos, para que não ofus-

bora não tenha razão. Ele ficará contente e tu nada perdes.

- 6.º — Não leias apenas os folhetins dos jornais, os anúncios e as notícias de casamentos ou mortes. Procura instruir-te, para poderes conversar com ele sobre assuntos que o interessem.
- 7.º — Mostra-te sempre atenciosa com ele.
- 8.º — Deixa-o estar na convicção de que é mais inteligente do que tu, embora julgues o contrário. Isto lisongeia-o e aumenta-lhe a confiança em ti.
- 9.º — Se ele é inteligente, sê para ele uma sincera amiga e até... admiradora. Se o não é procura elevá-lo. Nunca o rebaixes diante dos outros.
- 10.º — Respeita os seus pais. Não lhe digas mal deles, embora tenhas razão para isso.

Os doces nunca amargaram...

Bombons de chocolate

Uma chávena de chocolate ralado, uma chávena de açúcar branco, uma chávena de amêndoas pisadas e uma clara de ovo.

Amassa-se tudo bem e fazem-se umas bolinhas que se deixam secar.

Bolo Ilhéu

2 ovos, 250 gr. de farinha de trigo, 250 gr. de açúcar branco, 1 colher de chá de fermento, 125 gr. de nozes, 50 gr. de passas, decilitro e meio de leite, 1 colher de sopa de manteiga; mistura-se e mexe-se tudo muito bem.

Unta-se a fôrma com manteiga e vai ao forno.



Vestido de sêda branca «Georgette» com franzidos no decote e cintura, cingido por tira abotoada à frente com um cordão branco, ou qualquer cor que deseje combinar com os botões e tirinhas das mangas.

Pessoal

Nomeações

Em Maio

SERVIÇO DE SAÚDE E DE HIGIENE

Médico especialista de oftalmologia: Dr. Manuel de Sousa Aguiar (Lisboa).

Médico da 45.^a Secção: Dr. Jorge Francisco Muñoz Cardoso (com residência em Seixal e substituto da Assistência do Barreiro).

Médico da 18.^a Secção: Dr. Adolfo João Lahmeyer Bugalho (com residência em Castelo de Vide).

Médico da 65.^a Secção: Dr. João Augusto Marchante (com residência em Souzel).

Médico da 31.^a Secção: Dr. José Alves Patrício (com residência em Caria).

Em Junho

VIA E OBRAS

Assentadores: José Monteiro, Augusto Monteiro, José Júlio Gouveia, Manuel António Branco, José Correia da Costa, Manuel Francisco, Manuel Matias, Manuel António Soares, José Augusto Aguiar, António Nogueira, Manuel Carvalho, José João do Vale, Francisco Nogueira, João Henriques, José Manuel Vêlhinho, António Rodrigues, Serafim Teixeira da Mota, José da Piedade Marreiros, António Gonçalves da Silva, Mário Lopes Ribeiro, Francisco Caeiro Mariano, José André, Joaquim Oliveira Maciel, Alberto Barbosa, António Vieira dos Santos, José Joaquim Duarte, José Diogo Martins, José Anárquio Coruche, António Rosa Encarnação, Augusto Cardoso Grincho, Acácio d'Almeida, Vitorino Guerreiro Parreira, José Guerreiro Rodrigues, José Ferraz, Manuel Rosa, Horácio Reis Moço, Filipe Oliveira Neves, António Coelho, António J. V. Saramago, Manuel Neves Pardal, José Matias, José Lopes, Raúl Gonçalves, Francisco Duarte Rovisco, António Inácio V. Encarnação, Álvaro Silva Maia, José Gonçalves Guerreiro, Joaquim da Silva, António dos Reis, Manuel Francisco Lercas, Manuel Lourenço, João Gaspar, João Varela Rovisco, António de Matos, Silvestre Vitória Tamagnini e Manuel Serra.

Em Julho

SECRETARIA DA Direcção GERAL

Empregados de 3.^a classe: António Campos Teixeira e Gregório de Jesus Pires.

SERVIÇO DE SAÚDE E DE HIGIENE

Médico da 13.^a Secção, com residência em Praia do Ribatejo: Dr. Eduardo Antunes Fanhais.

Médico da 14.^a Secção, com residência em Rio de Moínhos: Dr. Manuel Pádua Ramos.

Médico da 65.^a Secção, com residência em Estremoz: Dr. Artur de Andrade Assis e Santos.

Médico especialista de urologia (Alta e Pequena), de Coimbra: Dr. Tristão Ilídio Ribeiro.

EXPLORAÇÃO

Empregado de 3.^a classe: Eduardo Pereira Fernandes.

Factores de 3.^a classe: Manuel Fernandes, Arnaldo Waldemar da Silva, José Francisco César, José Francisco Rama, José Maria das Dores Simões, José António Raposeira, José Figueiredo Gomes da Silva, Joaquim Amaro Pinheiro, Aurelino Leite de Oliveira, Jaime Fernandes Carreira, José Neves Varanda, Manuel Martins, Liocínio Soares, Hilário Baptista Marrucho, Carlos Trindade de Assunção, Manuel da Cruz Antunes Porto, João Augusto Alves, Manuel Francisco Marques, Américo Vieira Jorge, Álvaro Pacheco da Cunha, José Capão Farinha, Manuel Maria Ferreira Calisto, Francisco da Luz Maia, Luiz da Silva, Joaquim Ramos Alves, Hermínio dos Santos, Fernando Esteves Moreira, Vitorino António Januário, Joaquim dos Santos Cardoso, Júlio Fernandes de Araújo, Nuno Rodrigues Esteves, José Mendes Louro, Luiz da Silva Rodrigues Fernandes, João Nunes Júnior, Manuel Martins de Oliveira e Silva, Joaquim Rodrigues, Atil Serras, Joaquim António Cândido, Saul das Neves Oliveira Paquim, Carlos de Magalhães Branco, Renato Brás da Cunha, Virgílio Valente, Álvaro José de Almeida, António Maria Cardoso Miranda, Bernardino Manuel de Oliveira, José das Neves, Libânio Ferreira, Raúl Comprido Eusébio, João Lóio, Agostinho Martins Gaspar, António da Silva Beja, António Duarte Santos, José Baptista, Joaquim Alberto Abrantes Benido, José Ramos Monteiro, Amândio Pereira de Matos, Custódio Lopes, Carlos Alberto da Silva Vergamota, Domingos Martinho Pereira Pires, Álvaro Ribeiro Cardoso, José Mendonça dos Santos, António de Matos Machado Júnior, Abílio de Matos Heitor, António Rodrigues Loureiro, José Pinto, Manuel de Jesus Matias, António Alves Loureiro, Luiz Marques dos Santos, João Pinto de Lemos, Armando Gueifão Belo, Albertino Rodrigues da Fonseca, António Maria Valente, Arnaldo dos Santos Calheiros, Joaquim Pires Cipriano, Augusto Cordeiro Valente, Felismino Álvaro de Oliveira, Alvarim Francisco da Silva Correia, António Narciso, João Martins Ribeiro, José Marques Esparteiro, Ricardo de Sousa Pencarinha, António Ferreira Neto, José da Cunha e Belarmino António da Luz.

Aspirantes: António Gomes Vicente, José de Ma-

tos Tomé, Francisco Tavares da Costa Grilo, Luiz Rosa, Manuel José Moreira de Oliveira, Albino Vaz Brites, Alfredo Marques da Graça, Augusto Dias Raposeiro, António da Silva, Rogério de Sousa e Maximiano Cotafo Condesso.

Guarda-freios de 3.^a classe: Eduardo Martinho Guerreiro, António da Silva Claudino, Luiz Pereira Lopes, José Joaquim Fernandes, José Pereira da Costa, Feliciano José Leocádio, José Ferreira Júnior, Jacinto da Silva Rosa, Joaquim José Lázaro, Joaquim António, Raúl Rodrigues Parente, Francisco Plácido, José Freire e António Maurício.

Revisores de 3.^a classe: Amadeu Cabrita, António Monteiro Feijão, Orlando Pereira Mendonça e Carlos João Correia.

Engatador: José Ivo António.

Guarda de estação: António Fronteira.

Porteiros: Dorino Pedro e António Lima.

Carregadores: José Manuel, António da Silva Arrimar, Marcelino Maria Relvas, Rafael dos Santos, Lino de Almeida Leitão, Cassiano Bandeira Mergulhão, José Matos Xavier, Joaquim Augusto dos Santos Alves, António Humberto Lopes, José da Costa, António Fé de Lemos, José Gonçalves Carito, João Miranda Macedo, Anacleto da Encarnação Abreu Tapadinhas, António Louzeiro Reis, José Loureiro, António Augusto de Almeida Fonseca, João Gonçalves Nunes, José Dias Estevinha, Dionísio Rodrigues, Joaquim Lopes, Arnaldo Guilherme, Alberto dos Reis Quintas, Albino da Silva Coelho, José Moreira dos Santos, António de Oliveira Novais, Manuel Teixeira, Américo Ferreira, José Monteiro, Carlos Agostinho, Augusto Pereira Lopes, Alfredo Vaz de Carvalho, João Pereira de Moura, António Ferreira Cardoso, Joaquim Fernandes do Couto, Albino Ribeiro Martins, João Maria Marques, António Pereira da Cunha, António Lopes, António Lima, José dos Santos Machado, Ademar do Nascimento Regadas, António da Silva Oliveira Júnior, Manuel Arriaga Martins Vaz e Manuel de Oliveira Bastos.

MATERIAL E TRACÇÃO

Revisores-Electricistas de 2.^a classe: Francisco Luiz de Matos, Frederico Ferreira dos Santos, Manuel Gonçalves Magalhães, Armando Rodrigues Vinagre, Alberto Martins Ferreira e Apolino Baptista dos Santos.

Chefe de brigada: José Joaquim Martins.

VIA E OBRAS

Sub-Chefe de Secção do Serviço de Conservação: João Lopes Matias.

Electricistas de 3.^a classe: José Medeiros Baptista, Joaquim Marques dos Santos e Augusto de Carvalho.

Auxiliar: João Benigno Faria.

Assentadores: Carlos da Silva e Manuel Joaquim Monteiro.

Promoções

Em Julho

EXPLORAÇÃO

Chefes de 1.^a classe: António do Carmo Diogo, José Marques Cadente, António Alves Mineiro Júnior, Sérgio Amabélio de Azevedo, Abílio Alves da Costa Braga e Armando Pinheiro de Carvalho.

Chefes de 2.^a classe: Carmino Conceição Azevedo, Domingos Carlos da Silva, José da Cunha Pinto, Adelino Marques Ventura, João Rodrigues Soares, Manuel Rodrigues de Almeida, Luiz Inácio Martins, José Maria Fernandes e Manuel Parente Novo da Cruz.

Chefes de 3.^a classe: Abílio Antunes dos Santos, Raúl Ferreira de Noronha, José Rodrigues Parreirão, António da Silva Reis Júnior, Pedro Carvalho, Martinho de Sousa, Jaime de Almeida Cardoso, Arnaldo de Sousa, António Pereira da Mota, Alfredo da Ressurreição Ferreira Mendes, Angelo de Oliveira Monforte, José da Conceição Monteiro, Joaquim dos Ramos e António Dias Ferro Júnior.

Factores de 1.^a classe: João Marques, Alberto Martins Diogo, Cândido Filipe, Fausto Rosado Viegas, Alfredo Inácio Teigas, Joaquim António Gomes, José Augusto Castelhana, Joaquim dos Santos Marques, Manuel Pinto Marante, José Maria Pereira Viana, Fernando Teixeira da Costa, Carlos Maria de Sousa, José Ferreira, Júlio de Azevedo, Diamantino Gomes Gregório Durão, Francisco da Fonseca, Manuel de Assunção Marques, Albino da Silva.

Factores de 2.^a classe: Joaquim Laranjeiro Valente, António Francisco Guerreiro, António Duarte Barradinhas, António da Fonseca e Silva, João da Fonseca, Fernando Pereira Garcia, António Alves da Cunha Júnior, José Alberto da Silva, Amílcar da Silva Santos, José Pires Rufino, Júlio Fernandes Cruz, António Correia da Costa, António Angelo da Costa Balicas, António da Silva Júnior, António da Silva Coronha, José da Silva Nunes, José António Oitavem, Amândio Alves de Carvalho, Abílio Rodrigues Marques, Luiz Miranda de Figueiredo, Manuel Dias Neto, Eduardo Dias Roldão, António Salgueiro Alves, José Monteiro Gomes, Manuel da Silva Pinto, José Ferreira, Raúl Cunha e Afonso da Costa Esteves.

Encarregados de contabilidade: João Rodrigues Lopes e Gaspar Rodrigues Tôres.

Telegrafistas principais: Bento Augusto Pinheiro Magalhães, Bruno Esteves de Magalhães e Fausto Luís.

Fiel de 2.^a classe: José Pereira.

Conferentes: José Augusto Tavares Pimentel, José Ferreira, Adelino Monteiro Tralhão, Isidro da Veiga Monteiro, Isidoro dos Reis, José Augusto Guedes Tavares, Joaquim da Silva, Joaquim Vieira, Amé-

rico Gonçalves Simões, José Pedro da Silva, José da Piedade e Manuel Maria.

Bilheteira de 2.^a classe: Maria José Correia Alemão.

Condutores principais: Augusto de Sousa, Joaquim Miguel, Manuel Atalaia, Manuel António Fernandes.

Condutores de 1.^a classe: Álvaro António, António Augusto Cecílio Martins, Angelo Pinto, António Marques Viegas, Augusto Almeida e Filipe da Cruz.

Condutores de 2.^a classe: João Cardoso, António Martins Vilela, Carlos Monteiro, José Coelho da Rocha, José Rodrigues, Joaquim dos Santos Soares e Manuel António Machado.

Guarda-freios de 1.^a classe: Joaquim do Couto Esteves, António Rôla de Carvalho André, António Pereira Ribeiro, Luís Joaquim do Couto, Henrique da Fonseca Pereira, José António Teixeira, Álvaro Vizeu e João Lapinha.

Guarda-freios de 2.^a classe: Manuel da Costa, José Bento, Domingos Taborda, Anselmo dos Santos Leitão, António Maria de Almeida, Miguel da Silva Mansidão, António Ferreira Pinto, Fernando Luiz de Lima, Manuel Martins, Custódio Valente e António Pereira de Brito.

Revisor principal: António Augusto de Moura.

Capataz de 2.^a classe: Carlos Firmino Infante.

Agulheiros de 2.^a classe: Joaquim José Passaro e Bernardino José Agatão.

Agulheiros de 3.^a classe: Constantino Luís Fernandes, João Lopes Pancas, António Garizo, António Fremilde, Albino Duque, António Rôlo, Acácio Maria Lopes, Manuel Faria, José Francisco de Almeida, Domingos Jerónimo e José Nobre Júnior.

MATERIAL E TRACÇÃO

Revisor-electricista de 1.^a classe: Artur Carrilho.

Capatazes: Manuel Ribeiro, António da Silva Barbosa, António Pinto, António dos Santos, Joaquim d'Almeida Teixeira.

VIA E OBRAS

Chefe de escritório de 3.^a classe: António Alberto Machado.

Chefe de lanço de 2.^a classe: Abílio Martins.

Mudanças de categoria

EXPLORAÇÃO

Para:

Empregado de 3.^a classe: o Fogueiro de 2.^a classe, Joaquim Marques Andrade.

Guarda de estação: o Agulheiro de 3.^a classe, António Mendes.

Carregadores: o Servente de estação, Francisco

dos Reis Medina e o Servente de dormitório de trens, Joaquim Augusto Amaral.

Serventes de estação: o Servente de escritório, Amadeu Antunes de Castro e o Carregador, Manuel dos Santos.

MATERIAL E TRACÇÃO

Para:

Guarda: o Limpador, João Fernandes de Almeida.

VIA E OBRAS

Para:

Encarregado de Obras: o Carpinteiro do quadro na situação de adido, José Romão de Brito.

Reformas

Em Julho

EXPLORAÇÃO

Vitaliano Augusto da Silva Ferreira, Chefe de 1.^a classe, de Pampilhosa.

Álvaro Gabriel Marques, Chefe de 2.^a classe, de Régua.

José Pais, Factor de 1.^a classe, de Lisboa R.

Augusto Carlos de Abreu Rodrigues, Factor de 2.^a classe, de Lisboa P.

Joaquim Lopes, Conferente, de Lisboa P.

Palmira Viana Garcia, Bilheteira de 2.^a classe, de Lisboa R.

Albino José, Agulheiro de 1.^a classe, de Casa Branca.

José Maria Combo, Agulheiro de 3.^a classe, de Alfaiates.

Laurindo da Silva, Engatador, de Contumil.

Serafim Monteiro, Carregador, de Gaia.

Manuel Pires Couceiro, Carregador, de Alfaiates.

SERVIÇO DE SAÚDE E DE HIGIENE

Dr. Fernando da Silva Correia, Médico da 23.^a Secção e Assistência das Caldas da Rainha

MATERIAL E TRACÇÃO

Joaquim José, Maquinista de 2.^a classe.

Albano Augusto, Fogueiro de 1.^a classe.

VIA E OBRAS

Manuel Gonçalves, Chefe do distrito 60, Formosa-lha.

António dos Santos, Chefe do distrito 141, Coimbra.

José dos Santos, Assentador do distrito 4, Póvoa.

José Cabrita, Assentador do distrito 247, Alvor.

Francisco Gaspar, Assentador do distrito 1/13.^a, Évora.

Augusto Lopes, Guarda de P. N. do distrito 81, Valadares.

Demissões

SECRETARIA DA DIRECÇÃO GERAL

Empregado de 3.^a classe: Feliciano Pereira Valentim, a seu pedido.

SERVIÇO DE SAÚDE E DE HIGIENE

Médico da 43.^a Secção: Dr. José Silvério Campos Henriques Salgado de Andrade, a seu pedido.

Falecimentos

Em Julho

SERVIÇO DE SAÚDE E DE HIGIENE

† *Prof. Angelo da Fonseca*, Médico especialista de urologia, de Coimbra.

Admitido como Médico da 9.^a Secção em 6 de Junho de 1917, passando a Médico especialista em 10 de Abril de 1928.

EXPLORAÇÃO

† *Alfredo José Gaspar*, Capataz Geral de 2.^a classe, de Barreiro.

Admitido como Carregador auxiliar em 12 de Agosto de 1912, foi nomeado efectivo em 13 de Outubro de 1916 e finalmente passado a Capataz geral de 2.^a classe em 1 de Janeiro de 1928.

† *José Vieira*, Revisor de 3.^a classe, de Campanhã. Admitido como Carregador em 21 de Dezembro de 1922, foi nomeado Guarda-freios de 3.^a classe em

1 de Fevereiro de 1926 e finalmente Revisor de 3.^a classe em 1 de Abril de 1938.

† *Júlio Monteiro*, Agulheiro de 2.^a classe, de Campanhã.

Admitido como Carregador eventual em 13 de Março de 1912, foi nomeado efectivo em 20 de Março de 1915, Agulheiro de 3.^a classe em 30 de Janeiro de 1925 e finalmente Agulheiro de 2.^a classe em 21 de Outubro de 1929.

† *Manuel Pires*, Carregador de Lisboa Jardim. Admitido como Carregador auxiliar em 1 de Junho de 1921, foi nomeado efectivo em 1 de Julho de 1927.

MATERIAL E TRACÇÃO

† *Artur Rosa*, Limpador, do Depósito de Gaia. Admitido em 29 de Novembro de 1926 como Limpador suplementar, ingressou no quadro em 1 de Abril de 1928, com a mesma categoria.

VIA E OBRAS

† *António de Sousa Ramos*, Assentador do distrito 226, Funcheira.

Admitido como Assentador em 13 de Setembro de 1919.

† *Luís Roque Nunes*, Assentador do distrito 60, Formoselha.

Admitido como Assentador em 21 de Março de 1913.

† *António Jacinto*, Guarda de P. N. do distrito 84, Campolide.

Admitido como Guarda de P. N. em 21 de Agosto de 1910.



† José Vieira
Revisor de 3.^a classe



† Júlio Monteiro
Agulheiro de 2.^a classe



† Artur Rosa
Limpador



† António Jacinto
Guarda de P. N.

— Isso que tem, se o «Sud» anda a 61^{km},8 à hora? Chego lá a tempo.

— Pode ser, se o 18 não fizer os 38^{km},2 da tabela — rematou o Santos.

Qual dos maquinistas tinha razão? Em que ponto cruzavam os comboios?

* * *

A caixa de pó de arroz

(Problema)

4 — D. Virginia de Oliveira e Silva Ferreira comprou, na Baixa, por três escudos e cinquenta centavos, uma caixa com pó de arroz, mas ficou muito admirada porque o caixeiro lhe dissera que o pó custava mais dois escudos do que a caixa.

Como ficou indecisa quanto ao custo da caixa, lembrou-se de consultar o *Boletim*.

Pois pergunte à vontade que o *Boletim* presta todos os esclarecimentos. A resposta, porém, está tão à vista que até a pequena «Ruth» responderia.

Em todo o caso vamos lá a vêr o que dizem os nossos leitores.

* * *

Aumentativas: 5 — O que não se vê com binóculo não se «enxerga» a olho nú — 3.

*

6 — Cavar é, sem dúvida, um modo de vida, para quem do alvião faz ganha-pão — 3.

7 — Palavra que não ofende não dá origem a pancada — 3.

*

8 — Obra que nasce imperfeita só no inferno se endireita — 3.

*

9 — Pessoa apanhada de surpresa não tem precisão na defesa — 3.

*

10 — Há quem prove e julga que não erra, que é do concerto da paz que nasce a guerra — 3.

*

11 — Fala com doçura e sem vaidade se queres a mudança da tua personalidade — 3.

*

12 — A preguiça, inimiga do trabalho, traz consigo o aborrecimento da vida — 3.

*

13 — Pessoa mal disposta e sem acção não tem vocação — 3.

*

14 — Se a terra estivesse igualmente repartida pelas nações, não teria havido nem havia tanto derramamento de sangue — 3.

Tabela de preços dos Armazens de Víveres, durante o mês de Setembro de 1942

Géneros	Preços	Géneros	Preços	Géneros	Preços
Arroz Nacional Gigante 1. ^a kg.	3\$00	Cebolas	kg. variável	Presunto	kg. 19\$00
» » » 2. ^a »	2\$80	Chouriço de carne	» 19\$00	Petróleo—Em Lisboa....	lit. 2\$20
» » B.	2\$70	Farinha de trigo	» 2\$30	Queijo da serra	kg. 22\$00
Açúcar de 1. ^a	» 4\$50	Farinheiras	» 13\$80	Sabão amêndoa	» 1\$30
» » 2. ^a	» 4\$35	Feijão branco	lit. 2\$65	» offenbach	» 2\$80
» pilé	» 4\$65	» frade..lit. 1\$65 2\$00 e	2\$40	Sal	lit. \$40
Azeite extra	lit. 7\$40	» manteiga	lit. 2\$65	Sêmea	kg. \$90
» fino	» 7\$00	» avinhado	» 2\$65	Toucinho	» variável
Bacalhau Inglês	kg. variável	» S. Catarina	» 2\$65	Vinagre	lit. 2\$30
» Nacional	» »	Lenha	kg. \$25	Vinho branco {Campanhã »	2\$50
» Islândia	» »	Manteiga	» 21\$50	» {Rest. Armaz. »	2\$40
Batata	» »	Massas	» 4\$30	Vinho {Gaia e Campanhã. »	2\$50
Carvão sóbro—Em Lisboa »	\$70	Milho	lit. 1\$30	tinto {Rest. Armazens... »	2\$40
» » —Rest. Armazens »	\$70	Ovos	dúz. variável		

Os preços dos géneros sujeitos a imposto são acrescidos desse imposto.

Estes preços estão sujeitos a alterações, para mais ou para menos, conforme as oscilações do mercado.

Além dos géneros acima citados, os Armazens de Viveres têm à venda tudo o que costuma haver nos estabelecimentos congêneres, e também tecidos de algodão, malhas, atalhados, fazendas para fato, calçado e louça de ferro esmaltado, tudo por preços inferiores aos do mercado.

Quem for económico deverá abastecer-se nos Armazens de Viveres, com o que contribuirá, também, para a prosperidade da sua Caixa de Reformas, que representa o futuro de todo o funcionario ferroviário.

O *Boletim da C. P.* tem normalmente 20 páginas, seguindo a numeração de Janeiro a Dezembro. Os 12 números formam um volume com índice próprio. Os números deste *Boletim* não se vendem avulso.

Os agentes que queiram receber individualmente o *Boletim* deverão contribuir com a importância anual de 12\$00, a descontar mensalmente, receita que constituirá um fundo destinado a prémios a conceder aos contribuintes, por meio de concursos, e ainda a melhoramentos no *Boletim*.

Os pedidos devem ser transmitidos, por via hierárquica, à Secretaria da Direcção (*Boletim da C. P.*).