



Doreense *em Revista*

Revista mensal do Clube Recreativo Dores | Outubro de 2019 | Ed. 160 | Santa Maria | RS

É PRIMAVERA NO CLUBE DORES!

NA ESTAÇÃO DAS
FLORES, O TRABALHO EM
MEIO AMBIENTE VIGORA

ESPECIAL SEMANA FARROUPILHA

NOVOS GINÁSIOS INAUGURADOS





Cartão Poupança Sicredi



Aceito em qualquer maquininha



sicrediregioacentro.coop.br

SAC Sicredi - 0800 724 7220
Deficientes Auditivos ou de Fala - 0800 724 0525.
Ouvidoria Sicredi - 0800 646 2519.





PRESIDENTE

ORGULHO POR MAIS UMA CONQUISTA

Mês de setembro foi só alegria, ao presenciarmos os acontecimentos com a realização e entrega do segundo maior empreendimento construído na sede campestre, que são os dois ginásios de tênis e padel inaugurados no dia doze de setembro. Presença maciça dos nossos Conselheiros, Diretoria Executiva, Fiscal, bem como funcionários e fornecedores. Registramos a presença a Sra Maria Conceição Nogueira Pires, Presidente do Sindicato dos Clubes do Rs, que no ato representou o Sr Arialdo Boscolo, Presidente da Fenaclubes .

Estamos muito felizes e orgulhosos por esta conquista, em poder oferecer aos nossos associados mais opção de esporte e lazer em um só lugar. Sendo assim, podemos afirmar que são dois ginásios sem similares no Rio Grande do Sul. Tudo dentro das normas técnicas e dimensões oficiais para receber competições esportivas nacionais e internacionais. Com certeza, o Clube Recreativo Dores e a nossa Sede campestre são referencias em atividades esportivas e lazer.

Quero em primeira mão, informar que o sucesso está tão grande que na modalidade do Padel superou as nossas expectativas, e anunciar que estamos ampliando para disponibilizar mais duas quadras aos nossos associados. Mas não paramos aí. Já estamos trabalhando, junto com a Comissão de Obras, em novos projetos, os quais estaremos divulgando oportunamente, para serem implementados.

A semana Farroupilha, como já é tradicional no nosso clube, movimentou e levou um grande publico a prestigiar a sua intensa programação que encerrou com um belíssimo desfile em comemoração ao dia do Gaúcho. Parabéns ao DT e toda patronagem .

Nos dias 20 a 22 de setembro nosso clube foi sede do 4º Campeonato Estadual de Bolão série ouro Master Masculino de bola 23. Participaram dezenove equipes de diversas cidades do RS. Ao final da competição, a equipe do Clube Dores sagrou-se Campeã. Parabéns à equipe, atletas e comissão técnica por mais esta conquista. Simultaneamente realizou-se o 1º Torneio de Trios de Bocha com participação de 28 trios. A equipe do nosso Clube sagrou-se campeã ao vencer a final com Dom Pedrito. Parabéns aos Bochófilos e à comissão técnica. Ainda nos esportes, as equipes de veteranos venceram na competição, dando mais um passo para as finais. Como podemos ver, é o Clube Recreativo Dores em movimento nos mais diversos setores esportivos.

Ao encerrar, peço à Nossa Senhora das Dores- nossa padroeira e à Mãe Rainha e Vencedora Três Vezes Admirável de Shoenstatt que abençoe as dependências do nosso clube e todos que participarem das diversas atividades oferecidas. E que possamos viver muitos momentos de alegria, lazer junto aos nossos familiares e amigos.



CLEBER RUVIARO

Presidente
Clube Recreativo Dores



Capa: **Guilherme Benaduce e Magali Etges Rodrigues**
Foto: **Elton Penna**

Ao enviar sua foto, o associado está autorizando o Clube a usá-la em suas publicações.

Você não está recebendo sua revista com regularidade? Mudou de endereço? Entre em contato com o a secretaria pelo e-mail secretaria@clubedores.com.br ou pelo fone (55) 2103 2800 para saber o motivo do atraso ou renovar seu cadastro

Contatos:

www.clubedores.com.br

Sede Social: Rua Bento Gonçalves, 400
Bairro Nº Sra das Dores-CEP: 97050-090
Santa Maria/RS
Fone: (55) 2103.2828
Fax: (55) 2103.2801

Sede Campestre
Rua César Trevisan, 1400

Administradores
Geral: **Carlos A.C. Londero**
Secretaria: **Ildomar Miguel Pasa**
Obras: **Lamartine Souza Filho**

Supervisores
Sede Campestre: **Marcos Maciel**
Sede Central: **Gelson Della Mía**

revista@clubedores.com.br
visual@clubedores.com.br
2103-2818

biblioteca@clubedores.com.br
2103-2810

compras@clubedores.com.br
2103-2812

doritos@clubedores.com.br
2103-2825

esportes@clubedores.com.br
2103-2830

eventos@clubedores.com.br
2103-2835

secretaria@clubedores.com.br
2103-2800

dp@clubedores.com.br
2103-2840

Gerentes da Sede Central

Eventos: **Lisiane M. Rossato Dalcin**
Recursos Humanos: **Elisandra Carvalho**
Financeiro: **Andressa Daiane dos Santos**
Compras: **Júlio César de Oliveira**
Esportes: **Adriana Corrêa**
Academia: **Paulo Bisogno**
Diretora Esc. Educ. Infantil: **Marilene Moraes**
Limpeza/Central: **Andrea Stoever**
Piscinas/Central: **Luis André Rodrigues**
Recreação e Lazer: **Eliana Venturini Arosemena**

Gerentes da Sede Campestre

Parque Aquático/Campestre: **Alfredo de Souza Ribeiro**
Central Serviço/Campestre: **Irio Figueiredo**
Portaria/Campestre: **Paula Tatiane Diaz**
Obras: **Querivelto Francisco dos Reis**
Manutenção: **Elton Penna**

Expediente:

Edição 159. Ano 15 - Setembro 2019
Dorenses em Revista
Órgão Informativo Clube Recreativo Dores

Comissão Editorial

Jornalista responsável: **Guilherme Benaduce Mtb 18310**
revista@clubedores.com.br
Jornalista e gestor de mídias eletrônicas: **Bruno Mello Mtb 17741**
digital@clubedores.com.br
Progr. Visual e Projeto Gráfico: **Magali Etges Rodrigues**
visual@clubedores.com.br
Estagiária em Jornalismo: **Bibiana Rigão**

Coordenação: **Carlos Alberto C. Londero**
Colaboração: **Ildomar Pasa**
Revisão Final: **Alfran Caputi**
Fotógrafo: **Fernando Camargo Mtb 1204**
Tiragem: 17.000 mil exemplares
Impressão: **Gráfica e Editora Pallotti**

EDIÇÃO 160

- 08 **PRÊMIO EVANDRO BEHR: CLUBE SEDIA 'OSCAR DA CULTURA' DE SANTA MARIA**
- 40 **CIPA: O QUE SÃO MAPAS DE RISCO? SAIBA O QUE SÃO E COMO FUNCIONAM**
- 41 **ASSOCIADO QUER SABER: ÁREAS DE ESTACIONAMENTO PARA IDOSOS**
- 52 **1ª COPA DORENSE DE BOCHA: CLUBE SEDIA E VENCE TORNEIO**
- 62 **CITADINO DE VOLEIBOL: SÉRIES OURO E PRATA DA COMPETIÇÃO SÃO NO DORES**



16

INAUGURAÇÃO DOS GINÁSIOS

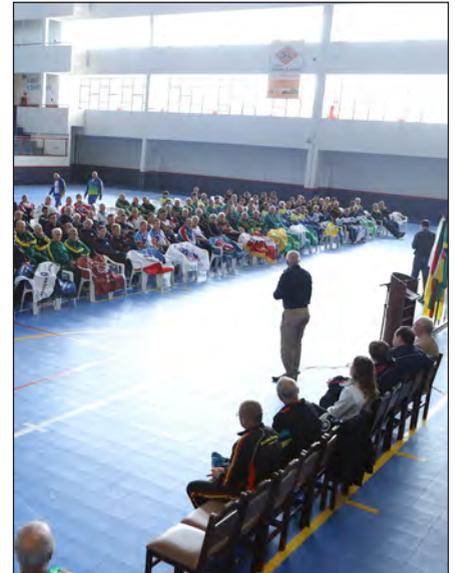
Em uma cerimônia que contou com a presença de autoridades nacionais, foram inaugurados os Ginásios de Tênis e de Pádel da Sede Campestre.

28

SEMANA FARROUPILHA

Os festejos da Guerra dos Farrapos renderam uma semana repleta de atividades no Departamento Tradicionalista Querência das Dores.

56

ESTADUAL DE BOLÃO

Bolonistas de todo o estado reuniram-se nas pranchas do Clube Dores para uma grande festa do esporte e da amizade.

38

**PRIMAVERA NO
CLUBE DORES**

O Departamento de Meio Ambiente trabalha o ano todo para manter o Clube verdejante. Na primavera, a natureza retribui e floresce, Confira a galeria de fotos!

DIRETORIA



PATRONO DO CLUBE - CELESTINO DA CÁS

DIRETORIA EXECUTIVA 2018/2020:

PRESIDENTE - CLEBER RUVIARO

VICE-PRESIDENTE - CAMILO CERVO

VICE-PRESIDENTES/DEPARTAMENTOS:

BOCHA - GILMAR CRUZ ARRUDA

BOLÃO - CARLOS EDUARDO DA CAS

CULTURA - ALFRAN LUIZ M. CAPUTI

FINANÇAS - FRANCISCO BARACCHINI HUBNER

JURÍDICO - MARCELO CARLOS ZAMPIERI

MEIO AMBIENTE - GUIDO ZANATTA

PATR. E CONSTRUÇÃO - OLAVO LUIZ M. ANTONIAZZI

RECREAÇÃO/LAZER - NILTON FABBRIN

SECRETARIA - GIULIANO JOSÉ FORGIARINI

SOCIAL - ADÃO JOSÉ FIGHERA

TÊNIS - RICARDO LUIZ P. DAL PONTE

TRADICIONALISMO - ZENO JOSÉ F. DE SOUZA

ASSESSORES DA PRESIDÊNCIA

FUTEBOL - WORNEY DELLANI MENDONÇA

OUTROS ESPORTES - ALFRAN LUIZ M. CAPUTI

ASSESSORES DAS VICE-PRESIDÊNCIAS

BOCHA - ARIOLI TONIOLO RIGHI

JURÍDICO - LUCIANO DA CAS SIMA

RECREAÇÃO E LAZER - ONEIDE SERRO

SECRETARIA - EDUARDO ROSA BIACCHI

SOCIAL - TIAGO GAY LIMA

TRADICIONALISMO - PAULO ROBERTO BOMICIELI

PAT. E CONSTRUÇÃO - CARLOS MEDEIROS DE FARIAS

COORDENADORES:

CANASTRA - ROBERTO LENCINA GALARÇA

SAUNA - CLÊNIO COMIN LONDERO

SINUÇA - JOSÉ HAMILTON GUEDES

VÔLEI - SIMONE POZZOBON DA SILVA

PISCINAS - RAUL FABBRIN

PADEL - GUSTAVO CERVO

FUTEBOL DE CAMPO - JOSÉ ADELAR TAMBARA

FUTEBOL SETE - ROGÉRIO FERIGOLLO

FUTSAL - TIAGO LIMA

COLABORADORES DE DEPARTAMENTOS

VÔLEI - KATIA TEIXEIRA MEZADRI - VINÍCIOS CASAROTTO MATTNER

FUTEBOL DE CAMPO - ROGÉRIO FERIGOLLO - GUSTAVO TOCHETTO -

RODRIGO FONTOURA - LUCIANO PEREIRA | JOSÉ ANTONIO MEDEIROS

- AIRTON ALEGRANCI | ARTHUR FARION - ERIVELTO RODRIGUES |

EDUARDO BARRICHELLO | GENTIL DA ROSA - NERI RODRIGUES DE

SOUZA

FUTEBOL SETE: GIOVANI MARTINI

FUTSAL - ERLON CERVO E UMBERTO PEREIRA DE LIMA

PADEL - CAUÉ MELLO

SOCIAL - OVANIR JOSÉ NEGRINI E GISELE FARIAS NEGRINI | GUILHERME

COLVERO DA CUNHA E ANNE EYRE SISTO CALDAS | GELSON DE

PELEGRINI DELLA MEA E CHRISTIANE ARRUA MARIN |

LUIZ ANTONIO LAUTER DE OLIVEIRA E MARTA HELENA MORO MIOLO

TRADICIONALISMO - MARINO TEX VASCONCELLOS

CONSELHO DELIBERATIVO 2017/2019:

PRESIDENTE: VALNEI VIEIRA

VICE-PRESIDENTE: JULIO CEZAR COPETTI

1º SECRETÁRIO: GERSON TASCHETTO

2º SECRETÁRIO: MICHEL BALCONI BEVILAQUA

ASSESSOR JURÍDICO: RÉGIS POZZOBON

MEMBROS NATOS:

Ademir Antonio Pozzobon - Celestino Da Cas - Pedro Mezzomo

CONSELHEIROS ELEITOS: Adão Jose Figuera; Adir Jesus dos Santos Ribeiro; Adir Parzianello; Alberi Vargas; Alfran Luiz Mendonça Caputi; Amauri José Londero; Antonio Roberto Bisogno; Arcangelo Luiz Da Cas; Ari Carlos Da Cas; Ary Forgiarini; Auri Machado de Oliveira; Camilo Cervo; Carlos Alberto C. Londero; Carlos Alberto Rigo; Carlos Eduardo Da Cas; Carlos Sergio Silva Lima; Cezar Augusto Copetti; Cezar Domingos Trevisan; Claudemir da Costa Silveira; Cláudio Emanuel; Cleber Ruviano; Clenio Comin Londero; Daniel Streher Pedroso; Edevar da Silva; Eduardo Rosa Biacchi; Elcio Antonio Maffini; Elio Jorge Pozzobon; Ênio Angelo Dotto; Erlon Cervo; Erni Jose Milani; Fabian Luiz Alves Da Cas; Fabricio Batistin Zanatta; Felipe Richter Londero; Fernando Frizzo; Fernando Zamberlan da Silva; Francisco Barracchini Hubner; Francisco Luiz Bianchin; Gerson Taschetto; Gilberto Luiz P. Dal Ponte; Gilberto Vasconcellos Silva; Gildo Refosco; Gilmar Cruz Arruda; Gilson Alberto Da Cas; Girnei Roberto Da Cas; Giuliano José Forgiarini; Gregório Tadeu R. Gavião; Guido Zanatta; Homero Lima Menezes Junior; Ildomar Miguel Pasa; Ilídio Antônio Biacchi; Irio De Paula Figueiredo; Ivo Felin Londero; Jaci Jerônimo Da Cas; Jaime Thomas; João Alberto Sangoi; João David Felin; João Mariano Rossato; Jonas Roberto de L. Meneghini; Jorge Adão da Costa; Jorge Caffarate Ardais; Jose Celestino M. Antoniazzi; José Dinarte Buzzatte; José Ery Camargo; José Francisco Silva Dias; Jose Hamilton Guedes; Jose Luis Stein; José Mariano Ravello; Julio Cezar Copetti; Luciano Da Cas Sima; Luciano Vlademir De A Rocha; Luis Gustavo M. Antoniazzi; Luiz Carlos Da Cas; Luiz Fernando M. Camargo; Marcelo Carlos Zampieri; Marco Antonio Ravello; Mario Augusto B. Antoniazzi; Mario Augusto S. Ravello; Máximo José Trevisan; Michel Balconi Bevilaqua; Milton José Brondani; Mulford Moreira dos Santos; Natalicio Luiz Antonello; Nelci Vicente Da Cas; Nelson Ferreira Vitalis; Nilton Fabbrin; Nilton Rocha Martins; Olavo Luiz M. Antoniazzi; Ovanir Jose Negrini; Paulo Norberto Brandt; Paulo Roberto C. Bomicielli; Pedro Leonel F. Da Costa; Raul Fabrin; Régis Pozzobon; Ricardo Luiz P. Dal Ponte; Rodrigo Maurer Da Silva; Rodrigo Olmedo Ribas; Ronaldo Pozzobon; Sandra Appel Forgiarini; Sergio Albino Beltrame; Sergio Antonio Da Cas; Sérgio Iran Pomnitz; Sergio R. Severo De Medeiros; Tiago Gay De Lima; Valcir José Forgiarini; Valnei Beltrame; Valnei Vieira; Vergilio M. Da Cas Neto; Victor Hugo Da Cas; Wilson Marcimino Serro; Wladimir Francisco B. Comassetto; Zeno José F. De Souza.

PATRÃO DE HONRA TRADICIONALISMO - DOMINGOS DA CÁS

CONSELHO FISCAL 2018/2020:

PRESIDENTE - CARLOS SÉRGIO SILVA LIMA

VICE-PRESIDENTE - CEZAR DOMINGOS TREVISAN

SECRETÁRIO - CLAUDEMIR DA COSTA SILVEIRA

EFETIVOS - JOÃO DAVID FELIN, JOÃO MARIANO ROSSATO,

EDEVAR DA SILVA E NILTON ROCHA MARTINS

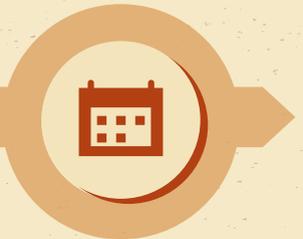


CIRCUITO OPEN NACIONAL KARATE



16 NOVEMBRO | SANTA MARIA - RS

AGENDE-SE



OUTUBRO

- 05 SÁBADO | JANTAR INFANTIL #PARTIUDORES | SALÃO NOBRE | 19h30
- 11 SEXTA | EVENTUALMENTE NA SEXTA | SALÃO NOBRE | 21h
- 12 SÁBADO | ETAPA DA LIGA GAÚCHA DE VOLEIBOL | GINÁSIO
- 26 SÁBADO | BAILE DE DEBUTANTES | SALÃO NOBRE | 23h

NOVEMBRO

- 09 SÁBADO | PRÉ-ESTREIA GRUPO ADULTO - DT | SALÃO NOBRE | 21h
- 9 E 10 SÁBADO E DOMINGO | TODO O DIA - 14.º CAMPEONATO DORES PAMPEIRO DE FUTSAL- BASE | GINÁSIO
- 16 SÁBADO | OPEN DE KARATÊ | GINÁSIO | 21h
- 22 SEXTA | EVENTUALMENTE NA SEXTA | SALÃO NOBRE | 21h
- 22 E 23 SEXTA E SÁBADO | ESPETÁCULO DE DANÇA | GINÁSIO

DEZEMBRO

- 05 QUINTA | FORMATURA E ENCERRAMENTO DE ATIVIDADES DA ESCOLA DORITOS | 19h
- 13 SEXTA | EVENTUALMENTE NA SEXTA | SALÃO NOBRE
- 14 SÁBADO | COQUETEL BAILE DA MEDICINA | SALÃO NOBRE | 22h
- 31 TERÇA | JANTAR PAIS E FILHOS DE REVEILLON 2020 | SALÃO QUERÊNCIA | 21h





DORES: SEDE DO OSCAR DA CULTURA

Há 30 anos, o executivo santamariense era chefiado pelo engenheiro **Evandro Cloacir Behr**. Entre seus projetos, idealizou o que chamou de "Oscar da Cultura", um prêmio anual para os destaques da cultura local. Passadas três décadas, o sonho do antigo prefeito foi trazido à realidade em forma de uma grande homenagem.

A primeira edição do Prêmio Evandro Behr foi realizada na noite de 31 de agosto, no Salão Nobre do Clube Recreativo Dores. Parte das festividades do Mês da Cultura da cidade, o Oscar da Cultura premiou 50 personalidades em um suntuoso jantar.

A organizadora da premiação foi a ex-secretária de Cultura do Município e produtora cultural **Iara Druzian**. Amiga próxima do homenageado, ela conta que tudo o que foi realizado em termos

de cultura na cidade bebe um pouco na fonte dos sonhos e realizações de Evandro. *"Ele dizia que, se Santa Maria fosse se destacar na região, que seria através da cultura"*, recorda.

Conforme Iara Druzian, Evandro Behr falava sempre em realizar o "Oscar da Cultura" com um grande tapete vermelho. Somando isso à sua proximidade com o Clube Dores e a grande amizade nutrida entre o homenageado e os presidentes dorenses de sua época, **Celestino Da Cás** e **Ademir Pozzobon**, a escolha de um local foi óbvia.

UMA NOITE PARA EXALTAR AS ARTES

Na emocionante noite do Prêmio Evandro Behr, o Salão Nobre foi lotado por figuras proeminentes no cenário cultural de Santa Maria. Para recebê-los,

Abaixo, o troféu criado para a premiação pelo artista plástico e professor Juan Amoretti. Acima, no destaque, ex-secretária de cultura e produtora do evento, Iara Druzian, realiza um emocionado discurso no Salão Nobre do Clube Dores.



O Homenageado

Evandro Behr foi prefeito de Santa Maria entre os anos de 1989 e 1992. Neste período, consolidou um legado no patrimônio cultural do município, com a criação da Secretaria Municipal de Cultura, do Museu de Arte, da Biblioteca Pública Municipal e a Reforma do Theatro Treze de Maio, bem como o incentivo às escolas de samba e à 13ª RT, cedendo áreas do município para as sedes.

fizeram-se presentes os casais presidente Executivo do Clube Dores, **Ana e Cleber Ruviano**, e vice-presidente Social, **Ceição e Adão José Fighera**.

Sem deixar nenhuma manifestação de lado, os convidados foram agraciados com a arte regional desde bateria de escola de samba até o quarteto de cordas da Orquestra Sinfônica de Santa Maria. De acordo com a organização, o objetivo era mostrar a diversidade de iniciativas culturais na cidade e a importância de cada uma delas.

Com excelente repercussão e crítica, a primeira edição do Prêmio Evandro Behr encerrou com emoção por parte dos familiares do ex-prefeito. *“A família sentiu-se feliz e honrada com todo processo e homenagem que foi feita”*, atestou Iara Druzian.

Com o sucesso da premiação, a segunda edição do evento já ganhou data. Será realizada no dia 15 de agosto de 2020, também no Salão Nobre dorense. *“Estou muito agradecida ao Clube Dores, que comprou a ideia e apostou na iniciativa”*, concluiu a organizadora.



Acima, os representantes da diretoria dorense no 1º Prêmio Evandro Behr. À esquerda, Ceição e Adão José Fighera, casal vice-presidente Social. À direita, Ana e Cleber Ruviano, casal presidente Executivo. Ao lado, o presidente dorense entrega um dos troféus da noite.



gpsnet.com.br

PLANOS DE ATÉ

100 Mb

Internet sem limites
para um mundo sem fronteiras

A INTERNET DOS GAÚCHOS É 100% FIBRA ÓPTICA ATÉ SUA CASA.

INTERNET
MAIS
VELOZ

SINAL
MAIS
ESTÁVEL

SUPOORTE
TÉCNICO
LOCAL E 0800



Assine já **0800 645 4200**



fb/GPSNetProvedor



instagram.com/gpsnet

gpsnet
INTERNET DOS GAÚCHOS



No dia 3 de agosto, o Departamento Social do Clube Recreativo Dores realizou o primeiro grande evento do segundo semestre do calendário 2019. O Jantar A Gosto é uma oportunidade imperdível para aqueles que amam a gastronomia italiana, um ambiente acolhedor ou mesmo que desejam aproveitar uma noite agradável ao lado de seu companheiro ou companheira de vida e entre amigos.

A recepção dos convidados no Salão Nobre ficou por conta das Rainhas de Festas adulta, **Isadora Fabbrin**, e infantil, **Bibiana Cardoso**. Depois de saudados pelas belas soberanas, os convidados seguiam para suas mesas acompanhados dos anfitriões

da noite: **Adriana e Nilton Fabbrin, Ana Paula e Deroni Campos, Ceiga e Adão Figuera, Gisele e Ovanir Negrini, Marta Miolo e Luis Antonio de Oliveira e Valéria e Valdenir Machado.**

Durante a noite, os convidados puderam desfrutar de uma degustação de vinhos, oferecida pela vinícola Casa Perini. O jantar, com pratos típicos da culinária de imigração italiana, foi servido por Da Cás Eventos.

Ao longo de todo o evento, a ambientação musical foi comandada por Druzian Sonorizações. Já no momento final, os convidados dançaram ao som de música ao vivo com Ricardo Barros e Banda.



Ao lado, as Rainhas de Festas infantil, **Bibiana Saccol Cardoso**, e adulta, **Isadora Corrêa Fabbrin**, posam junto ao casal presidente Executivo do Clube Dores, **Ana e Cleber Ruviano**.



EVENTUALMENTE... NA SEXTA

21h

SALÃO NOBRE

OUTUBRO

11/10

SALÃO NOBRE

NOVEMBRO

22/11

ASSOCIADO EM DIA COM O CLUBE
TEM ENTRADA FRANCA MEDIANTE
APRESENTAÇÃO DA CARTEIRA SOCIAL.

NÃO-ASSOCIADOS ADQUIREM INGRESSO NA
HORA DO EVENTO, PELO VALOR DE R\$20,00

CLASSIFICAÇÃO:
18 ANOS



DEBUTANTES DOREENSES

2019

26

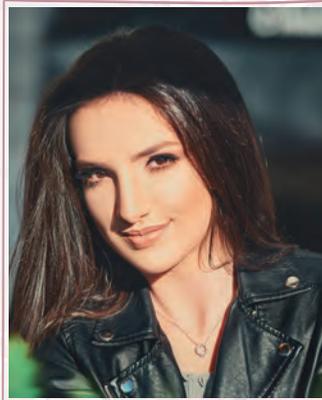
OUTUBRO

A Diretoria Social do **Clube Dores** e sua Rainha de Festas, **Isadora Corrêa Fabbrin**, juntamente com as 21 debutantes 2019, convidam para esta grande festa.





JULIA STAFFORD
FILHA DE JULIANA RIBEIRO STAFFORD
E LUCAS MACHADO DE SOUZA



GABRIELLA RUVIARO DE LIMA
FILHA DE CLEBIANA RUVIARO DE LIMA
E TIAGO GAY DE LIMA



ANA MARIA DE MELLO NORBERTO DUARTE
FILHA DE LILIANE ESPINOSA DE MELLO NORBERTO
DUARTE E ÁUREO FELIPE NORBERTO DUARTE



CLARA JOBIM HOLLERBACH
FILHA DE CRISTINA MUNARSKI JOBIM HOLLERBACH
E ROGÉRIO SILVA HOLLERBACH



LUISA DOS SANTOS MILITZ
FILHA DE SANDRA TEREZINHA DOS SANTOS MILITZ
E ADRIANO DE OLIVEIRA MILITZ



EVELYN DE BRITO LIMA
FILHA DE EDJANE MARIA BARBOSA DE BRITO
E ELIASAFE DE SOUZA LIMA



AMANDA CABREIRA NAJAR
FILHA DE ANDREA CABREIRA
E RICARDO MELLO NAJAR



SUELEN BIANCHINI BERTOLO
FILHA DE SIMONE BIANCHINI BERTOLO
E VLADEMIR TEIXEIRA BERTOLO



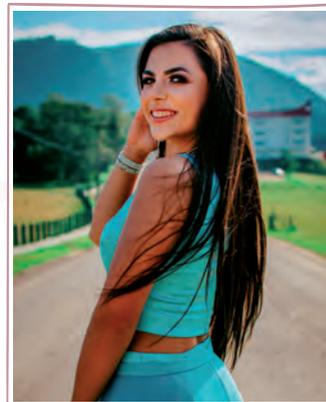
GABRIELE NICOLE KRONBAUER
FILHA DE NILSE HEDWIGES KRONBAUER
E DELMIR KESSLER KRONBAUER



JOANNA BORBA MORAES
FILHA DE LEILAMAR BORBA
E MARION BATISTA MORAES



IZABELA CORREA FORTES VARGAS
FILHA DE CLARISSA CORREA FORTES
E UBIRAJARA PETRI DOS SANTOS



LAURA CÁCERES SACARDI
FILHA DE LAURA CÁCERES SACARDI
E JOSÉ VALMIR SACARDI



JULIA VIEIRA DA TRINDADE
FILHA DE JUCELE VIEIRA
E ADRIANO DOS SANTOS DA TRINDADE



MARIA RITHA CARDOSO
FILHA DE ROSANE MARIA FLORES CARDOSO
E EZEQUIEL DA SILVA (PADRASTO)



ANITA MONTEIRO
FILHA DE SABRINA MONTEIRO DA ROCHA
E DANIEL RODRIGUES DA SILVA



BIANCA CARABAJAL DE AZEREDO
FILHA DE DAIANE CARABAJAL MACHADO
E CLAUDIO SILVEIRA DE AZEREDO



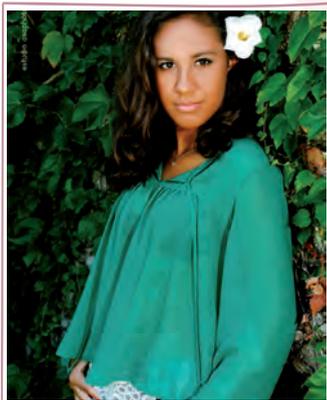
KELLYN DALMASO KOHLER
FILHA DE ROBERTA FORTES DALMASO
E FABIANO DUTRA KOHLER



YASMIN POLLONI DA COSTA
FILHA DE FRANIELE POLLONI
E JOÃO FRANCISCO DA COSTA



ELIZA COLLARES DE AGUIAR E SOUSA
FILHA DE ANDREA COLLARES DE AGUIAR E SOUSA
E HIRAM NEVES DE AGUIAR E SOUSA



ANA LAURA SARZI SARTORI PELLENZ
FILHA DE ADRIANE SARZI SARTORI
E JORGE HUMBERTO AJALLA PELLENZ



ERICA TRONCO DO CANTO
FILHA DE CLAUDIA ALVES TRONCO
E ROJAS ADEMAR SILVA DO CANTO



CLUBE INAUGURA GINÁSIOS DE PÁDEL E TÊNIS

A noite de 12 de setembro iniciou chuvosa, insinuando-se pouco propícia a um evento ao ar livre. Contudo, pouco antes do horário marcado para o início da solenidade, estiuo e a inauguração da segunda maior empreitada do Clube Dorenses foi realizada sob tempo agradável.

Para apresentar os Ginásios de Tênis e de Pádel, a diretoria dorense recebeu a imprensa local, além de convidados especiais. Conforme destacou o vice-presidente Social, **Adão Figuera**, que fazia vezes de mestre de cerimônias, seria uma noite pujante, pois a realização dos ginásios foi mais uma realização arrojada e audaciosa do Clube Dorenses.

A solenidade foi aberta com a fala do vice-presidente de Patrimônio e

Construção, bem como da Comissão de Obras, **Olavo Antoniazzi**. *"Foi um esforço incansável de muitas pessoas. A todos, os nossos agradecimentos"*, destacou. Entre seus destaques, Olavo pontuou o trabalho do vice-presidente de Meio Ambiente, Guido Zanatta, a quem qualificou de "mestre em transformar terra bruta em cenários coloridos de natureza".

O presidente Executivo do Clube Dorenses, **Cleber Ruviano**, iniciou sua palavra lembrando que os esforços para a construção dos ginásios iniciou ainda na gestão de seu antecessor, **Ademir Pozzobon**. *"Estamos muito felizes e orgulhosos por essa conquista. Encravada no centro da Sede Campestre, podemos dizer que é uma das maiores e mais belas estruturas para a prática desses dois esportes, sem similar no Rio Grande do Sul"*, garantiu o presidente.

Representando o presidente da Fenaclubes, **Arialdo Boscolo**, a presidente da Federaclubes, **Maria Conceição Nogueira Pires**, ampliou a noção de grandeza pontuada pelo presidente do Dorenses. *"Com apenas 39 aninhos de vida, olhem o sucesso do Clube de vocês. Quão lindo, maravilhoso seria se cada cidade do país tivesse um Clube como o Dorenses?"*

Abaixo, as autoridades dorenses finalizaram a solenidade de inauguração dos ginásios, revelando a placa comemorativa. Da esquerda para a direita: Gustavo Cervo, coordenador de Pádel; Ricardo Dal Ponte, vice-presidente de Tênis; Valnei Vieira, presidente do Conselho Deliberativo; Cleber Ruviano, presidente Executivo; Olavo Antoniazzi, vice-presidente de Patrimônio e Construção; Carlos Lima, presidente do Conselho Fiscal.





Acima, a presidente da Federaclubes, Maria Conceição Nogueira Pires, parabeniza o Clube Dorens não apenas pela obra recém-concluída, mas por toda sua estrutura, que garantiu ser a melhor do Brasil. No topo, à direita, atletas fazem uma exibição inaugural das quadras. No canto inferior direito, as rainhas de festas adulta, Isadora Fabbrin, e infantil, Bibiana Cardoso, prestíam o evento.

Quando se fala em Clube Dorens no Congresso Brasileiro de Clubes, é aquela salva de palmas, porque todo mundo sabe que o Clube Dorens é o maior clube do Brasil em todos os pontos de vista”, enfatizou.

Em uma fala breve, o prefeito municipal de Santa Maria, **Jorge Pozzobom**, também deu elogios ao Dorens, sua diretoria e funcionários. Logo depois, o padre **Clésio Faco**, reitor provincial dos palatinos abençoou a inauguração dos ginásios.

A fim de eternizar o momento da inauguração de mais estas grandes obras, a solenidade foi encerrada com o descerramento da placa alusiva à data. Além de Cleber Ruviaro e de Olavo Antoniazzi, participaram do momento o vice-presidente de Tênis, **Ricardo Dal Ponte**, o presidente do Conselho Fiscal, **Carlos Lima**, o presidente do Conselho Deliberativo, **Valnei Vieira**, e o coordenador de Pádel, **Gustavo Cervo**.

Durante o restante da noite, os convidados puderam confraternizar e trocar impressões sobre os novos espaços em um saboroso coquetel oferecido pelo Clube. Enquanto conversavam, os presentes assistiram

às primeiras partidas disputadas nas novas quadras.

No tênis, a inauguração foi com um jogo simples, entre os tenistas **Maurício Mezzomo** e **Antônio Largura**, e um jogo em duplas, de **Fabrizio Zanata** e **Alan Preigschadt** e **Daniel Rangel** e **Carlos Mattos**. Em uma das quadras de pádel a estreia foi entre as duplas **Lisandro Dotto** e **Lucas de Souza** contra **Fabrizio Zamberlan** e **Nilson Brassini**. Na quadra ao lado,

o embate foi entre **Daniela Dalla Lana** e **Eduarda Schmidt** contra **Cristina Telles** e **Karina Filippi**.



MEMÓRIA

O Dorens é um clube com mais de 30 anos repletos de histórias. Para relembrar e homenagear as personagens deste percurso, a Dorens em Revista faz um resgate nos registros fotográficos destas mais de três décadas. Aqui, você conhecerá fatos importantes e interessantes da trajetória dorens.

PÁGINAS TRADICIONALISTAS | O DT EM 1998

Em 1998, o Departamento Tradicionalista Querência das Dores já integrava as páginas do jornal O Dorens com seus eventos e atividades. A edição 65 mostra algumas das ações que as Prendas e Peões daquela gestão fizeram. Foi neste ano que o DT sediou o I Encontro Regional de Prendas Juvenis e o I Encontro Regional Guri Farroupilha no Clube Dores.

No dia 22 de fevereiro, o Departamento Tradicionalista e suas prendas realizaram a missa em comemoração a semana da "Paz de Poncho Verde". Sediado na Igreja Nossa Senhora das Dores, o evento foi organizado com a orientação da diretora Cultural da gestão, Fabiana Maycá de Souza e Ana Marlei Schmitz, Diretora Cultural da 13ª RT. A semana da "Paz de Poncho Verde" faz referência ao tratado assinado em 28 de fevereiro que marcava o fim da Revolução Farroupilha.

Já em março, no dia 13 as prendas dorenses participaram da Missa Crioula e do 2º Encontro Regional de Poesia, além da II Ronda da Poesia Gaúcha. Representando o Clube estava a 1ª Prenda Juvenil Stefânia Teche e a 1ª Prenda Mirim Ana Flávia Horvath Schmitz.

Em 27 de março foi realizado o Jantar Festivo da Patronagem do DT Querência das Dores, no Galpão Crioula da Sede Central. O evento reuniu a Patronagem, a Invernada Artística, Cultural e Campeira para celebrar a posse do Patrão, Zeno José de Souza, que ocupa novamente este cargo atualmente.

E no dia 29 de março, as prendas do Departamento Tradicionalista participaram de dois Encontros Regionais. Promovidos pelas prendas juvenis e peões da 13ª Região Tradicionalista, ocorreram no CTG Sentinela da Querência.

O DORENSE 65 TRADICIONALISMO

I Encontro Regional de Prendas Juvenis e I Encontro Regional Guri Farroupilha

Oficinas preparam para concursos

As prendas do DT Querência das Dores participaram dos eventos promovidos pela 13ª RT

As prendas do DT Querência das Dores participaram dos eventos promovidos pela 13ª RT

O sucesso do evento se deu devido aos importantes temas das palestras e oficinas. Pela manhã foi explicado por Jane Bitski, diretora cultural do MTG - tudo o que se refere ao concurso de prendas e peões. Na parte da tarde, o público foi dividido em três grupos de oficinas: Oficina de Redação com Edi Rosa, Oficina "Como Expressar-se em Público" com Sonia Batista e Oficina de "Expressão e Postura". Os eventos foram encerrados com um chá de confraternização entre os participantes. Estes Encontros foram de grande valor e de extremo sucesso para os presentes.

Posse da Patronagem

A patronagem do DT Querência das Dores, sob comando do Patrão Zeno José de Souza, reassumiu oficialmente no mês de abril o departamento, por mais dois anos. Além da patronagem executiva, o DT é formado por sete invernadas: Departamento de Prendas, Invernada Artística, Invernada Campeira, Invernada de Divulgação e Cultura, Invernada de Construções, Invernada de Esportes e Conselho de Vaqueanos.

Jantar Festivo

Foi realizado no Galpão Crioula da Sede Central do Clube Recreativo Dores, o Jantar Festivo da Patronagem do DT Querência das Dores. O evento foi no dia 27 de março e reuniu a Patronagem, Invernadas Artística, Cultural e Campeira.

PAZ DE PONCHO VERDE - No dia 22 de fevereiro foi realizada na Igreja Nossa Senhora das Dores, pelas Prendas do DT, sob orientação da diretora Cultural Fabiana Maycá de Souza e Ana Marlei Schmitz, Diretora Cultural da 13ª RT, uma missa em comemoração à "Paz de Poncho Verde".

Encerramento da Semana da Paz

Amor e caridade não têm fronteiras

Esta foi uma iniciativa da 1ª Prenda Juvenil da 13ª RT. Andressa Bastos (com a colaboração de suas companheiras do movimento tradicionalista da 13ª Região Tradicionalista e prendas dorenses), organizou uma campanha onde foram angariadas roupas, calçados, roupas de cama, gêneros alimentícios e brinquedos. Tudo foi destinado às famílias que foram atingidas pelo El Niño em Rosário do Sul - sua cidade natal.

Entrega de alimentos e apasalhos ao Padre da Paróquia das Dores, pelas Prendas do DT Querência das Dores. Os doativos foram angariados em uma partida de futebol promovida pelo Grupo Raízes.

Da 13 de março, a 1ª Prenda Juvenil Stefânia Teche e a 1ª Prenda Mirim Ana Flávia Horvath Schmitz do DT Querência das Dores, participaram de uma Missa Crioula e do 2º Encontro Regional de Poesia e II Ronda da Poesia Gaúcha, representando o Clube.

manlec apoiando o Tradicionalismo

O evento proporcionou oficinas de preparo para os concursos de prenda. Pela manhã, a Diretora Cultural do MTG, Jane Bitski explicou tudo sobre o que se refere o concurso de peões e prendas. Na parte da tarde, o público foi dividido em três grupos de oficinas, entre eles: Uma oficina de redação, outra oficina de dicas para expressar-se em público, e, por último, uma de expressão e postura.

Na edição 65 do jornal O Dorens, estão registradas as várias atividades que o Departamento Tradicionalista participava em 1993. Foi nesta gestão que as prendas e peões sediaram a missa da semana da "Paz de Poncho Verde".

APRENDER — A CUIDAR DO PLANETA NOS COMPLETA



Testar, conectar, reconhecer. A melhor parte de um quebra-cabeça é a experiência de construí-lo. A educação também é assim, feita de encaixes e descobertas.

Para nós, isso é aprender por inteiro. E isso nos completa.

Matrículas abertas



Marista

VOCÊ NO FOCO

O DORENSE EM SEU AMBIENTE

O associado que participa, usufrui, destaca-se e se integra no Clube Dores tem seu espaço na Dorensense em Revista! Não perca o foco! Envie foto e dados de seu grupo, de suas vivências e experiências dentro do Clube! Não deixe de ser parte integrante da família dorensense! Contato: revista@clubedores.com.br



1 No dia 8 de setembro, **Isabelli Quartieri Dias** comemorou seus 3 aninhos com os pais **Priscila Quartieri** e **Éverton Dias**. No Salão Colina da Sede Campestre, a decoração de Minnie e Mickey alegrou mais a festa e encheu de felicidade o sorriso de Isabelli.

2 Os dorenses **Robledo** e **Cristiano** levaram os pequenos para aproveitar o fim de tarde e as belas paisagens da Sede Campestre. Aproveitaram para pescar no lago, um passatempo coloca em contato com a natureza e concentra a mente e a alma.

3 O pequeno **Roque Bellinaso Dalmolin** fez uma linda sessão de fotos inspiradas na Semana Farroupilha. A tradição une famílias e ensina valor, e os orgulhosos papais, **André** e **Julia**, não iam deixar o momento passar em branco.

4 Mesmo com as temperaturas baixas, **Cristian** e **Melissa** não se deixaram abalar. Os dois aproveitaram a baixa temporada para fazer algumas partidas de tênis na Sede Campestre. Um bom jogo de tênis ajuda a diminuir o estresse e auxilia na coordenação motora.



5 O grupo das quintas-feiras do Recanto da Bocha e do Bolão se reuniu com os egressos da antiga sede da Pinto Bandeira. O encontro aconteceu no evento promovido pelo Departamento Tradicionalista do Dores, na quinta-feira 19.

6 No dia 14 de setembro, **Cristiane Alves Dalla Porta** se formou no curso de Licenciatura em Pedagogia da UFSM. A festa de formatura reuniu seus amigos e familiares para celebrar esta grande conquista na vida da dorensense.

7 **Cleber Vedovotto** comemorou com sua esposa e filhas, **Daniela**, **Isadora** e **Helena**, o aniversário da sobrinha **Randyne**. Vestidos de roqueiros para a festa a fantasia, elogiaram a menina por pedir alimentos perecíveis e rações animais como presente, para serem doados.

BM REALIZA FORMATURA NO CLUBE DORES

No dia 2 de agosto, a Brigada Militar realizou a formatura de 81 novos policiais militares, que fazem parte dos quase dois mil que realizaram o curso de formação em 2018. A solenidade foi realizada no Ginásio Poliesportivo do Clube Dorens.

Prestigiando o evento, o presidente Executivo do Clube Dorens, Cleber Ruviano, entregou exemplares do livro "Clube Recreativo Dorens: Paixão por Excelência" às autoridades presentes. Da esquerda para a direita: o prefeito de Santa Maria, Jorge Pozzobom; o comandante da BM, coronel Mário Ikeda; e o governador do RS, Eduardo Leite.



Há 46 anos atuando no mercado, a Brita Pinhal procura evoluir a cada dia e manter-se focada no futuro, mas sem esquecer nossa origem. Com o passar dos anos, foi tornando-se referência no estado, superando desafios e adaptando-se conforme demandas e necessidades dos clientes.

Investimentos constantes em vários aspectos (infraestrutura, preservação ambiental, crescimento dos serviços e capacitação humana) são os pilares responsáveis pela evolução constante da empresa na responsabilidade por um mundo melhor.

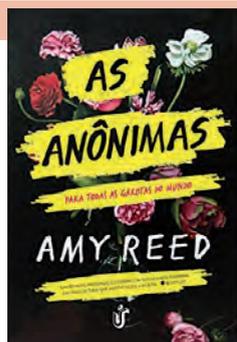


www.britapinhal.com.br

55 3015.3234 55 99155.5090 britapinhal

BIBLIOTECA

Horário de funcionamento:
segunda a sexta, das 14h às 20h
sábado, das 8h às 14h
Informações 2103.2810



As Anônimas - Amy Reed

Quando Grace descobre que Lucy Moynihan, antiga ocupante de sua nova casa, foi expulsa da cidade por ter acusado os garotos mais populares do colégio de estupro coletivo, fica indignada pela garota nunca ter conseguido se vingar e ela não é a única. Grace está determinada a fazer algo a respeito do que aconteceu com Lucy. Ela, Rosina e Erin formam um grupo no colégio para resistir à cultura do sexismo e boicotar o sexo de qualquer gênero com os meninos. Contada em diferentes perspectivas, essa história empolgante é não só uma acusação contra a cultura do estupro, como também explora, com honestidade, as mais profundas perguntas sobre adolescência e sexualidade.



A Transparência do Tempo

O passado remoto e o presente imediato se entrelaçam neste novo romance do escritor cubano Leonardo Padura. Em a transparência do tempo acompanhamos o já conhecido detetive Mario Conde em seu oitavo caso, o desaparecimento de uma estátua de uma virgem negra. Às vésperas de completar sessenta anos, cético em relação a seu país, Mario Conde assiste ao encolhimento da oferta de livros usados, cuja revenda vinha sendo seu ganha-pão dos últimos tempos. É então que um ex-colega de escola o procura e lhe oferece trabalho: recuperar a estátua de uma virgem negra que lhe fora roubada. Com o desenrolar das buscas, Conde vai percebendo que a peça é muito mais valiosa do que imaginava, tendo suas origens nos Pireneus catalães, de onde fora trazida por um jovem em fuga da guerra civil. Paralelamente, em capítulos intercalados, o autor retrata a história desse jovem e as lendas que envolvem a escultura, tendo como pano de fundo a zona rural da Catalunha, desde a Idade Média até os dias de hoje. Ao buscar a imagem da santa negra pelas ruas de Havana, Conde vaga entre dois polos de um mesmo país: do submundo dos cortiços, do tráfico de drogas e da vida precarizada e do rico ambiente dos colecionadores e galeristas envolvidos em contrabando e venda ilegal de obras de arte. Permeando esses dois mundos, o catolicismo e a santería, sincretizados, e o passar infundável do tempo.



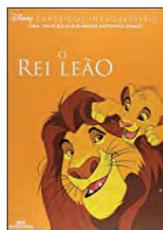
Inspeção - Josh Malerman

Rapazes e garotas estão sendo criados em escolas especiais. Um grupo não sabe da existência do outro — até agora. No alto de uma torre embrenhada em uma floresta e isolada do restante do mundo, temos J. Ele é um dos vinte e seis rapazes de um internato que tem como objetivo formar prodígios em artes, ciências e atletismo.

Até hoje J só teve contato com as outras pessoas que vivem ali: os colegas são sua única família e todos acreditam ser filhos do fundador da escola. A vida acadêmica é tudo o que conhecem — e tudo o que lhes é permitido conhecer. Mas J suspeita da existência de algo mais fora dali, para além da Torre em que vive, algo que não querem que ele veja. É então que começa a questionar. Qual o verdadeiro propósito daquele lugar? Por que os alunos não podem sair? E que segredos o pai está escondendo deles? Enquanto isso, do outro lado da floresta, em um internato muito parecido com o de J, uma jovem chamada K vem se fazendo as mesmas perguntas.

Ao investigar os mistérios por trás de suas estranhas escolas, talvez os dois acabem descobrindo algo... que não deveriam.

A biblioteca do Clube Recreativo Dores sempre tem novidades para você. Do suspense ao romance, passando pelos gêneros da biografias e da ficção, todo o mês novas obras chegam ao acervo dorense. Escolha seu gênero preferido e boa leitura!



Pallotti



CONTOS, CRÔNICAS E ARTIGOS

Alfran Caputi, vice-presidente de Cultura do Clube Dorés, cronista e articulista, já publicou em vários jornais da cidade e região mais de mil crônicas e artigos. Participou do livro Ao Pé da Letra, escreveu o livro sobre os Trinta Anos do Clube Recreativo Dorés e, publicou os livros Abrindo Arquivos e Reminiscências – uma coletânea de crônicas e artigos de sua autoria.

NOSSA ESTRUTURA ADMINISTRATIVA (1)

Neste primeiro artigo vou iniciar uma visita à estrutura administrativa do nosso Clube Recreativo Dorés. Muitas vezes, associados com muitos anos de clube, por esse ou aquele motivo, não conhecem a maneira como é administrado seu clube. Nossa pretensão é, condensadamente, trazer alguns esclarecimentos.

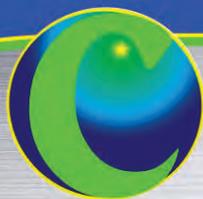
A **Assembleia Geral** é a reunião legal dos associados titulares, em dia com a tesouraria. É, em síntese, o poder supremo do Clube e cabe à Assembleia Geral eleger o Conselho Deliberativo, tem poder para destituir os administradores com mandato eletivo e pode alterar o Estatuto Social.

O presidente do Conselho Deliberativo é quem convoca a Assembleia Geral e é ele que preside os trabalhos. As convocações para Assembleia Geral deverão ser publicadas nos informativos oficiais do Clube com antecedência de, no mínimo, 15 dias.

A Assembleia Geral Ordinária é realizada de dois em dois anos, nos anos ímpares, no mês de novembro, para renovação de até 1/3 do Conselho Deliberativo. Quando necessário, assembleias extraordinárias poderão ser convocadas pela Diretoria do Conselho Deliberativo ou por 1/10 dos associados aptos a votar.

O **Conselho Deliberativo** é o órgão de representação dos associados, uma vez que foi eleito pela Assembleia Geral. Cabe a este conselho deliberar sobre nossas mais diversas atividades em nome do quadro associativo do clube. Nosso Conselho Deliberativo é composto por cento e onze associados, mais os ex-presidentes da Diretoria Executiva e Conselho Deliberativo - eleitos - pois são membros natos e vitalícios. A diretoria deste conselho é composta por Presidente, Vice-presidente, 1º e 2º Secretários e um Assessor Jurídico. Seu mandato será de dois anos.

Dentro de suas inúmeras competências destacamos: marcar as datas das eleições, registrar, referendar e publicar a nominata dos candidatos a Conselheiro, Diretoria Executiva e Conselho Fiscal. Eleger a Diretoria Executiva e o Conselho Fiscal. Empossar os eleitos. Deliberar, anualmente, sobre o Balanço Patrimonial e Demonstrações Financeiras apresentadas pela Diretoria Executiva. Intervir no Conselho Fiscal quando e se for necessário, deliberar sobre a concessão de títulos honoríficos propostos pela Diretoria Executiva. Deliberar sobre compromissos financeiros de alto valor firmados pela Diretoria Executiva. Além desses, muitos outros afazeres competem ao Conselho Deliberativo cuja diretoria, hoje, tem como presidente o senhor **Valnei Vieira**, vice-presidente senhor **Julio Cezar Copetti**, 1º secretário senhor **Gerson Taschetto**, 2º secretário senhor **Michel Balconi Bevilaqua** e assessor jurídico Dr. Régis Pozzobon.



Orgatec
Contabilidade

Amauri J. Londero
CRC-RS: 38.968/O

Michel B. Bevilaqua
CRC-RS: 73.248/O

Gustavo D. M. Londero
CRC-RS: 94.015/O

- ☛ Contabilidade
- ☛ Imposto de Renda
- ☛ Consultoria Contábil e Tributária
- ☛ Organização e Assessoria Empresarial

Fones: |55| 3222.2733
3225.3203 - 3226.2683

Rua Bento Gonçalves, 98 - Sala 02
Nsrº Dorés, Santa Maria - RS
CEP: 97050-090

PROMOÇÃO

PINTA NA CONSTINTA® E CONCORRA A PRÊMIOS

A CADA **R\$100,00** EM COMPRAS CONCORRA A

10 TVs 32"



RAINHA

Coral

Sparlack

ATLAS
PINÇES E FERRAMENTAS

3M

SHERWIN
WILLIAMS

Metalatex

LAZURIL

AXALTA

FARBEN

f /CONSTINTA

WWW.CONSTINTA.COM.BR

SANTA MARIA | SANTA CRUZ DO SUL
SANTO CRISTO | NOVO HAMBURGO

CONSTINTA

A loja mais completa da cidade

Av. Medianeira, 1133 | (55) 3223 3030

Av. Dores, 2357 | (55) 3286 1100

Santa Maria - RS

VISA

MasterCard

BENRI
COMPRA

Hipercard

SICREDI

Verde Card

PROMOÇÃO VÁLIDA DE 01/08 A 18/12 DE 2019

CERTIFICADO DE AUTORIZAÇÃO SECAP Nº 06.003347/2019

CLICK DORENSE

A Dorense em Revista possui um espaço para divulgação de fotos dos associados com alguma personalidade famosa. Vale também fotografia tirada em alguma viagem, em algum ponto turístico famoso. Aproveite e dê uma dica preciosa sobre o lugar que você conheceu! Não perca tempo e participe de sua Revista! Ao enviar sua foto, o associado está autorizando o Clube a usá-la em suas publicações. E-mail: revista@clubedores.com.br



BETO CARRERO EM FAMÍLIA

O dorense **Cristiano Souza** e seus familiares, **Juliana, Leonardo, Laysa** e **Lorenzo** passaram as férias de julho na Penha - SC. Em dez dias maravilhosos de viagem, foram conhecer o Beto Carrero World e a praia de Balneário Camboriú, onde passearam no Barco Pirata.



UMA DORENSE NA NEVE

Nas férias, **Eliane Cristina Correa** aproveitou o agosto para visitar o Chile e a Argentina. Entre os passeios, a dorense passou por Los Antiguos, Puerto Varas, e Mar Del Plata. A foto registrada foi no Cerro Catedral, montanha a 19 quilômetros de Bariloche.



COMPARTILHANDO SABERES

Durante os dias 10 e 14 de julho, **Lourdes Moralles Dallacosta** marcou presença na Festa Literária Internacional de Paraty, no Rio de Janeiro. Realizando um sonho, a dorense lançou dois livros na Casa da Literatura: *Mulheres Alfas* e *Filhotes Aventureiros*.



CALOR NO LITORAL BAHIANO

Clayton Camargo e sua esposa, **Rosicleia Castro**, fugiram um pouco do frio do Sul para passar uns dias no Nordeste. O casal dorense foi à Costa do Sauípe no distrito da Mata de São João, litoral da Bahia. O calor e as belas praias tornaram o passeio inesquecível.



CARIBE BRASILEIRO

No mês de agosto, Everton Machado e Irma Tasquetto foram conhecer Maceió - AL. Visitaram a praia de Maragogi para explorar suas águas transparentes, piscinas naturais e passeios de buggy. Aproveitaram a oportunidade para ir também à Porto de Galinhas - PE.



CONTABILISTAS EM CONVENÇÃO

Nos dias 14, 15 e 16 de agosto, Aline Bento foi prestigiar a XVII Convenção de Contabilidade do Rio Grande do Sul, em Bento Gonçalves. A contadora dorense foi prestigiar o evento, que contou com cerca de 2 mil participantes, entre profissionais e estudantes.

PRESTAÇÕES a partir de R\$ 599,

Financiamento na planta pela CAIXA

Subsídios de até R\$ 23.200, FGTS COMO ENTRADA

Condomínio fechado com excelente localização:
Av. Walter Jobim, 240
 — ao lado do **BIG** —

CONDOMÍNIO
LA SPEZIA

- Condomínio fechado com duas portarias e funcionamento 24 h.
- Prédios de 7 pavimentos com elevador.
- 2 salões de festa.
- 2 playgrounds.
- 3 praças de lazer.
- Quiosques com churrasqueiras.
- Piscina.
- Quadra poliesportiva com gramado.
- Baixo custo condominial.
- Medição de gás, água e luz individuais.
- Janelas de alumínio na cor branca.

Planta ilustrativa apartamento tipo 205
 Área privativa: 47,45 m² + vaga estacionamento

Aptos. 2 dorm. + BOX a partir de **R\$ 138.000,**

INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO

BK CONSTRUÇÕES

FINANCIAMENTO **CAIXA AQUI**

VENDAS

JAIR BEHR ASSESSORIA IMOBILIÁRIA
www.jairbehr.com.br
 (55) 3301.9200
 (55) 9.9622.6737

CANCIAN IMÓVEIS
 (55) 3033.7400
 (55) 9.8421.4171
www.cancianimoveis.com.br



QUERÊNCIA DAS DORES REALIZA PRIMEIRO ENCONTRO DO DEPARTAMENTO JOVEM DORENSE

No início de setembro, o Departamento Tradicionalista Querência das Dores organizou a primeira edição do Encontro do Departamento Jovem Dorense. O evento, realizado no dia 6 de setembro, foi preparado pela parceria entre os Departamentos Jovem e Cultural da entidade.

O novo evento do calendário tradicionalista do Clube Dores tem por objetivo aludir ao Dia do Jovem Tradicionalista, comemorado em 5 de setembro. No encontro, buscou-se reunir os jovens tradicionalistas para dialogar sobre as perspectivas futuras do Movimento Tradicionalista Gaúcho (MTG) e qual o papel destes jovens neste contexto.

A solenidade de abertura do encontro contou com falas do patrão do Querência das Dores, **Zeno de Souza**, e da diretora do Departamento Jovem, **Gabriela Caetano**. Em suas boas-vindas, a prenda explanou brevemente sobre o tema e objetivo do evento. Além das autoridades dorenses, o encontro contou com a presença da 1ª prenda adulta, **Juliane Rigão**, representando a 13ª Região Tradicionalista.

A roda de conversas foi coordenada por **Vitor Lopes Ribeiro**, diretor do Departamento Jovem Central do MTG (6ª RT – Rio Grande), e **Éridio da Silveira**, que exerceu o cargo de vice-diretor do Departamento Jovem Central do MTG na gestão 2013 e atualmente integra a junta fiscal do Conselho Diretor do MTG (30ª RT – Campo Bom).

Para o encerramento do evento, o Departamento Tradicionalista Querência das Dores ofereceu um lanche aos participantes. Em um momento descontraído, os tradicionalistas puderam trocar mais alguns momentos de prosa sobre o papel do jovem no MTG.



SEMANA FARROUPILHA NO DORES



O anseio pela celebração dos festejos farroupilhas no Clube Recreativo Dores era tanto este ano que, mesmo antes da chegada da chama crioula, a gauchada já estava bailando. A primeira atividade da semana comemorativa preparada pelo Departamento Tradicionalista Querência das Dores foi no dia 13 de setembro.

Na primeira noite de festa, foi realizado um saboroso jantar com apresentações artísticas. O grupo xirú foi o responsável pela parte cultural da noite, com muitas danças tradicionais. Agregando ainda mais à noite, os integrantes da invernada artística veterana participaram com suas apresentações.



CHEGADA DA CHAMA CRIOULA

A Chama Crioula que simboliza a abertura desta semana comemorativa foi acesa na cidade de Tenente Portela, no nordeste do estado. A chama foi recebida pelo grupo de cavaleiros da 13ª RT que conduziu até Santa Maria. No dia 14, o Departamento Campeiro do Querência das Dores, coordenado pelo peão **João Batista** buscou a chama na Basílica da Nossa Senhora Medianeira e trouxe até a sede do DT.

O fogo simbólico foi recebido pelo casal patrão, **Anaides e Zeno de Souza**, e pelo presidente Executivo do clube, **Cleber Ruviaro**. Também participaram da solenidade integrantes da patronagem, prendas e peões do Querência das Dores. A partir do momento em que a chama foi recebida e as bandeiras hasteadas, foi iniciada oficialmente a Semana Farroupilha do Clube Recreativo Dores.

Na primeira noite de festa, os tradicionalistas festejaram em um grande fandango com o grupo Mate Amargo.



RONDA CRIOLA, TORNEIO DE CANASTRA E MUITAS APRESENTAÇÕES ARTÍSTICAS

Entre as mais tradicionais atividades da Semana Farroupilha do Clube Dores está a realização do Torneio de Canastra. A competição deste ano foi disputada no dia 15 de setembro, com participação de sete duplas.

Após horas de raciocínio, sorte e muito companheirismo, as disputas chegaram ao fim. Entre os 14 participantes do torneio, a vitória ficou com a dupla composta pelas dorenses **Maristela de Lima e Eliani Righi**.

O segundo lugar da competição ficou com os associados **Ana Luiza Camilo e Rui Ernesto Jappe**. A dupla **Osmar da**



Silva e Clovis Assis ficou em terceiro e **João Goularte Silveira e Roberto Galarça** em quarto lugar.

Acima, as quatro duplas premiadas posam junto ao diretor de Esporte do Departamento Tradicionalista Querência das Dores, Tadeu Gavião.

RONDA CRIOLA

Durante a Semana Farroupilha cada entidade, em algum momento, é responsável pela ronda da Chama Crioula. Neste ano, o DT Querência das Dores exerceu esta atividade na tarde do dia 15, no Centro de Atividades Múltiplas Garibaldi Poggeti (Bombriil).



APRENDENDO A TRADIÇÃO NO BRINCAR

Mais cedo, no dia 15, a Escola Municipal de Ensino Fundamental Vicente Farencena ofereceu à sua comunidade escolar uma manhã de atividades tradicionalista. A 1ª prenda mirim do Querência das Dores, **Ana Julia Hanauer**, que é aluna da escola, fez questão de levar para seus colegas alguns brinquedos folclóricos como o pé de lata, bilboquê e um jogo de memória com os símbolos do RS.

Além da explicação, a dorenses brindou a comunidade com uma bela apresentação de música gaúcha e aproveitou para tietar a cantora **Analise Severo**, que este presente no evento. A diretora do Departamento Cultural do DT, **Cristina Iop**, acompanhou a prendinha nesta atividade.





JANTAR DE POSSE DOS NOVOS PEÕES E PRENDAS

Fechando o longo dia de atividades, que foi 15 de setembro, o Departamento Tradicionalista Querência das Dores realizou mais um jantar no Salão Querência, na Sede Campestre do Clube. As apresentações artísticas da terceira noite de atividades da Semana Farrroupilha ficou a cargo das invernadas pré-mirim e adulta da casa.

Como os festejos farrapos são momentos de interação entre diferentes entidades tradicionalistas, o Querência das Dores não poderia deixar de abrir espaço para visitantes. Nesta noite, os convidados foram as jovens invernadas "Quero-quero", da Escola Municipal de Ensino Fundamental Diácono João Luiz Pozzobon, e do grupo pré-mirim "Alma Gaúcha", ambas com menos de dois anos de atividades.

COMO OS FESTEJOS FARRAPOS SÃO MOMENTOS DE INTERAÇÃO ENTRE DIFERENTES ENTIDADES TRADICIONALISTAS, O QUERÊNCIA DAS DORES NÃO PODERIA DEIXAR DE ABRIR ESPAÇO PARA VISITANTES

OS NOVOS REPRESENTANTES DORENSES

Entre os grandes momentos da noite, figurou a posse dos novos integrantes do Departamento de Peões e Prendas, da gestão 2019/2020. Receberam suas faixas as pequenas **Valentina Fonseca**, prendinha mascote; **Manuela de Oliveira Machado**, 2ª prendinha e **Antônia Oliveira de Carvalho**, 1ª prendinha. Junto a elas, o jovem tradicionalista **Gabriel Veiga Severo** foi empossado como 1º guri da entidade, recebendo o crachá.

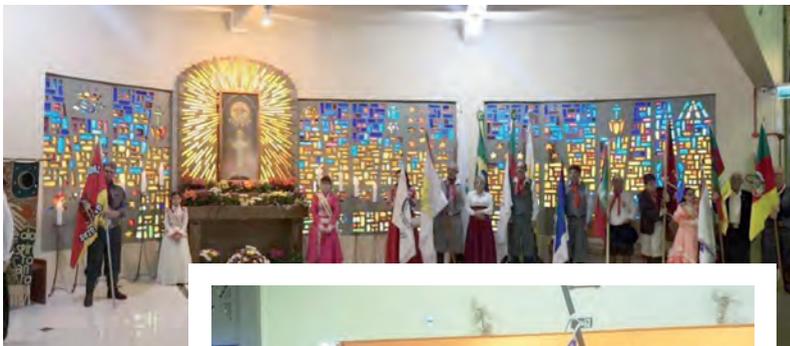


UM DIA DE TRADIÇÃO E RELIGIOSIDADE

O nome da entidade tradicionalista, assim como o nome do próprio Clube Dorenses, carrega uma permanente homenagem a sua padroeira — Nossa Senhora das Dores. Desta forma, as celebrações religiosas não poderiam deixar de representar uma parte importante dos festejos farroupilhas.

Na manhã de 16 de setembro foi realizada uma celebração crioula para homenagear a Semana Farroupilha. Feita na Basílica Nossa Senhora Medianeira, a missa foi transmitida por veículos de televisão e rádio locais.

As entidades tradicionalistas participantes levaram suas bandeiras e, no início da celebração, peões e prendas subiram ao altar com símbolos do Rio Grande do Sul. Neste ato, o Querência das Dores foi representado por **Ana Júlia Hanauer**, 1ª prenda mirim e **Taís Schimitz de Souza**, 1ª prenda veterana, que levaram o pavilhão do DT para receber a bênção.



DOIS LENÇOS, UM SÓ POVO

Mais tarde, no mesmo dia, a celebração religiosa foi no Salão Querência do Clube Dorenses. Para que tudo ocorresse nos conformes, a invernoada veterana do Departamento Tradicionalista trabalhou intensamente.

Em seu sermão, o padre **Dalvino Dal Molin Júnior** convidou à reflexão sobre a aceitação às diferenças de visão sobre o mundo que nos cerca. Seu exemplo foi o conflito ente maragatos e chimangos — durante a Revolução Federalista — que, em última instância, era uma guerra entre irmãos. Ao final da cerimônia, os lenços branco e colorado, referentes aos dois partidos, foram entrelaçados, em sinal de conciliação.

Fechando a noite com caráter cultural e festivo, os integrantes da invernoada veterana apresentaram algumas de suas danças. retribuindo o convite da primeira noite da Semana Farroupilha, os veteranos convidaram os tradicionalistas do grupo xirú para que mostrassem suas danças tradicionais.





FANDANGO COM TCHÊ KAKAREKO

Na noite de 17 de setembro, os tradicionalistas do Clube Recreativo Dores aproveitaram uma noite de muita música, dança e animação. Nela, foi realizado o maior fandango da programação da Semana Farroupilha do Departamento Tradicionalista Querência das Dores.



Empezar*: em espanhol significa, literalmente, começar. Devido à proximidade da região missioneira aos países latino-americanos, a palavra virou gíria no RS.

Depois de quatro dias de atividades intensas, a terça-feira foi reservada para uma noite de descontração pura. Tradicionalistas de todas as invernadas, bem como convidados e associados dorenses desfrutaram de uma noite de pura integração.

O jantar caprichado foi preparado pela invernada campeira do Querência das Dores (também responsável pelas refeições das demais noites). De corpos alimentados, a continuação do evento foi com os alimentos da alma — a música e a dança.

O grupo Tchê Kakareko, da cidade catarinense de Maravilha, caiu há muito tempo no gosto dos dorenses (tradicionalmente são eles os responsáveis pela animação do fandango de aniversário do Querência das Dores). Quando os músicos — gaúchos de coração — subiram ao palco e deram os primeiros acordes, os convidados não perderam tempo para *empezar** o fandango, que foi longe noite adentro.





INVERNADA MIRIM, INDIVIDUAIS E POESIA

As festividades do dia 18 de setembro voltaram a trazer apresentações artísticas para o público dorense. Com muita graça e desenvoltura, os pequenos tradicionalistas da invernada mirim mostraram que o amor pelo folclore rio-grandense é algo que se aprende cedo.

Mantendo a tradição de acolhida e integração, o Querência das Dores recebeu outra invernada de pequenos gaúchos. A segunda parte das apresentações foi feita pelos alunos da Escola de Educação Infantil Abelhinhas, que fazem parte da invernada "Querência das Abelhinhas".

UMA QUERÊNCIA DE TALENTOSOS

Mesmo em véspera de desfile, os tradicionalistas do Clube Dores não diminuíram o ritmo das comemorações da Semana Farroupilha. Na noite de 19 de setembro, foi a vez das apresentações dos talentos individuais. Das boleadeiras à declamação de poesias campeiras, passando pelos instrumentistas e intérpretes vocais, os dorenses mostraram que o Rio Grande é terra fecunda no campo das artes.

Na mesma noite, a dorense, escritora e poetisa **Lourdes Morales Dallacosta** realizou a 1ª Maratona Gaúcha Literária. Além do caráter evidente da poesia, a atividade teve grande interação com o público, que foi convidado a entoar canções típicas do folclore regional.



Dinara Paixão buscou na história de Santa Maria a inspiração para a obra intitulada “Pe. Ignácio Valle e a devoção a nossa Sra. Medianeira”, que conta a história do padre que incentivou a crença em Nossa Senhora Medianeira.



Em seus livros, Paixão Côrtes descreveu o bailar, o vestir e a forma de tocar e cantar as músicas das danças tradicionais gaúchas. Caracterizadas pela espontaneidade no bailar, estas danças inspiram um festival próprio.



A popularidade de César e Rogério Ihes consagrou âncoras do “Desafio Farroupilha”, reality show da RBSTV pelo quarto ano consecutivo e, neste ano, completam 20 anos de carreira.

DESFILE FARROUPILHA DORENSE

A participação do Clube Dores no desfile farroupilha, no dia 20 de setembro, foi conduzido pelo grupo de cavaleiros do Departamento Querência das Dores. Coordenados por **João Batista Schlotfeldt**, os associados abriram caminho para os carros alegóricos da entidade dorense.

Os primeiros carros do desfile do Querência das Dores trouxeram as autoridades do Departamento Tradicionalista: o casal patrão, **Anaides e Zeno de Souza**; **Fernanda Moraes**, 1ª prenda adulta, e **Bruna Campos**, 2ª prenda adulta; **Julia Araujo**, 1ª prenda juvenil, **Carolina Fogaça**, 2ª prenda juvenil, e **Bárbara França**, prenda simpatia; **Táís de Souza**, 1ª prenda veterana, e **Rita Rodrigues**, 2ª prenda veterana.

No primeiro caminhão, desfilaram as prendinhas, as prendas mirins, piás, guri, Departamento Jovem

e Departamento Cultural do Querência das Dores. A decoração da alegoria levava deferência à engenheira, professora, pesquisadora e tradicionalista **Dinara Xavier da Paixão**. Entre os inúmeros momentos de destaque de sua trajetória, o Querência das Dores optou por homenageá-la como escritora. *“Com esta pequena homenagem agradecemos pela sua contribuição para a aprendizagem dos muitos que cruzam seu caminho e que seguem levando com eles seus ensinamentos”*, explicou **Cristina Iop**, diretora do Departamento Cultural do DT.

O tema da Semana Farroupilha deste ano foi “Vida e obra de Paixão Côrtes” e o segundo caminhão dorense fazia referência a isso. Apesar da formação em Agronomia, **João Carlos D’Ávila Paixão Côrtes** ficou conhecido por seu papel como folclorista, compositor, radialista e pesquisador. Figura icônica

do Movimento Tradicionalista Gaúcho, foi essencial na criação da entidade e, junto a Barbosa Lessa, na pesquisa de danças. Sua imagem foi eternizada na forma de uma estátua de bronze em homenagem ao “Laçador”, vestido com a indumentária típica gaúcha, é cartão de visita da capital gaúcha.

O terceiro caminhão dorense homenageou o patrono estadual da Semana Farroupilha, o músico **César Oliveira**. Com carreira solo desde jovem, hoje o músico é reconhecido pela dupla com o intérprete **Rogério Melo**. Suas músicas resgatam ritmos, temas e costumes do mais puro campeirismo do Rio Grande do Sul, levando ao palco uma identidade e definição musical próprias, mantendo o compromisso com a tradição, o folclore e a cultura gaúcha. *“Nosso reconhecimento a este artista da cultura gaúcha”*, salientou Cristina Iop.

ENCERRANDO COM COMEMORAÇÃO

Após a realização do Desfile Farroupilha, os tradicionalistas dorenses reuniram-se para o último evento dos festejos farrapos no Clube Dores. O almoço foi, mais uma vez, realizado no Salão Querência da Sede Campeste, e reuniu todos aqueles que, de alguma, forma participaram, ajudaram e trabalharam durante a Semana Farroupilha.

Além dos integrantes do Departamento Tradicionalista Querência das Dores, o almoço festivo contou com a ilustre presença da homenageada **Dinara Paixão** e seus familiares.

Animando o almoço, a música ao vivo ficou por conta de **Patrick Cortez** e **Aline Freire**.



Entre os muitos feitos de Dinara Paixão figura a atuação como 1ª vice-presidente do MTG, em 1996. A cruz-altense foi a primeira mulher a assumir esse cargo. Em geral, a participação feminina estava ligada à cultura e não à administração da entidade. Somente em 2017, 21 anos depois, o MTG voltou a ter uma mulher na administração.



QUEM LUTAR GANHARÁ SEU QUINHÃO*

No dia 24, a Câmara de Vereadores de Santa Maria realizou sessão solene para a entrega do Troféu Sepé Tiarajú — que destaca os esforços na realização do Desfile Farroupilha. Na solenidade, o Departamento Tradicionalista Querência das Dores foi agraciado com uma menção honrosa, recebida pelo vice-patrão da entidade, **Marino Vasconcelos**, e pelo 1º piá, **Henrique Martins**.

Para a entrega dos Troféus Sentinela da Cultura, Barbosa Lessa, Cyro Dutra Ferreira e Paixão Côrtes, os tradicionalistas da 13ª Região Tradicionalista reuniram-se no Clube Dores. A premiação foi na noite de 25 de setembro, no Salão Querência.

O Querência das Dores conquistou duas das premiações: 2º lugar no Troféu Sentinela da Cultura, oferecido pela 13ª RT às entidades classificadas do 1º ao 5º lugar no desfile temático; Troféu Barbosa Lessa, dado ao melhor quadro cultural.



Os integrantes do Departamento Tradicionalista Querência das Dores, juntamente com o presidente Executivo do Clube Dores, Cleber Ruviano, receberam com orgulho os merecidos Troféus Sentinela da Cultura e Barbosa Lessa. Acima, os tradicionalistas Marino Vasconcelos e Henrique Martins recebem a menção honrosa do Troféu Sepé Tiarajú.

UM CHASQUE DA PATRONAGEM

Encerradas as festividades da Semana Farroupilha, a equipe da Dorense em Revista conversou com o casal patrão do Departamento Tradicionalista Querência das Dores, **Anaides e Zeno de Souza**, sobre sua avaliação do que foi feito.

Segundo os patrões, os festejos farroupilhas de 2019 foram muito especiais para o Querência das Dores. *“Um dos principais motivos foi a grande presença do associado tradicionalista e simpatizantes, principalmente nos dois fandangos”*, apontou Zeno. O patrão ainda destacou a presença dos jovens e, principalmente, crianças quem considera o futuro da tradição gaúcha.

Anaides aponta que as apresentações culturais e artísticas, bem como a parte gastronômica dos eventos, foram amplamente elogiadas pelos dorenses e convidados. *“Dentro desse contexto agradecemos aos nossos cavalheiros, que conduziram a chama crioula até ao DT. Agradecemos também às invernadas de esportes, campeira, cultural e artística, que não mediram esforços para que tudo desse certo. Agradecemos ainda à Diretoria do Clube Dores por todo o apoio, em especial ao casal presidente, **Ana e Cleber Ruviano**, pela constante presença nas festividades”*, enumerou.

Para o casal patrão, não pode ser esquecido o trabalho incansável dos funcionários dorenses, tanto na preparação do desfile quanto no



cuidado com o Salão Querência. *“Tudo isso culminou no belo desfile na Avenida Medianeira, no qual conquistamos os Troféus Barbosa Lessa e 2º lugar do Sentinela da Cultura”*, apontaram.

Em um último agradecimento, Anaides e Zeno parabenizaram a Diretora Culturas do Querência das Dores, **Cristina Iop**. Sua dedicação na idealização e preparação do desfile, ressaltam, foi imperativa para a conquista das premiações.

“No nosso entender foi uma Semana Farroupilha ótima em todos os aspectos”, concluíram com simplicidade.

OLHAR DORENSE



Clicou as belezas ou a estrutura do Clube Recreativo Dores? Pode ser até com sua câmera do celular! Mande para revista@clubedores.com.br

FOTOS DO CLUBE





PRIMAVERA: QUANDO A NATUREZA VICEJA

Quando o inverno termina, as paisagens enchem-se de cores com a chegada da primavera, trazendo junto a floração das plantas e o desabrochar das flores. Graças a suas temperaturas amenas e aumento da umidade do ar, a estação é considerada a mais agradável para sair e aproveitar a mudança de clima.

Enquanto a flora desperta do fim do inverno e das temperaturas baixas, a fauna, em sua maioria, sai do período de hibernação. Os animais polinizadores, como beija-flores e abelhas, aumentam sua atividade devido ao florescimento de algumas plantas.

O desabrochar de certas flores ocorre, geralmente, na primavera por conta do aumento gradativo das temperaturas e o regime de chuvas que cresce nessa estação. Também são essas mudanças que enchem as paisagens de alegria e vida, como as lindas vistas do Clube Recreativo Dores.

Para garantir a valorização deste cenário, o Dores conta com o trabalho do Departamento de Meio Ambiente, coordenado pelo vice-presidente **Guido Zanatta**. O setor é responsável pelo planejamento dos aspectos ambientais do Clube, promovendo a restauração e manutenção das árvores e plantas.

Com o trabalho dos funcionários do horto, além de um belo empurrão da natureza, árvores, arbustos, canteiros, floreiras e, claro, a grama, vicejam como nunca. Desfrutar de toda esta beleza está à disposição do associado dorense em seus momentos de lazer, confraternização ou esportivos.



MAPEAMENTO DOS RISCOS NO TRABALHO

PARA QUE SERVE E COMO FUNCIONAM OS MAPAS



Dependendo do setor retratado no mapa de risco, os riscos podem ser variados. No caso da foto ao lado, da Secretaria, na Sede Central, o único risco é o ergonômico, devido à postura e o tipo de trabalho. No mapa, a representação é feita por um pequeno círculo amarelo.

Riscos	Cor de identificação	Descrição
Físicos		Ruído, calor, frio, pressões, umidade, radiações ionizantes e não ionizantes, vibrações, etc.
Químicos		Poeiras, fumos, gases, vapores, névoas, neblina, etc.
Biológicos		Fungos, vírus, parasitas, bactérias, protozoários, inseto, etc.
Ergonômico		Levantamento e transporte manual de peso, monotonia, repetitividade, responsabilidade, ritmo excessivo, posturas inadequadas de trabalho, trabalho em turnos, etc.
Acidentes		Arranjo físico inadequado, iluminação inadequada, incêndio e explosão, eletricidade, máquinas e equipamentos sem proteção, queda e animais peçonhentos, etc.

A preocupação com a integridade física e mental dos funcionários é parte da rotina do Clube Dores. Uma das medidas adotadas para efetivar este cuidado é a elaboração de mapas de risco, que estão dispostos em dezenas de pontos em ambas as Sedes.

O QUE SÃO OS MAPAS?

Um mapa de risco é uma representação gráfica dos riscos presentes no ambiente laboral. Em uma planta resumida dos locais de trabalho, são exibidos gráficos com círculos coloridos representando níveis e tipos de riscos presentes.

As diversas ameaças possíveis em quaisquer tipos de trabalho são reunidas em cinco categorias: riscos físicos; químicos; biológicos; ergonômicos; acidentes. No mapa, há três níveis de intensidade possíveis: risco pequeno, médio e grande.

Em uma sala do Edifício Administrativo, por exemplo, os maiores riscos tendem a ser ergonômicos, devido à pouca movimentação e tempo sentado. Já no horto, os riscos biológicos e químicos são os que sugerem cuidados, uma vez que os funcionários tratarão com produtos químicos e plantas. Para os que trabalham

nas obras, a atenção principal é com os riscos físicos e com acidentes e assim por diante.

QUEM ELABORA OS MAPAS?

De acordo com a Norma Regulamentadora 5, a elaboração do mapa de risco é de responsabilidade da CIPA em parceria com o SESMT*, se houver. Sendo assim, qualquer uma dessas partes podem elaborar e assinar o documento. O mapa de risco pode ser completo, ou seja, mapeando de uma só vez todos os setores da empresa ou feito por setor — como é o caso do Clube Dores.

QUEM PRECISA TER E QUAL A VALIDADE?

Todas as empresas precisam disponibilizar mapas de risco. Alguns casos específicos, como a construção civil possuem especificidades, mas, via de regra, o cuidado é obrigatório.

O mapa deve ser refeito sempre que houver qualquer alteração no ambiente ou processo de produção, uma vez que podem acarretar novos riscos para o local e para a equipe. Portanto ele não possui uma validade, deve ser sempre renovado de acordo com mudanças.

Colaboração de Adriana Muller
Secretária CIPA 2019/2020 - Sede Central

O ASSOCIADO QUER SABER

Não é raro que algumas questões perturbem o descanso do associado, que muitas vezes apenas não sabe onde encontrar as informações corretas. Pensando nisso, a DoreNSE em Revista criou este espaço de tira-dúvidas. Qual é a sua? Mande para nós: revista@clubedores.com.br



ESTACIONAMENTO PARA IDOSOS

Na segunda metade de setembro, os associados que frequentam o edifício estacionamento, na Sede Central, perceberam a movimentação da equipe de pintura no andar térreo. O trabalho realizado pelos funcionários é a implementação de vagas exclusivas para idosos*.

A partir da conclusão da pintura, as vagas exclusivas para associados com mais de 60 anos estão concentradas no andar térreo — escolha foi por questões de acessibilidade.

QUEM PODE UTILIZAR AS VAGAS?

O uso das vagas, conforme a sinalização deixa claro, é para *associados com 60 anos ou mais*,

que não precisarão de cadastro especial. No momento em que um associado nesta faixa etária utiliza sua carteira social para utilizar o estacionamento, a placa do veículo é automaticamente liberada para utilizar a área naquela sessão.

Não associados que utilizarem o estacionamento em algum evento somente poderão utilizar as vagas especiais mediante o uso do adesivo recebido mediante cadastro junto à prefeitura municipal.

Caso todas as vagas destinadas para maiores de 60 anos estejam ocupadas, os associados ainda podem utilizar normalmente as vagas dos demais andares (os quais também são acessíveis, uma vez que possuem elevador).

Vagas de estacionamento para idosos*: são reguladas pela Lei nº 10.741 de 01 de outubro de 2003 (Estatuto do Idoso), em seu artigo 41. Apesar do texto da lei, o Clube oferece mais vagas do que o estipulado.



PROJETO VERÃO

Conte
com a nossa
variedade,
com nossa
qualidade



BELTRAME
materiais de construção

e prepare
sua casa
para o
verão

Centro: Av. Hélio Basso, 1279 55.3027.0700

Camobi: RS 509, 4060 km 06 55.3026.5000

ACOMPANHAMENTO PARA TUDO!



Fonte | Panelinha

SALADA DE OVOS

Com maionese caseira, os ovos cozidos no ponto certo e salsinha e endro frescos para temperar, a salada de ovos rouba a cena de tão gostosa que fica!

INGREDIENTES

- 6 ovos
- 3 colheres (sopa) de maionese caseira
- 6 ramos de salsinha
- 3 ramos de endro (dill)
- sal a gosto

MODO DE PREPARO

1. Leve uma panela média com água ao fogo alto. Quando ferver, com uma escumadeira mergulhe os ovos e diminua o fogo para médio – a água deve estar fervendo, mas o fogo não pode estar alto para evitar que os ovos batam no fundo da panela (se preferir, faça um furinho na casca da base de cada ovo usando um alfinete, isso evita que a casca rache ao entrar em contato com a água quente). Cozinhe os ovos por 7 minutos.
2. Enquanto isso, separe uma tigela com gelo e água. Lave, seque e pique fino a salsinha. Lave, seque e pique o dill.
3. Passados os 7 minutos, com a escumadeira, transfira os ovos cozidos para a tigela com água e gelo para cessar o cozimento e esfriar – assim fica mais fácil para descascar.
4. Assim que estiverem frios, descasque os ovos: bata delicadamente a base e a ponta dos ovos na bancada e role com cuidado para a casca rachar. Puxe e descarte os pedacinhos de casca mergulhando na água da tigela (ou sob água corrente).
5. Numa tigela misture bem a **maionese caseira** com as ervas picadas. Corte os ovos em quartos, no sentido do comprimento. Corte cada quarto em 3 pedaços no sentido da largura e transfira para a tigela com a maionese. Misture bem com uma colher e ajuste o sal – não se preocupe se as gemas se soltarem dos pedaços de ovo, a idéia é incorporar parte delas ao molho para ficar cremoso. Sirva a seguir com pães, legumes e salada de folhas.



Fonte | Panelinha

SALADA DE LEGUMES

Legumes branqueados e maionese caseira transformam essa clássica salada de legumes em um belo acompanhamento para mesas festivas.

INGREDIENTES

- 4 batatas
- 3 cenouras
- 250 g de vagem
- 1 xícara (chá) de maionese caseira
- folhas de salsinha a gosto para servir
- sal e pimenta-do-reino móida na hora a gosto

MODO DE PREPARO

1. Descasque e corte as batatas em pedaços de cerca de 1,5 cm - o importante não é cortar as batatas em cubos perfeitos, mas sim em pedaços uniformes para cozinhar por igual. Transfira para uma panela, cubra com água, misture 1 colher (chá) de sal e leve ao fogo alto. Quando ferver, abaixe o fogo e deixe cozinhar por cerca de 15 minutos - teste espetando com um garfo, elas devem estar cozidas mas ainda firmes. Enquanto isso, prepare os outros ingredientes.
2. Lave sob água corrente as cenouras e as vagens. Descasque e corte as cenouras ao meio, no sentido da largura. Corte as partes mais finas em quartos e fatie em pedaços de 1 cm; corte as partes mais grossas ao meio, as metades em 3 tiras e as tiras em fatias de 1 cm. Descarte as pontas e corte as vagens em fatias de 1 cm.
3. Preencha uma tigela com água e gelo. Assim que estiverem cozidas, com a escumadeira, transfira as batatas para a tigela com água e gelo para cessar o cozimento. Adicione mais 1 colher (chá) de sal na água fervente e mergulhe a cenoura e a vagem picadas. Deixe por apenas 30 segundos e, com a escumadeira, passe para a tigela com gelo - esse processo de branqueamento deixa os legumes com textura crocante e cor vibrante.
4. Escorra bem a água dos legumes, transfira para uma tigela e junte a **maionese caseira**. Tempere com sal e pimenta a gosto e misture bem. Sirva a seguir com folhas de salsinha frescas.

MAIONESE DE MIXER

Uma maionese que fica pronta em menos de um minuto e sem esforço? Pegue o mixer e opere esta mágica! O resultado é um molho bem firme.

INGREDIENTES

- 2 gemas
- 1 colher (sopa) de vinagre de vinho branco
- 1 colher (sopa) de mostarda de Dijon
- 200 ml de óleo

MODO DE PREPARO

No copo do mixer coloque as gemas, a mostarda, o vinagre e o óleo. Pressione o mixer (desligado) contra o fundo do copo e só então ligue. Bata por 10 segundos sem mexer.

Quando a maionese começar a se formar, levante o mixer delicadamente para uma das laterais, sem parar de bater, e repita para o outro lado. Repita o movimento até formar um molho firme - não mexa muito rápido nem faça movimentos de cima para baixo, isso pode fazer a maionese talhar. Em 15 segundos, a maionese fica pronta! Utilize a seguir ou armazene na geladeira por até 3 dias.



Fonte | Panelinha



Cantina Dorense

das 9h às 24h

55 99990.6060

anaameliaeventos@gmail.com

Ana Amelia Saccol Eventos



O CLUBE DORES É A SALA DE AULA

No manhã de 10 de setembro, turmas de nono ano do Colégio Coração de Maria receberam uma aula diferente de matemática. O estudo de campo, focado no conteúdo de trigonometria, foi em frente à Sede Central do Clube Recreativo Dores.

O professor de matemática **André Eduardo Venturini**, levou os alunos até o Clube pela proximidade da escola e pela segurança. A proposta era medir a altura do suporte da bandeira dorense. *"A arquitetura do mastro é propícia para o estudo que estamos desenvolvendo em sala de aula"*, explicou o professor.

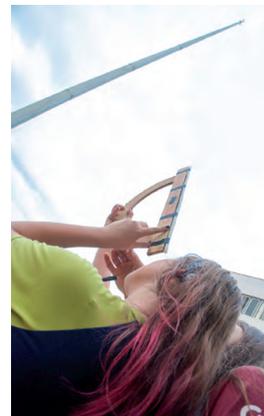
Utilizando conceitos aprendidos em sala de aula e um teodolito caseiro, feito em classe, os estudantes fizeram medições e cálculos tentando descobrir a altura do mastro.

"A ARQUITETURA DO MASTRO É PROPÍCIA PARA O ESTUDO QUE ESTAMOS DESENVOLVENDO EM SALA DE AULA"

ANDRÉ VENTURINI
PROFESSOR

UM EXPERIMENTO ANTIGO

Enquanto o Teorema de Pitágoras remete ao séc. VI a.c. o teodolito é uma ferramenta datada do séc. XVI. Combinando ambos, é possível realizar a tarefa do professor André? Quer tentar? Confira como no box abaixo!



No topo, à esquerda, o professor explica às alunas o funcionamento do teodolito. Logo à direita, uma delas utiliza a ferramenta para calcular o ângulo do mastro. Abaixo, os alunos resolvem as equações.

EXERCÍCIO: CALCULE A ALTURA DO MASTRO

A primeira coisa que você precisará para realizar o exercício será um teodolito. Felizmente, existem diversos tutoriais na internet sobre o assunto. Basta buscar um e montá-lo.

Com o teodolito em mãos, você deve ficar em frente ao mastro para conseguir o valor do ângulo entre os cateto adjacente e a hipotenusa (Y).

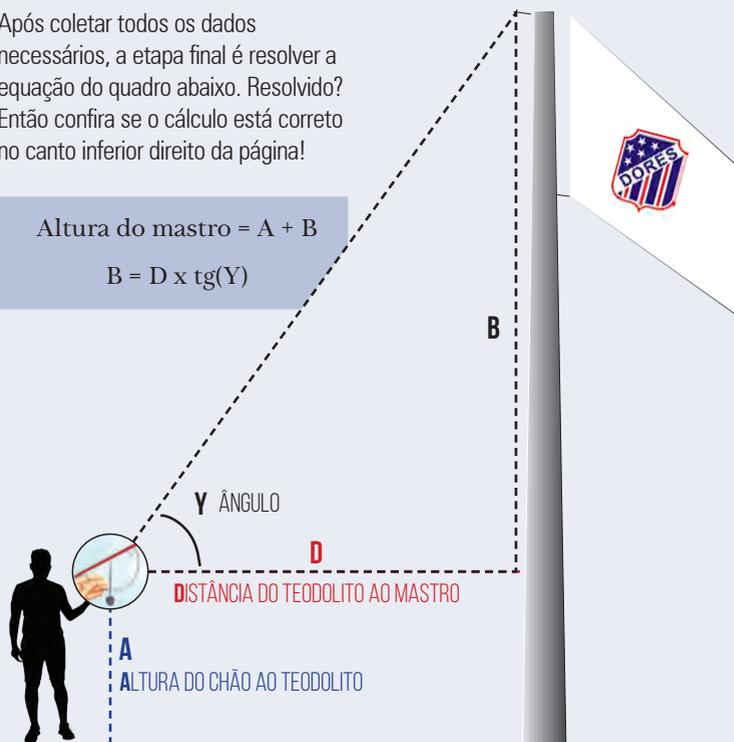
A forma mais fácil de calcular é utilizando o ângulo de 45°, para o qual o valor da tangente é 1. Contudo, uma calculadora científica ou mesmo um celular dará a resposta para qualquer ângulo desejado.

O passo seguinte é calcular a altura do chão até o instrumento (A), que será pouco menos do que a própria altura de quem o segura. Depois, calcula-se a distância entre o ponto onde se está e o mastro (D).

Após coletar todos os dados necessários, a etapa final é resolver a equação do quadro abaixo. Resolvido? Então confira se o cálculo está correto no canto inferior direito da página!

$$\text{Altura do mastro} = A + B$$

$$B = D \times \text{tg}(Y)$$



COMO DESCARTAR LIXO ELETRÔNICO?

Um monitor queimado, um mouse velho cuja entrada não é usb, um fone de ouvido com o cabo quebrado ou mesmo uma carcaça de gabinete, abandonada em favor de um computador mais novo. Este são apenas alguns exemplos rápidos de aparelhos eletrônicos que perderam seu uso e tendem a ser acumulados. Com duas décadas desde a revolução da informática, é difícil quem não acabe inadvertidamente guardando eletrônicos até mesmo por não saber como descartá-los de forma correta.

Para auxiliar o associado com um manejo mais sustentável de seus despejos eletrônicos, o Clube Recreativo Dores disponibiliza um ponto de coleta de lixo eletrônico. Os objetos podem ser depositados no local designado, junto à portaria da Sede Central. A coleta é feita pela empresa santa-mariense **Químea**, especializada em soluções ambientais.

POR QUE LEVAR AO PONTO DE DESCARTE?

Equipamentos eletrônicos não devem ser descartados no lixo comum. O motivo principal é a abundância de metais pesados como o chumbo, o cádmio e o mercúrio presentes na composição dos equipamentos. Se descartados de forma inapropriada, os resíduos podem provocar contaminação no solo e na água de toda a região. Além disso, este tipo de material possui plástico e vidro em abundância — materiais facilmente reciclados, mas que levam muito tempo para se decomporem naturalmente.



O que pode ser destinado?

Peças de computador, impressoras, celulares, entre outros, de acordo com a legislação ambiental

Quais resíduos não recebemos?

Pilhas, baterias e lâmpadas

SEGURANÇA É TUDO!



Solicite gratuitamente a visita de um consultor Manutec para lhe assessorar corretamente na escolha dos produtos ou serviços mais adequados às suas necessidades.

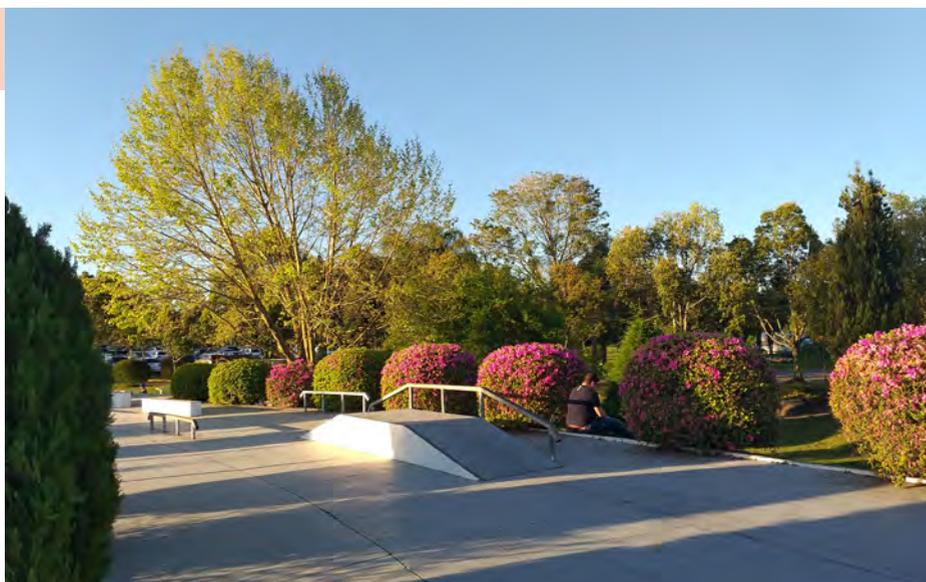
Venâncio, esquina Liberdade - 55 3222.3333 - comercial@manutecseg.com.br - Santa Maria

TECNOLOGIA TOTAL · PESSOAL TREINADO · VOCÊ TRANQUILO

OLHAR DORENSE

Sabe aquela foto sensacional do Clube que você tirou e quer mostrar para todo mundo? Aquele ângulo do toboágua que ninguém viu antes? Mande para nós! As fotos devem ser em boa resolução e sem marcas d'água e serão submetidas à apreciação da comissão editorial.

VANDREIA
BRASIL



Mesmo na correria do dia a dia, o Dorenses é uma ótima opção para quem quer relaxar e curtir um ambiente calmo e bonito com a família. As paisagens do Clube nunca decepcionam, mas com a chegada da estação mais bonita do ano, vem com ela o desabrochar das mais belas flores. As temperaturas amenas tornam as visitas mais agradáveis, e os associados não perdem a chance de registrar os momentos e as cores desta estação. Enquanto as águas do lago da Sede Campestre continuam sendo um ótimo cenário para lindas fotos, os dorenses também aproveitaram o ar alegre e as mudanças da paisagem que a primavera trouxe.



JORGE LUIZ
RONCATO

DAYANA
RODRIGUES

VANDREIA
BRASIL



Picnic R&S

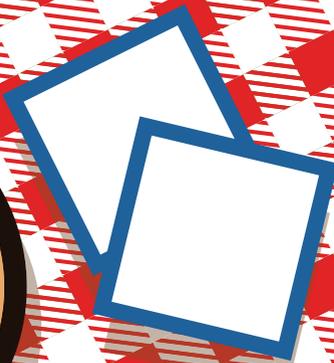
CLUBE RECREATIVO



06 DE OUTUBRO* | 15h | SEDE CAMPESTRE

- Mateada;
- Brinquedos e teatro;
- Distribuição de mudas e doces;
- Entrega de brinde para as primeiras 600 crianças.

*EM CASO DE MAU TEMPO O EVENTO SERÁ REALIZADO NO DIA 20/10



DORES FITNESS: DE ALUNA À INSTRUTORA

Há muitos anos **Eliane Rodrigues Gomes Careli**, de 35 anos, pratica atividades físicas. Frequentou diversas academias até que, três anos atrás, associou-se no Clube Dorens. Hoje, além de frequentar a academia dorense, também realiza seu estágio da faculdade de Educação Física na Dorens Fitness. Após pouco mais de um mês de estágio, Eliane fala sobre o outro lado da relação instrutor e associado.

A dorense conta que, mesmo sendo uma academia grande, com ampla demanda de atenção dos profissionais, sempre foi bem atendida e corrigida quando não realizava um exercício de forma adequada. Porém, afirma que sentia insegurança com os olhares e cuidados. Se perguntava se alguém cuidava o que estava fazendo, se havia alguém monitorando seus exercícios, e se o que fazia estava correto.

No primeiro dia de estágio, contudo, Eliane já mudou sua impressão. Quando chegou, foi recebida com uma palestra de motivação e orientações sobre como lidar com o público, além de como abordar e corrigir os exercícios. Ela traz a tona o destaque dado para o saber dar atenção ao aluno, indo conversar e explicar, procurando realmente ajudar.

Assim, a dorense aponta que *“o cuidado maior, o tempo todo, é o associado. Existe uma*

O CUIDADO MAIOR,
O TEMPO TODO, É O
ASSOCIADO. EXISTE UMA
GRANDE PREOCUPAÇÃO EM
APRIMORAR, MELHORAR E
BUSCAR CONHECIMENTO



grande preocupação em aprimorar, melhorar e buscar conhecimento”, explica. Por estar no início da faculdade, Eliane

realça a importância de aprender na prática com uma equipe que a ajuda muito. *“Eu só tenho a agradecer por essa oportunidade que o Clube me deu de estar fazendo o que eu*

gosto, o que eu faço com amor. Quero aprender e transmitir esse conhecimento”, assegura.

De aluna a estagiária, Eliane vivencia dois pontos de vista completamente distintos no convívio da Academia Dorens Fitness.

Confiança no que faz

QUÍMICA PAMPA LTDA

Produtos químicos e industriais

Credibilidade, preço acessível e assistência técnica

RS 509 / Km 7 / Camobi / Santa Maria / RS

(55) 3226.1377 / 3225. 2704



SUPERA

2ª EDIÇÃO

DESAFIE-SE!



GINÁSTICA
FUNCIONAL



BIKE
INDOOR



09
NOVEMBRO

15h
SALA
FIT ALL

Inscrições e informações
na Sec. de Esportes
Classificação: 15 anos

VAGAS
LIMITADAS



EXERCÍCIOS FÍSICOS X ALZHEIMER



José Francisco Silva Dias, mais conhecido como professor Juca, é formado em Educação Física e Direito, possui mestrado em Educação e doutorado em Educação, atualmente é professor titular da UFSM, atuando nos temas da terceira idade e envelhecimento.

Lá pelos anos 1982 iniciamos nossos estudos sobre envelhecimento humano com o objetivo de contribuir, através da nossa profissão, com a melhoria da qualidade de vida dos idosos de Santa Maria e região, usando de início a natação, ginástica, recreação, jogos adaptados e musculação no sentido de manter por mais tempo a sua autonomia física e intelectual, tentando assim postergar a dependência da qual todos nós temos medo! A partir de 1984, o Centro de Educação Física e Desportos da UFSM iniciou também a formar, de maneira pioneira no país, a formação de professores de Educação Física com formação voltada aos idosos na área da gerontologia.

O preâmbulo acima serve para justificar, de maneira sucinta, a nossa trajetória em prol de um trabalho preventivo cuja importância pode ser resumida em quatro palavras que há muito tempo usamos em nossas centenas de preleções: -"SOMOS SERES DE

MOVIMENTO"- O ser humano

começa seus movimentos na barriga da mãe e eles serão sempre imprescindíveis pelo resto de nossas vidas!

O Alzheimer foi descoberto há mais de um século e ainda não são

conhecidas com exatidão as suas causas. Os neurologistas dizem que, quando os sintomas se manifestam, centenas de neurônios já morreram e conexões foram perdidas. Não pretendo aqui me aprofundar sobre esta doença

pelo fato de que existem médicos neurologistas e geriatras que com certeza entendem bem mais do que nós! Queremos neste espaço demonstrar que os cientistas, médicos e as atuais pesquisas colocam que a influência dos hábitos saudáveis, tais como: a) alimentação, rica em antioxidantes reduz a inflamação cerebral que é um risco para o Alzheimer; b) a atividade Física diminui, segundo os estudos, em até 45% o risco de desenvolver o Alzheimer, no entanto aqui defendemos uma prática bem mais precoce, evitando o sedentarismo e não deixar para "mais tarde" a adoção das práticas de atividades físicas porque pode, às vezes, ser "tarde demais"; c) evitar o fumo porque segundo os estudos, prejudica toda a circulação do sangue pelo corpo, prejudicando os vasos do cérebro (assim como o do coração), aumentando em até 19% o risco da doença; d) vida social, integração com outras pessoas através do qual estimula o cérebro a fazer interpretações, a linguagem, e principalmente a memória. Além disso, aprender coisas novas como tocar instrumentos, montar quebra cabeças, decorar poesias, cantar, etc.

Este pequeno lembrete mostra que, nas questões de prevenção e de cuidados, somos uma comunidade muito bem servida. No entanto, quanto à prevenção relativa às atividades físicas, todas, inclusive aquelas recreativas, as quais são primordiais na infância e altamente necessárias na velhice, salvo alguns exemplos, estamos muito carentes. Não podemos admitir, por exemplo, que a maioria das escolas tenha uma aula de Educação Física por semana (quando

A ATIVIDADE
FÍSICA DIMINUI,
SEGUNDO ESTUDOS,
EM ATÉ 45% O RISCO
DE DESENVOLVER O
ALZHEIMER

tem) e que aulas de reforço para disciplinas teóricas ou cursinhos sejam colocados nos horários que deveriam ser para atividades físicas e recreação! É uma total ignorância sobre as questões de aprendizado, porque na realidade o corpo em movimento é que propicia uma grande circulação dos pés à cabeça! As pessoas precisam ter a consciência de que o “segundo coração” - segundos cardiologistas- está na “batata das pernas”, onde um sistema de micro válvulas empurra o sangue de volta até a altura do diafragma, para daí voltar ao coração e assim fazer esta irrigação sanguínea sem a qual não sobrevivemos. Pois bem, isto só é possível a partir da simples caminhada e, lógico, através de todos os movimentos que nos dão energia e prazer, tais como: jogos, natação, bicicleta, musculação, dança, etc. A continuar este descaso com a prevenção, não sei se esta geração de agora chegará a envelhecer como seus avós, sendo sedentários, comendo alimentos processados e com a atenção voltada, na maior parte do tempo, para as telas de computação e celular!

Os associados do Clube Dores possuem, para todas as idades, inúmeras possibilidades de atividades físicas orientadas por profissionais formados e competentes, como a academia e as piscinas térmicas, além de espaços privilegiados ao ar livre, junto a uma natureza exuberante que motiva a prática saudável! Quando se fala de todas as idades, o Clube Dores possui a Escola Doritos que propicia as crianças atividades múltiplas de recreação

e que, de maneira preventiva, colocam na vida das crianças possibilidades de atividades físicas que poderão carregar para toda a vida! Existem ainda as escolhinhas esportivas de várias modalidades que colocam o esporte desde cedo na vida das crianças e adolescentes. Sem contar com equipes adultas de esportes competitivos com categorias que vão até o máster!

Observando toda esta infraestrutura organizada, sempre mantida com esmero e colocando sempre o que há de melhor ao associado, podemos sim questionar: - O associado já parou para pensar que ele tem à disposição toda a possibilidade de uma VIDA SAUDÁVEL para toda a família? Portanto, quando estamos observando nas mídias, do mundo inteiro, que estamos nos tornando cada vez menos ativos, devido também às tecnologias postas à disposição de todos, com os carros, ônibus, elevadores, motos (menos a bike) que nos carregam para todos os lados, vamos sim nos tornando cada vez mais suscetíveis a doenças e dependentes de medicamentos!

Não esquecendo que devemos sempre optar por uma alimentação saudável, além de fazermos nossa parte no sentido de, a partir dos 45 anos, fazermos uma visita ao médico com o objetivo de podermos usufruir de toda a nossa maravilhosa infraestrutura esportiva sem receio de risco à nossa saúde. Mais uma vez lembrando que o Clube possui profissionais formados e competentes e que estão lá para servir da melhor forma possível!



CONHEÇA NOSSO MAIS NOVO FRANQUEADO COM BANDEIRA SANTA LÚCIA:

DSL
POSTOS SANTA LÚCIA

POSTO DSL SANTUÁRIO
Restinga Sêca

Posto de combustível com loja de conveniência e troca de óleo.
Restinga Sêca, rodovia RST-287, perto do trevo de acesso à Quarta Colônia.



Distribuidora
Santa Lúcia



(55) 3221.6333 | (55) 9 9141.6745
distribuidora@gruposantalucia.com.br
RS 287 Km 240,6 nº 9400
Bairro Camobi | Santa Maria – RS



1ª COPA DORENSE DE BOCHA

Nos dias 21 e 22 de setembro, o Clube Recreativo Dorenses realizou a primeira edição da Copa Dorenses de Bocha — Modalidade Trios. A competição reuniu bochófilos de todo o estado, tornando-se de imediato uma referência no calendário do esporte.

Ao todo, 28 equipes participaram da competição. Entre titulares e reservas das agremiações participantes, mais de uma centena de bochófilos estiveram envolvidos nos dois dias da Copa Dorenses.

Na primeira fase, as partidas foram disputadas nas cinco canchas do Clube Dorenses e em outras agremiações da cidade, integrantes da Liga Santa-mariense de Bocha. Nas classificatórias, foram montadas sete chaves com quatro trios cada. De cada uma, três equipes avançaram.

A segunda fase da competição foi organizada na forma de sorteio e mata-mata. As últimas partidas foram entre os trios Clube Dorenses e Vidraçaria Freitas (Santa Maria) e Clube Caixeiral Dom Pedrito e Mecânica Silveira (Santa Maria), com vitória da equipe da casa e do trio pedritense.

Na grande final, contra o Clube Caixeiral de Dom Pedrito, o Clube Recreativo Dorenses mostrou toda sua garra e habilidade, garantindo o título de campeão da competição.

Além do ouro, os atletas do Clube Dorenses conquistaram duas das três premiações individuais. **Dioberto** recebeu o troféu de melhor meio e **Sarrafinho** de melhor ponteiro. O destaque de melhor bochador ficou com **Tiaguinho**, do trio de Dom Pedrito.

Durante a premiação, o presidente Executivo dorenses, **Cleber Ruviano**, parabenizou os bochófilos e à comissão técnica pelo excelente evento. Na mesma ocasião, o vice-presidente de Bocha, **Gilmar Arruda**, agradeceu à organização, especialmente ao assessor da modalidade, **Arioli Righi**, e ao presidente da Liga Independente de Bocha de Santa Maria, **Edemar Eilert**, além do funcionário **Leonardo**, da Secretaria de Esportes. Encerrando, Gilmar parabenizou mais uma vez a equipe do Clube Dorenses, pelo empenho e participação dos atletas.

Ao lado, o presidente do Clube Dorenses, Cleber Ruviano, e o vice-presidente de Bocha e técnico da equipe dorenses, Gilmar Arruda, seguram a taça junto aos integrantes da equipe campeã. Na lateral, logo acima, os bochófilos da equipe Clube Caixeiral de Dom Pedrito posam com o troféu de segundo lugar da competição. Acima, momentos da partida entre o Clube Dorenses e o trio Vidraçaria Freitas, disputando a vaga na grande final. No topo, à esquerda, os dorenses comemoram a conquista do título na vitória sobre os pedritenses.

GINÁSIO DE TÊNIS INAUGURA COM TORNEIO

No dia seguinte à inauguração do Ginásio de Tênis da Sede Campestre, o Departamento de Tênis iniciou o primeiro evento esportivo do espaço. Nos dias 13 e 14, foi disputado um torneio de duplas comemorativo.

Conforme a organização, o principal motivo para a realização foi dar a possibilidade de jogar nas novas quadras aos dorenses. Contudo, o evento também oportunizou mais um momento de integração ao calendário tenístico dorense.

No topo, o vice-presidente de Tênis, Ricardo Luiz Dal Ponte, e a professora de tênis dorense, Juliana Appel, entregam a premiação aos campeões da competição masculina, Rudimar Zanco e Alexandre Gelain. Abaixo, à direita, os vice-campeões, João Gustavo Kraetzig e Rafael Pauleski. Abaixo, à esquerda, as duplas vencedoras da categoria feminina. À direita, as vencedoras, Juliana Appel Mortari e Sílvia Aita, e, à esquerda, as vice-campeãs, Andreia Nascimento e Andreia Piovesan.



CASAS com **2** dormitórios
a partir de **R\$ 135.300,**

PRESTAÇÕES
a partir de **R\$ 479,⁹⁸**

VENHA MORAR EM UM BAIRRO PLANEJADO

····· RESIDENCIAL ·····

MONTEBELLO V

INCORPORAÇÃO E CONSTRUÇÃO

FINANCIAMENTO

EXCELENTE LOCALIZAÇÃO

entre UFSM e o Centro

- Possibilidade de ampliação e garagem fundos do terreno;
- Laje de Concreto;
- Paredes externas, sala e cozinha em concreto armado;
- Janelas de alumínio com veneziana nos dormitórios e com grades nas demais;
- Ruas pavimentadas, calçadas em concreto, redes de esgoto, pluvial, água, energia e iluminação pública.

Financiamento na planta pela **CAIXA**

Subsídios para abater na entrada

Paredes em gesso acartonado

FAÇA SUA RESERVA

JAIR BEHR
ASSESSORIA IMOBILIÁRIA

www.jairbehr.com.br
(55) **2103.8200**
(55) **9.9910.2525**

ESTADUAL DA MELHOR IDADE DE BOLÃO

No final de agosto, foram realizadas três eliminatórias do Campeonato Estadual da Melhor Idade Masculino. Um quinteto de bolonistas do Clube Recreativo Dores participou da disputa feita na cidade de Garibaldi, no dia 31.

Atletas de 14 agremiações de todo o Rio Grande do Sul participaram da competição, sediada no Clube União de Moços Católicos. Desta etapa, os seis melhores quartetos conquistariam a classificação para a fase seguinte.

Depois de uma série acirrada de rodadas, os dorenses selaram sua classificação. Fechando a competição em quinto lugar, os representantes do Clube Dores voltarão às pranchas de bolão no



Campeonato Estadual, que será sediado pelo Clube Oriente, de Campo Bom.

O quinteto dorense participou da etapa classificatória do Campeonato Estadual e garantiu vaga para a próxima competição. Na foto, da esquerda para a direita: Fabbrin, Alberi, Roberto e Flávio. O quinteto foi fechado por Claudemir e, como reserva, Guga, que não saíram na foto.



DORES LEVA TROFÉU NO FEMININO DA MELHOR IDADE



Acima, a dorense Ilse Vitalis recebe o troféu de Braço de Ouro, pelo melhor desempenho individual da competição. Mais acima, as dorenses comemoram o troféu de quarto lugar no Estadual da Melhor Idade. Da esquerda para a direita: Mirtes, Ana, Claudemir (capitão), Ilse, Alacir, Adriana e, agachada, Roseli.

Nos dias 6, 7 e 8 de setembro, as bolonistas dorenses participaram do Campeonato Estadual de Bolão Melhor Idade Feminino de 2019. A competição foi sediada pelo Clube Cultural Minuano, na cidade de Gramado.

Ao longo da competição, 23 equipes lutaram pela taça, sendo o Clube Dores o único representante da região central do estado. Nos três dias, foram disputadas as fases classificatória (com todas as equipes), semifinal (com 12 equipes) e final (com oito equipes).

Na primeira passada, as dorenses garantiram a melhor pontuação da

rodada. Com derrubadas perfeitas, fecharam a fase classificatória com 800 pinos.

Com 740 pontos na segunda passada e 761 na terceira, a equipe do Dores conquistou o quarto lugar no Campeonato Estadual de Bolão Melhor Idade Feminino de 2019.

Além do troféu da equipe, a equipe dorense comemorou a conquista de individual de uma de suas integrantes. **Ilse Schneider Vitalis** foi a jogadora com melhor índice de derrubadas de toda a competição. Sozinha, a bolonista do Clube Dores marcou 496 pontos, o que lhe rendeu o troféu Braço de Ouro.



SOCCER GRASS
PISOS ESPORTIVOS

DESDE 1995.

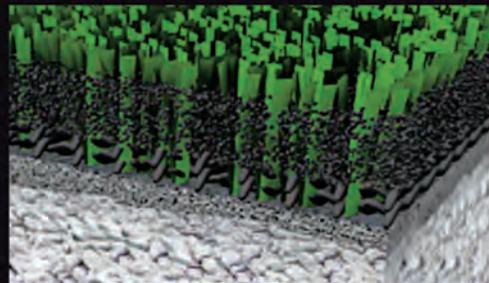
A **única grama sintética** que realmente aceita o **uso de chuteiras com trava.**

MULTIFIBRILADO®



As fibras da grama multifibrilada® são produzidas em Polietileno com qualquer gramatura de fio (dtex). Mais altas e tufadas, proporcionam maior durabilidade e resistência ao gramado. Além disso, sua proteção aos raios UV garante que a coloração original seja mantida por toda a vida útil do campo.

TOTAL RUBBER®



Sistema de instalação exclusivo da Soccer Grass, que elimina o uso de areia, utilizando preenchimento com 100% grânulos de borracha, garantindo a absorção de impacto por muito mais tempo, aumentando a vida útil do gramado em 40%, trazendo maior conforto e segurança para os atletas, pois diminui o risco com as lesões provocadas pela tração ou movimentos do corpo.

 (11) 93221-1182

 (11) 5521-9826

www.soccergrass.com.br

 /soccer.grass

 /soccergrassbrasil



A equipe dorense posa com o troféu de campeões do estado. Em pé, da esq. para a dir.: Flávio, Simião, André, Roberto, James, Fabbrin, Beltrame, Claudemir, Guga e Alberi. Agachados, da esq. para a dir.: Cesar, Márcio e Marcinho. Junto a eles, o presidente Executivo do Clube Dores, Cleber Ruviano, e a Rainha de Festas adulta, Isadora Fabbrin.

DORES VENCE ESTADUAL SÉRIE OURO

Entre os dias 20 e 22 de setembro, os olhos de todos os amantes do bolão estiveram voltados para o Clube Recreativo Dores. Nesta data, a Sede Central do Clube recebia bolonistas de todo o Rio Grande do Sul para o 4º Campeonato Estadual Série Ouro de Bolão — Bola 23.

O evento iniciou no Ginásio Poliesportivo do Clube, com a apresentação das equipes, além de discursos das autoridades presentes, o presidente do Clube Dores, **Cleber Ruviano**, e do presidente da FBRGS (Federação de Bolão do Rio Grande do Sul), **Enardo Braun**.

A competição foi realizada em três passadas. Com um desempenho impecável, os bolonistas dorenses conseguiram os melhores resultados em cada uma das etapas: 1685 pinos na classificatória (51 pinos à frente do segundo); 1711 pinos na semifinal (com 27 pinos de vantagem); 1711 na final (5 pinos à frente do vice).

No cômputo final, a principal competição de bolão do estado foi encerrada com vitória dorense. A prata ficou para a Sociedade Ginástica de Ijuí e o bronze para Sociedade Centro Recreativo Tiradentes, da cidade de Santo Cristo.



À esquerda, as delegações das 18 equipes visitantes, assim como os amantes do esporte dorenses, lotaram as arquibancadas das pistas de bolão do Clube. À direita, Márcio Einloft, jogador dorense que conquistou o Braço de Bronze, realiza uma jogada.





Os dorenses também comemoraram na premiação dos destaques individuais. O jogador **Márcio Augusto Einloft** foi premiado como braço de bronze da competição. Com 521 pinos derrubados, o dorenses ficou a apenas um ponto do braço de prata e sete pontos atrás do braço de ouro.

O Clube Recreativo Dorenses como um todo e, particularmente, o Departamento de Bolão encerraram o 4º Campeonato Estadual Série Ouro de Bolão com satisfação. Além de excelentes resultados, o Clube ofereceu um espetáculo esportivo. Conforme avaliou o blog especializado em bolão "O Braço de Ouro", o evento possuía *"todos os ingredientes que não deixam nada a desejar aos grandes espetáculos esportivos que nos acostumamos a ver na televisão: um grandioso palco, magníficos troféus, torcidas vibrantes, garra, talento e muita dedicação esportiva"*.

Acima, à esquerda, a Sociedade Ginástica de Ijuí posa com o troféu de segundo lugar e, à direita a Sociedade Centro Recreativo Tiradentes posa com o de terceiro. Logo abaixo, à esquerda, a Rainha de Festas Isadora Fabbrin entrega o troféu Braço de Bronze para o bolonista dorenses Márcio Einloft.



Visite nossa loja e conheça nossos produtos e promoções, ou se preferir faça seu pedido via telefone e receba-o no conforto do seu lar ou estabelecimento.

Av. Hólvio Basso, 1345 - Duque de Caxias | Santa Maria - RS
55 3028.9200 | 3223.5820
www.hipersul.com.br



À PROCURA DA ESSÊNCIA DA MPB

NOS DIAS 22 E 23 DE NOVEMBRO, A COMPANHIA DANCE ONE CLUBE DORES APRESENTARÁ MAIS UMA EDIÇÃO DE SEU ESPETÁCULO DE FINAL DE ANO. PARA APRESENTAR A TEMÁTICA E FALAR UM POUCO SOBRE O DESENVOLVIMENTO DAS COREOGRAFIAS, A DORENSE EM REVISTA PREPAROU UMA ENTREVISTA COM A PROFESSORA E COREÓGRAFA RESPONSÁVEL, FABIANA ÁVILA.

Dorensense em Revista: Podes falar um pouco sobre o tema do festival e o porque da escolha?

Fabiana Ávila: A Dance One Dores levará ao palco, neste ano em que comemoramos 15 anos de existência, o espetáculo "Essência". Com exclusivamente músicas brasileiras, a companhia interpretará a ideia principal, o âmago, a essência de cada letra musical, o pensamento do compositor ao criar a música, o que cada canção têm a nos mostrar ou dizer, as entre linhas, metáforas e intenções mais importantes que nos fazem emocionar, viver e até lembrar de momentos e fatos históricos contados através das melodias.

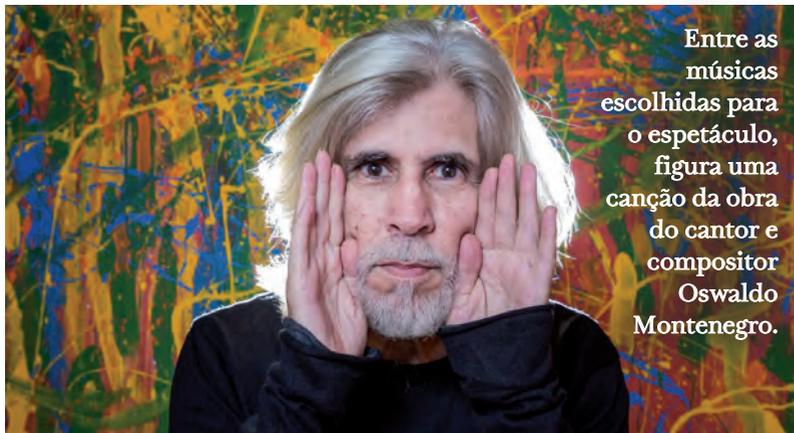
A ideia deste tema é unir o movimento, a emoção e a interpretação dos bailarinos com a reação do público. O Espetáculo Essência tem como objetivo fazer com que o público sinta toda a sensibilidade composta pelas músicas brasileiras, cada qual com sua existência e importância. As composições falam muito...nos fazem pensar, refletir, lembrar, alegrar e chorar.

Como este ano completamos 15 anos de caminhada, pensei em propor para o os bailarinos e público uma temática que envolvesse mais os sentimentos.. que pudéssemos juntos viver, sentir, emocionar com uma variedade e diversidade de fatos, de histórias, de sentidos.

Cada música é uma história e será contada através da dança extraindo desta a sua principal Essência.

Como foi a recepção dos bailarinos à proposta? E o desenvolvimento das coreografias transcorreu bem?

Quando passei para os bailarinos a proposta do espetáculo a primeira recepção foi de medo e de responsabilidade. Como faríamos? Qual o estudo seria feito? O



Entre as músicas escolhidas para o espetáculo, figura uma canção da obra do cantor e compositor Oswaldo Montenegro.

que a letra diz e quer dizer? [...] Não está sendo fácil, pois a apropriação da música, do que o compositor quer dizer, e de como interpretamos sua história é um trabalho difícil, minucioso e que requer grande responsabilidade. O maior trabalho é deixarmos a emoção da música tocar nosso coração, corpo e alma, deixar que os movimentos contem a sua essência. Os bailarinos precisam imaginar, sentir, viver realmente cada palavra, cada intenção do compositor e cantor para que tomemos mais real a sua essência.

Em anos anteriores houve coreografias difíceis de trabalhar em função da carga emocional. Houve algo assim desta vez?

A maior dificuldade este ano é uma coreografia específica, onde há um marco da história brasileira, uma música forte, de grande emoção e que contém uma bagagem histórica importante. Para essa dança foi preciso muitas conversas, montagens e remontagens para que não se torne "pesada", nem "influenciada", para que não haja posicionamentos, nem tendências, mas sim mostrar a essência de um clássico da música brasileira que entre linhas conta uma luta, uma verdade obscura, uma mistura de sentimentos. O grupo adulto que irá interpretar esta composição passou por grandes desafios e a cada ensaio a emoção toma em uma realidade sentida através da melodia e dos movimentos da dança.

Há alguma coreografia que gostaria de destacar?

Não há nenhuma música em destaque, somente que o espetáculo será rico em estilos musicais, cantores que marcaram a música popular brasileira, letras e composições conhecidas da maioria das pessoas, pela sua importância e

simbologia. Mostraremos com Elis Regina, Geraldo Vandré, Oswaldo Montenegro, Marisa Monte, dentre outros cantores a alegria e a tristeza, a pureza e o preconceito, a magia, a luta, e todas as características que definem a natureza intrínseca de cada ser.

Encerraremos o espetáculo mostrando a nossa mais profunda essência, o que move a Cia. e nos faz a cada ano continuar, que é a Amizade, a fé e o Acreditar.

Se houver mais alguma coisa que desejes comentar, podes usar este espaço.

O espetáculo será apresentado em duas noites, dias 22 e 23 de novembro no Ginásio do Clube Dores, o qual receberá toda uma decoração especial: teto, palco principal, palcos paralelos, telões, exposição de cartazes e fotos contando um pouco nossa caminhada nestes 15 anos, balões, bolo, luzes e muitos efeitos especiais irão colaborar para beleza do espetáculo.

Há 15 anos a Dance One Dores Cia. de Dança trabalha com amor, dedicação e muita união e amizade proporcionando aos nossos bailarinos a arte do dançar, expressar e viver todo o encanto e magia que dança consiste.

Para fechar, gostaria que fizesse um convite para que os associados prestigiem o evento.

Para este ano convidamos para viverem conosco com mais emoção, sensibilidade e sentimentos acompanhados pela nossa música popular brasileira deixando fluir a essência de cada tom, de cada nota musical, de cada letra cantada e da forma mais bonita de expressão será interpretada através dos movimentos de cada bailarino. Música, dança, expressão e sentimentos compõem nosso XV espetáculo de dança – Essência.

CLUBE RECREATIVO DORES

E *Yance One*

APRESENTAM SEU

XV ESPETÁCULO DE DANÇA

ESSENCIA



DA MÚSICA BRASILEIRA



GINÁSIO DO
C.R. DORES

22 e 23 de
NOVEMBRO

DORES CONQUISTA V TAÇA DE VOLEIBOL



Nos dias 16 e 23 de agosto, foi realizada a V Taça de Voleibol Juvenil masculina e feminina. O evento ocorreu no ginásio poliesportivo do Clube Recreativo Dores, em que a masculina foi no dia 16, e a feminina no 23.

Ambas as categorias apresentaram o mesmo regulamento e formato de competição, com quatro equipes em cada naipes. Entre masculinas estavam: Clube Recreativo Dores, Centenário, Militar e AVF. Já nas femininas, estavam as seguintes: Clube Recreativo Dores, Centenário, Militar e Santana.

Os jogos tiveram início às 14h, em que partidas emocionantes e disputadas ocorreram. Nas duas categorias o Dores chegou até a final, jogando contra o Colégio Militar no masculino, e contra o Colégio Santana no feminino. Em ambas o Clube Dores conquistou o primeiro lugar.

Após o término das partidas, a gerente de esportes Adriana Corrêa fez a cerimônia de entrega das premiações às equipes vencedoras. Foi aproveitado o momento para divulgar as novas taças de voleibol do Clube.



VÔLEI MASTER VAI A RIVERA E PELOTAS

Nos dias 27 e 28 de julho, o time de voleibol máster Dores B participou do Torneio de Vôlei Master de Rivera, no Uruguai. Os jogos das classificatórias foram no dia 27, através dos quais o time do Dores conseguiu entrar na série Ouro do torneio. Já no dia 28, aconteciam os jogos decisivos, na qual o Clube caiu nas semifinais, porém, acabaram por ficar em quarto lugar. O torneio serviu de base para que a equipe ganhasse confiança para os desafios que estão por vir.



Já nos dias 17 e 18 de agosto, o time viajou para Pelotas para disputar outro torneio internacional. No primeiro dia, os jogos foram difíceis e disputados, o que levou o time para a colocação na série Prata. No dia 18, a equipe se uniu ainda mais e conseguiu se consagrar campeão da série Prata, o primeiro 1º lugar que o time conquista no ano. A equipe ficou realizada por verem seus esforços e objetivos traçados darem resultados.



Nos dias 17 e 18, a equipe de Vôlei Máster B do Clube Recreativo Dores foi à cidade de Pelotas para um torneio, no qual conquistaram primeiro lugar da série prata.



VOCÊ NO FOCO

Participou de uma festa no Clube Recreativo Dores?
Fotografou aquele momento em família na Sede
Campestre? Mande para revista@clubedores.com.br

FOTOS DE ASSOCIADOS



DORES SEDIA CITADINO DE VOLEIBOL

No dia 20 de setembro, foi realizado o Campeonato Citadino de Voleibol. Os jogos ocorreram nas quadras do Clube Recreativo Dorenses, em que as equipes de Série Ouro e Prata feminino foram premiadas.

As classificatórias colocaram as equipes AVF/Construtora Jobim, AABB/ATA/MoveOn, Dorenses A e UFSM/NIEMMS nas semifinais da Série Ouro, e as equipes Vôlei Master Construtora Jovim, VSMAE, Liga Paraíso e Dorenses B na Série Prata.

Nas semifinais da série Ouro, a equipe AVF/Construtora Jobim venceu a AABB/ATA/MoveOn no Grupo A, e, assim, garantiu o título municipal e a participação nos Jogos Intermunicipais do Rio Grande do Sul em 2020. No Grupo B, as jogadoras dorenses do time A foram vitoriosas sobre a UFSM/NIEMMS, ganhando o terceiro lugar.

Já na Série Prata, em que estavam o terceiro e quarto lugar da fase classificatória, a Vôlei Master Construtora Jobim venceu a VSMAE, conquistando o primeiro lugar. E a Liga Paraíso chegou ao terceiro lugar ao ganhar do Dorenses B.



TURMAS PARA PERÍODO EXPERIMENTAL



FUTSAL

CATEGORIA SUB 9

HORÁRIO: 9h
SEG. E QUA
QUADRA A

FUTSAL

CATEGORIA SUB 7

HORÁRIO: 10h
SEG. E QUA
QUADRA A

FUTSAL FEMININO

8 AOS 14 ANOS

HORÁRIO: 10h30 e 18h
QUINTAS E SÁBADOS
QUADRA C



NOVAS TURMAS ABERTAS



HIIT (HIGH-INTENSITY INTERVAL TRAINING)

O treinamento intervalado de alta intensidade ou HIIT é um modelo de treinamento de curta duração no qual são aplicados variados estímulos de alta intensidade, intercalados por recuperações em baixa intensidade ou parado. Atualmente, o HIIT vem sendo utilizado para diversos fins no universo das atividades físicas, inclusive na redução da gordura corporal.

Dessa forma, a literatura científica deixa transparecer que o treinamento intervalado de alta intensidade parece ser uma alternativa para melhora do

condicionamento cardiorrespiratório e emagrecimento.

O treinamento intervalado de alta intensidade tem sido considerado como uma estratégia eficiente na melhoria do aptidão física e na redução da gordura corporal quando comparado com o treinamento de intensidade moderada.

Esse tipo de treino revelou-se muito eficaz na melhoria da capacidade aeróbica e anaeróbica, no componente cardiovascular, na diminuição da resistência a insulina, da gordura abdominal, e conseqüentemente, no peso corporal.

FUNCIONAL KIDS

O Funcional Kids é uma modalidade lúdica e dinâmica que tem por objetivo desenvolver as capacidades físicas das crianças, buscando fortalecer e aperfeiçoar movimentos naturais que devido ao sedentarismo e avanço tecnológico não são desenvolvidos com eficiência.

Tem como objetivo desenvolver, aprimorar as qualidades físicas com um método seguro e efetivo de condicionamento para crianças com várias necessidades, metas e capacidades. Diante do surgimento de novos hábitos de vida que ocasionaram o crescimento da obesidade infantil dentre outras patologias, o Funcional

Kids é uma aula onde a criança realiza exercícios baseados no dia a dia como correr, pular, empurrar entre outros.

Tem como benefícios: redução de lesões em esportes e atividades de recreação; desenvolvimento motor e aprendizagem motora; alto gasto calórico; regulação do sono e apetite; desenvolvimento sócio afetivo.

O profissional de educação física estimula as crianças através de exercícios de corrida, saltos, agilidade, velocidade, coordenação, força e equilíbrio, além de jogos competitivos e cooperativos.



GINÁSTICA MULTIFUNCIONAL



É um programa de exercícios físicos que tem o objetivo de desenvolver todas as capacidades físicas e também as habilidades motoras, como correr, saltar, e arremessar de maneira integrada. Agilidade, coordenação, equilíbrio, força, resistência, velocidade, habilidades motoras e cognitivas, são alguns dos benefícios que os alunos adquirem através dos exercícios.

O treinamento é baseado em uma prescrição coerente e segura de exercícios que permitam a estimulação do corpo humano de um modo capaz de melhorar todas as qualidades do

sistema musculoesquelético, como força, velocidade, equilíbrio, coordenação, flexibilidade, lateralidade, resistência cardíaca e neuromuscular.

O foco é trabalhar padrões de movimento como puxar, empurrar, agachar, recrutando mais unidades motoras. O treinamento funcional estimula o corpo humano de maneira a adaptá-lo para as atividades normais do cotidiano. Sendo que um aspecto essencial neste tipo de treinamento a ser bem explorado são os exercícios que estimulem a propriocepção, a força, a resistência muscular, a flexibilidade, a coordenação motora, o equilíbrio e o condicionamento físico.

TURMAS PARA PERÍODO EXPERIMENTAL



HIIT

HORÁRIO: 17h
TER. E QUI.
SALA DE GINÁSTICA
20 VAGAS

MULTIFUNCIONAL

HORÁRIO: 8h
SEG. E QUA.
SALA DE GINÁSTICA
21 VAGAS

HIIT

HORÁRIO: 19h
TER. E QUI.
SALA DE GINÁSTICA
25 VAGAS

FUNCIONAL KIDS

HORÁRIO: 10h
SEG. E QUA.
SALA FIT ALL,
SALA DE GINÁSTICA
E QUADRA C



NOVAS TURMAS ABERTAS

ALONGAMENTO

Os exercícios de alongamento muscular estão entre os mais comumente utilizados na reabilitação e na prática esportiva. São técnicas utilizadas para aumentar a extensibilidade musculotendínea e do tecido conjuntivo muscular e periarticular, contribuindo para aumentar a flexibilidade.

Os alongamentos, quando realizados de forma correta, relaxam a mente e o corpo. A prática regular acarreta na redução de tensões musculares e sensação de um corpo mais relaxado. Com benefícios para coordenação, já que os movimentos tornam-se

mais soltos e fáceis. E o aumento no âmbito da movimentação. Sem falar na contribuição para prevenção de lesões como distensões musculares.

Os indivíduos com boa flexibilidade tendem a sofrer menos dores e lesões musculares e articulares, particularmente na região lombar. Se o indivíduo tem o hábito de alongar periodicamente, pode aliviar a rigidez muscular, e eliminar alguns tipos de desconfortos musculares.

Bons níveis de flexibilidade são extremamente importantes para a realização das atividades de vida diária.



IOGA



A ioga apresenta diversas linhas, no clube praticamos a ioga integral. Que é uma linha que segue de forma completa ásanas (posturas), pranayamas (respiração), meditação e relaxamento. A ioga tem como foco o ser em si, desta forma o indivíduo trabalha sua consciência e sua elevação ao eu superior. A sequência da aula proporciona uma melhora no condicionamento físico e mental, força e flexibilidade e melhora na capacidade respiratória. A ioga integral pode ser praticada por todos inclusive é recomendada para diminuição do estresse,

ansiedade e depressão. Os exercícios são sequenciais e vão avançando conforme o aluno apresenta melhora nas suas posturas. A aula é feita de forma dinâmica, trabalhando os pontos energéticos do corpo e respiração durante as posturas. Diferentemente do que as pessoas acreditam que as aulas de ioga são somente relaxamento, meditação e respiração, dentro da ioga integral ao trabalhar os ásanas haverá uma exigência simultânea de concentração, força, flexibilidade e equilíbrio que quanto melhor desenvolvidas, mais intenso se torna o trabalho realizado.

PILATES

O método Pilates foi inicialmente conhecido por contrologia, criado por Joseph Pilates para auxiliar soldados feridos em batalhas. Esse método tem como base seis princípios (respiração, fluidez, concentração, controle, centro de força e precisão). O pilates utiliza-se de uma concentração e equilíbrio entre a mente e o corpo para sua execução, pois atua como um condicionamento físico e mental. A técnica pode ser praticada por inúmeros nichos de praticantes, assim como inúmeras patologias, pois cada aluno progride de forma individual e respeitando suas limitações. É indicado tanto para tratamento de

patologias como para prevenção, pois seus exercícios são direcionados para o fortalecimento do coração. Os exercícios podem parecer leves, mas são intensos, ativando a musculatura necessária para estabilizar a coluna. Como os exercícios exigem poucas repetições isso faz com que o aluno foque de forma mais consciente na execução. A variação de exercícios é enorme e a quantidade de acessórios para o trabalho do Pilates solo também, isso proporciona uma excelente diversificação de exercícios para atender a todas as patologias e a ativar a musculatura.



TURMAS PARA PERÍODO EXPERIMENTAL



YOGA

HORÁRIO: 9h
SEGUNDA-FEIRA
SALA MULTI ESPAÇO
25 VAGAS

YOGA

HORÁRIO: 18h
SEXTA-FEIRA
SALA MULTI ESPAÇO
25 VAGAS

YOGA

HORÁRIO: 9h
SEXTA-FEIRA
SALA MULTI ESPAÇO
25 VAGAS

ALONGAMENTO

HORÁRIO: 9h
SEG. E QUA.
SALA FIT ALL
30 VAGAS



ATIVIDADES ESPORTIVAS

VENHA PRATICAR NO DORENS

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Aero-axé	livre	2ª e 4ª	20h	Sala ginástica
Alongamento	10 anos +	3ª e 5ª	10h	Fit All
Alongamento	10 anos +	3ª e 5ª	18h	Fit All
Fitness jump	12 anos +	2ª, 4ª e 6ª	17h	Sala de Ginástica
Fitness jump	12 anos +	2ª, 4ª e 6ª	19h	Sala de Ginástica
Fitness jump	12 anos +	3ª e 5ª	19h	Sala de Ginástica
Ginástica 3ª Idade	40 anos	3ª e 5ª	8h	Sala de Ginástica
Ginástica 3ª Idade	40 anos	2ª e 4ª	15h	Sala de Ginástica
Ginástica Multifuncional	14 anos	3ª e 5ª	9h	Multiespaço
Ginástica localizada	livre	2ª, 4ª e 6ª	18h	Sala de Ginástica
Ginástica multifuncional	14 anos +	3ª e 5ª	18h	Multiespaço
Ginástica multifuncional	14 anos +	3ª e 5ª	19h	Multiespaço
loga	15 anos	4ª	18h	Multiespaço
loga	15 anos	2ª	18h	Multiespaço
loga	15 anos	4ª	9h	Multiespaço
Zumba	12 anos +	3ª e 5ª	19h	Fit All
Zumba	12 anos +	3ª e 5ª	17h	Fit All
Zumba	12 anos +	3ª e 5ª	20h	Sala de Ginástica

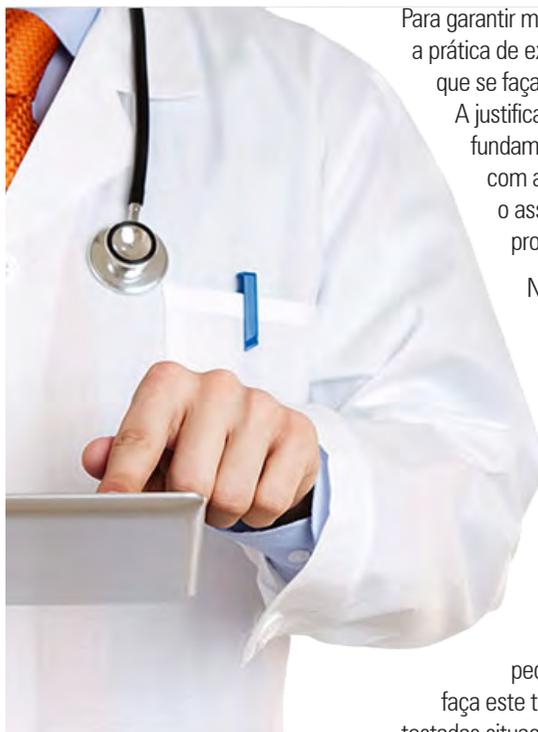


IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
15 anos +	4ª	7h	Sala Bike
15 anos +	6ª	7h	Sala Bike
15 anos +	2ª	17h	Sala Bike
15 anos +	4ª	17h	Sala Bike
15 anos +	6ª	17h	Sala Bike
15 anos +	2ª	19h	Sala Bike
15 anos +	4ª	19h	Sala Bike
15 anos +	6ª	18h	Sala Bike
15 anos +	3ª	18h	Sala Bike
15 anos +	5ª	18h	Sala Bike
15 anos +	2ª	20h	Sala Bike
15 anos +	4ª	20h	Sala Bike
15 anos +	3ª	19h	Sala Bike
15 anos +	5ª	19h	Sala Bike



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Dança de Salão	12 anos +	3ª e 5ª	20h	Fit All
Dança de Salão	12 anos +	3ª e 5ª	18h	Sala de Ginástica
Baby class 1	2 a 4 anos	6ª	17h15min	Sala de dança
Baby class 2	2 a 4 anos	sáb	11h	Sala de Dança
Baby class 3	2 a 4 anos	sáb	10h	Sala de Dança
Infantil I A	4 e 5 anos	2ª e 4ª	17h	Sala de Dança
Infantil I B	4 e 5 anos	2ª e 5ª	18h	Sala de Dança
Infantil II	6 e 7 anos	3ª e 6ª	18h	Sala de Dança
Infantil III	8 a 10 anos	2ª e 4ª	19h 18h	Sala de Dança
Infantil IV	11 e 14 anos	2ª e 4ª	20h	Sala de Dança

ATESTADO MÉDICO É A SUA SEGURANÇA



Para garantir maior segurança durante a prática de exercícios, é necessário que se faça uma avaliação médica.

A justificativa desta cobrança é fundamentada na preocupação com as situações em que o associado possui algum problema, mas não sabe.

Nossa cultura é pautada no cuidado e não na prevenção, portanto, é muito mais comum do que se imagina a ocorrência de condições — especialmente cardiopatias — sem que a própria pessoa saiba. Além disso, quando se pede ao médico que faça este tipo de exame, serão testadas situações de estresse físico

semelhantes às do exercício. Ninguém sabe o que acontecerá ao chegar no limite até que aconteça. Melhor que seja em um consultório médico, com apoio profissional.

A avaliação deve ser realizada tanto naquelas pessoas que vão iniciar atividade física. Para quem já participam de um programa de exercícios, o exame precisa ser feito anualmente.

MEU ATESTADO VENCEU, E AGORA?

O associado que estiver com o atestado médico de liberação para atividades físicas vencido não poderá frequentar às aulas até a apresentação de um novo. Para evitar transtornos e interrupções nos treinos, o ideal é manter-se a par das datas. Talvez, se seu exame vence em três meses, seja hora de marcar seu *checkup*.

ATIVIDADES ESPORTIVAS

VENHA PRATICAR NO DORES

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Mirim misto	9 a 13 anos	3ª e 5ª	13h30 às 15h	Quadra A
		6ª	14h às 15h30	
Infantil misto	13 a 15 anos	3ª e 5ª	15h às 16h30	Quadra A
		6ª	15h30 às 17h	
Juvenil misto	15 a 18 anos	3ª e 5ª	16h30 às 18h	Quadra A
Adulto	30 anos +	3ª e 5ª	20h às 22h	Quadra B



CURSO	NASCIDOS EM	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Sub 5	2014	2ª e 4ª	17h15min	Quadra B
Sub 5	2014	3ª e 5ª	17h15min	Quadra C
Sub 5	2014	2ª e 4ª	19h	Quadra C
Sub 7	2012/2013	2ª e 4ª	19h	Quadra A
Sub 9	2010/2011	2ª e 4ª	18h	Quadra B
Sub 9	2010/2011	2ª e 4ª	20h	Quadra B
Sub 11	2008/2009	2ª e 4ª	19h	Quadra B
Sub 11	2008/2009	2ª e 4ª	18h	Quadra C
Sub 13 e 15	2004/2007	2ª e 4ª	18h	Quadra A

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Mista	6 a 8 anos	Sáb.	10h	Quadra didática
Mista	9 a 11 anos	Sáb.	9h	Quadra didática
Mista	12 a 15 anos	Sáb.	11h	Quadra didática
Feminino (iniciante)	18 anos +	6ª	19h	Quadra didática



*Aulas individuais podem ser marcadas de 2ª à 6ª das 16h as 21h, mediante disponibilidade de horário.

LUTAS



CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Judô	4 a 14 anos	2ª e 4ª	18h15min	Sala dojô
Karate	6 a 14 anos	3ª e 5ª	19h	Sala dojô
Karate	15 anos +	3ª e 5ª	20h	Sala dojô



NATAÇÃO

HIDROGINÁSTICA

14 anos +

Turmas nos turnos da manhã e da tarde, consulte junto à Secretaria, no edifício Administrativo.

TURMAS

6 meses a 2 anos

2 a 4 anos

5 a 8 anos

9 anos +

Adulta

Horários variados, consulte junto à Secretaria.



CLICK DORENSE

Fotos de associados em viagens, pontos turísticos e com personalidades famosas. Mostre os locais que você conheceu! Mande para revista@clubedores.com.br



FOTOS DE VIAGENS

ATIVIDADES ESPORTIVAS

VENHA PRATICAR NO DORES

IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
14 anos +	2ª a 6ª	6h às 22h	Academia
14 anos +	Sáb.	8h às 20h	Academia
14 anos +	Dom.	14h às 20h	Academia

MUSCULAÇÃO



PATINAÇÃO

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Iniciante	6 a 16 anos	3ª e 5ª	18h	Quadra B
Iniciante 2	6 a 16 anos	3ª e 5ª	19h	Quadra B
Misto	mín. 8 anos	3ª e 5ª	20h	Quadra B
Avançado/Equipe	5 anos +	3ª e 5ª	17h	Quadra B

CURSO	IDADE	DIAS	HORÁRIO	LOCAL
Pilates 1	15 anos	2ª	8h	Multiespaço
Pilates 2	15 anos	2ª	19h	Multiespaço
Pilates 3	15 anos	4ª	19h	Multiespaço
Pilates 4	15 anos	2ª	17h	Multiespaço
Pilates 5	15 anos	4ª	17h	Multiespaço
Pilates 6	15 anos	4ª	10h	Multiespaço
Pilates 7	15 anos	4ª	8h	Multiespaço
Pilates 8	15 anos	6ª	8h	Multiespaço
Pilates 9	15 anos	6ª	19h	Multiespaço



PILATES

CIRCUITO OPEN NACIONAL

KARATE



16 NOVEMBRO | SANTA MARIA - RS

DIVISÃO DE NOVOS
E DIVISÃO ESPECIAL

INFORMAÇÕES
WWW.DOJOX.COM.BR



INFORMAÇÕES AOS ASSOCIADOS

HORÁRIOS

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	Feriado
Clube Centro	6h às 24h	6h às 24h	6h às 24h	6h às 24h	6h às 24h	7h às 24h	7h às 24h	7h às 24h
Secretaria	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h	9h às 21h	8h às 14h30	fechado	fechado
Biblioteca	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	14h às 20h	8h às 14h	fechado	fechado
Dores Games	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h
Dores Kids	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h	15h às 21h
Sec. de Esportes	9h às 12h 14h às 21h	14h às 21h	9h às 12h 14h às 21h	14h às 21h	9h às 12h 14h às 21h	9h à 12h	fechado	fechado
Exame dermatológico	10h45 às 11h45 19h às 20h		10h45 às 11h45 19h às 20h		10h45 às 11h45 19h às 20h			
Dores Fitness	6h às 17h55 18h às 22h	6h às 17h55 18h às 22h	6h às 17h55 18h às 22h	6h às 17h55 18h às 22h	6h às 17h55 18h às 22h	8h às 20h	14h às 20h	fechado
Sauna	fechado	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h	15h às 22h
Vestiários	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	8h às 23h	8h às 23h	8h às 23h
Bar Central	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h	9h às 24h
Piscina térmica	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	6h às 23h	8h às 23h	8h às 23h	8h às 23h
Achados e perdidos	13h30 às 17h	13h30 às 17h	9h às 11h45 13h30 às 17h	13h30 às 17h	13h30 às 17h	fechado	fechado	fechado
Clube Campestre	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h	7h às 23h
Restaurante Lago	14h às 18h	14h às 18h	14h às 18h	14h às 18h	14h às 18h	10h às 20h	10h às 20h	10h às 20h

VALOR DA MENSALIDADE

Categorias	Idade	Valor
Efetivo A	< 21 anos	87,50
Efetivo B	>= 21, <24 anos	131,25
Efetivo C	> =24, <70 s/depend.	175,00
Efetivo D	> =70 anos	131,25
Efetivo E	> = 24, <70 anos c/dep.	262,50
Individual A	< 21 anos	87,50
Individual B	>= 21, <24 anos	131,25
Individual C	> =24, <70 anos	175,00
Individual D	> =70 anos	131,25
Patrimonial A	< 21 anos	87,50
Patrimonial B	>= 21, <24 anos	131,25
Patrimonial C	> =24, <70 anos	175,00
Patrimonial D	> =70 anos	87,50
Patrimonial A/N	dois títulos	87,50
Patrimonial Especial A	< 21 anos	87,50
Patrimonial Especial B	>= 21, <24 anos	131,25
Patrimonial Especial C	> =24, <70 anos	175,00
Patrimonial Especial D	> =70 anos	87,50
Taxa de dependente		21,00

- Todas as mensalidades/taxas são cobradas com valor atualizado;
- **Dia de vencimento das mensalidades/atividades: 10 de cada mês;**
- Bancos conveniados para débito em conta: Banco do Brasil, Banrisul, Santander, Sicredi, Itaú, Bradesco, Caixa Federal;
- **Autorização/cancelamento de débito em conta deve ser realizado até dia 3 de cada mês;**
- Estacionamento: 6 horas, R\$ 3,00 para associado e R\$20,00 para não-associado; mensal, apenas para associado, R\$ 30,00;
- **Taxa da piscina térmica com exame médico dermatológico R\$12,00 (com validade de 30 dias), R\$24,00 (com validade de 60 dias), R\$36,00 (com validade de 90 dias);**
- Dentro das dependências do Clube, portar sempre a carteira social em dia;
- **Proibido entrar com animais nas sedes do Clube;**
- Ao encerrar atividades como academia, natação e/ou qualquer escolinha, solicite, imediatamente, o cancelamento da matrícula na secretaria;
- **Mantenha seus dados atualizados por meio do www.clubedores.com.br (Área exclusiva para Associados). Caso não consiga acessar, envie para secretaria@clubedores.com.br;**
- Em caso de perda da carteira social, comunique, imediatamente, a secretaria;
- **Sugestões, dúvidas, reclamações: ouvidoria@clubedores.com.br.**

24



Mais de **24 ANOS**
atuando no mercado

Mais de
50 ESPECIALISTAS
em energia



50

R\$ **2.37**
bi



R\$ 2,37 bi
GERENCIADOS
de energia anualmente

Mais de
500 GRUPOS
econômicos



500

930



Mais de
930 UNIDADES
geradoras e
consumidoras

457 MW-m
DE ENERGIA
sob gestão
mensal da Ludfor



457
MW-m

28%



28%
DE CRESCIMENTO
no último ano

Ludfor

GESTÃO INTELIGENTE DE ENERGIA

NÚMEROS
QUE FALAM
POR NÓS

www.ludfor.com.br

(54) 3451.1413 | Bento Gonçalves/RS

 LudforEnergia  ludforenergia



No trânsito, dê sentido à vida.

Venha conhecer o T-Cross.

Vencedor de 2 prêmios e 14 comparativos.

OTZORIO

- + design
- + conectividade
- + tecnologia
- + segurança
- + conforto



3 revisões gratuitas



Nota máxima em segurança



Vencedor da categoria SUVs até 100.000,00*



Grande vencedor da edição, segundo pesquisa do Melhor Compra 2019*



Vencedor do maior comparativo feito pela mídia especializada

Pampeiro



www.pampeiro.com.br

Rua Serafim Valandro, 1133

55 3220.6000

PampeiroSa

pampeiro.sa

VOLKSWAGEN
FINANCIAL SERVICES
THE KEY TO MOBILITY

O benefício da "Revisão de Série" é válido apenas na compra do veículo T-Cross, zero-quilômetro, ano de fabricação 2019, na Rede de Concessionárias Volkswagen. Este benefício dá direito a 3 primeiras revisões básicas com serviços a cada 10.000 km ou a cada período de 1 ano, o que ocorrer primeiro, conforme o plano de manutenção do seu veículo e disponível no site Volkswagen www.vw.com.br, na seção Serviços. Itens de desgaste (exemplo: filtro de ar, filtro de pólen e pólio, fluido de freio, pastilhas de freio, correias, velas de ignição, etc.) e itens superiores estão excluídos deste benefício "Revisão de Série" e eventuais serviços adicionais serão custeados pelo proprietário do veículo. A garantia do veículo está condicionada à realização dos serviços nos prazos estabelecidos no manual de garantia e não apenas à realização dos serviços de manutenção. Por se tratar de um benefício, este não poderá ser transferido para outros veículos ou ressarcido. Condição válida para compra no varejo e vendas corporativas. *Informações referentes à versão Comfortline.