Venda proibida - Distribuição gratuita

Dorense em Revista

Revista bimestral do Clube Recreativo Dores | Novembro e Dezembro de 2023 | Ed. 184 | Santa Maria | RS

TEMPORADA DE VERÃO

ABERTURA PRAIA PARK - 02/11

ABERTURA DAS PISCINAS - 15/11

Seja dono
e participe
das decisões
e resultados.
escolha
diferente.
Seja um
cooperado
Unicred.
@unicredpontocapital
unicred.com.br
UNICRED

PALAVRA DO PRESIDENTE

OLAVO ANTONIAZZI
Presidente
Clube Recreativo Dores

Meus cumprimentos aos caros associados!

Ainda estamos na primavera que é considerada, por muitos, a estação mais bonita do ano. Isso se deve ao fato de que nela ocorrem as florações de diversas espécies de plantas, fazendo com que as paisagens encham-se de cores, deixando as ruas, os campos, os parques, os jardins e, por consequência, nosso Clube, com um aspecto alegre de ser vivido.

Não é segredo para ninguém que a procura para o lazer tem crescido de forma expressiva, principalmente após a pandemia. Ao longo do período de confinamento, que nos fez enxergar a vida com outro olhar, compreendemos a necessidade de aproveitar cada momento da nossa vida e cuidarmos da saúde para desfrutarmos das companhias de quem mais amamos. Por esta razão, não existe espaço melhor para nos divertirmos, praticar qualquer esporte e socializarmos do que usufruirmos de tudo o que nosso Clube Dores oferece.

Lembramos os muitos eventos que tivemos: a Semana Farroupilha, organizada pelo Departamento Tradicionalista Querência das Dores, pelo Vice-Presidente do Departamento, Sr. Zeno de Souza, sua esposa Anaides e sua patronagem. A chegada da "chama crioula" trazida ao Clube pelo Sr. Marrison Réquia dos Santos, apresentação dos grupos tradicionalistas, o Jantar fandango, a Missa Crioula, celebrada pelo Padre Dalvino.

Também tivemos a Semana da Criança com eventos durante toda a semana e, na segunda noite, tivemos a primeira apresentação do Coral Infantil do Clube Recreativo Dores, sob a regência de Juliana Pires e Matheus Lopes, que teve um comparecimento de mais de 500 pessoas no Salão Nobre as quais vieram prestigiar a estreia do nosso Coral Infantil.

Na data de 28 de outubro tivemos o grande Baile do Chopp, com o Salão Nobre lotado. Muita animação com a música da Banda "Velhos Camaradas" que fizeram o sucesso do evento. Parabéns à Comissão Social.

No dia 11 de novembro teremos o Jantar Infantil, no Salão Nobre, com o comando da nossa Rainha de Festas Infantil Carolina Salvany Caputi Menezes e dos nossos pequenos anfitriões.

Dia 15 de dezembro teremos a inauguração do Centro Poliesportivo em nossa Sede Campestre, com 6 quadras de padel, 4 quadras de beach tennis, 2 quadras de vôlei de areia, uma pracinha de brinquedos para crianças e uma academia para adultos, além de salão de festas, vestiários, bar, sanitários e um confortável estacionamento para 50 veículos. Após a data de inauguração, nossos associados estão todos convidados a usufruir e a fazer bom uso das novas opções de lazer e entretenimento que colocamos à disposição.

Lembramos também que, no dia 18 de dezembro, teremos o grande almoço para os funcionários do Clube no Salão Querência da Sede Campestre, com várias premiações, motivo pelo qual, nesta data, o Clube estará fechado.

Não esqueçamos que se aproximam as festividades de final de ano quando teremos: chegada do Papai Noel, Luau de Natal no Praia Park e o nosso tradicional Jantar "Pais e Filhos" na virada do de 2023 para 2024.

Além das festas acima mencionadas, temos para celebrar a grande comemoração do nascimento de Jesus Cristo, o Natal, que é sempre uma data feliz e muito especial.

Convido a todos para celebrarmos esta grande festa pois, para os cristãos, Jesus veio ao mundo para nos salvar. Aquele menino, que nasceu numa manjedoura, na cidade de Belém, nos deu a primeira lição de humildade. Neste Natal, vamos pedir a paz no mundo com o fim das guerras. Façamos nossas preces.

Enviando a todos o meu abraço, peço a Nossa Senhora das Dores, nossa Padroeira, muita saúde e a paz no mundo.

OLAVO LUIZ MONTAGNER ANTONIAZZI
Presidente

CLUBE RECREATIVO

PATRONO DO CLUBE - CELESTINO DA CÁS

DIRETORIA

DIRETORIA EXECUTIVA 2022/2024:

PRESIDENTE - OLAVO ANTONIAZZI

VICE-PRESIDENTE - CLEBER RUVIARO

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 - CARLOS MEDEIROS DE FARIAS
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 - ONEIDE SERRO

ASSESSORES DAS VICE-PRESIDÊNCIAS

BOCHA - ARIOLI TONIOLO RIGHI
JURÍDICO - LUCIANO DA CAS SIMA
SOCIAL - TIAGO GAY LIMA
TRADICIONALISMO - PAULO ROBERTO BOMICIELI
PAT. E CONSTRUÇÃO - SIMONE POZZOBON DA SILVA

COORDENADORES:

CANASTRA - ROBERTO LENCINA GALARÇA
SAUNA - CLÊNIO COMIN LONDERO
SINUCA - 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- HOMERO LIMA MENEZES JUNIOR

CONSELHO DELIBERATIVO 2021/2023:

PRESIDENTE: JULIO CEZAR COPETTI

VICE-PRESIDENTE: MICHEL BALCONI BEVILAQUA

2° SECRETÁRIO: FABIAN LUIZ ALVES DA CAS
ASSESSOR JURÍDICO: RÉGIS POZZOBON

MEMBROS NATOS:
Ademir Antonio Pozzobon - Celestino Da Cas - Cleber Ruviaro - Pedro Mezzomo - Valnei Vieira

CONSELHEIROS ELEITOS: Adão Jose Fighera; Adir Parzianello; Alberi Vargas; Alfran Luiz Mendonça Caputi; Amauri José Londero; Antonio Roberto Bisogno; Arcangelo Luiz Da Cas; Ari Carlos Da Cas; Ary Forgiarini; Camilo Cervo; Carlos Alberto C. Londero; Carlos Alberto Rigo; Carlos Biacchi Emanuelli; Carlos Eduardo Da Cas; Carlos Medeiros de Farias; Carlos Sergio Silva Lima; Cesar Valmor M. de Camargo; Cezar Augusto Copetti; Cezar Domingos Trevisan; Claudemir da Costa Silveira; Cláudio Emanuelli; Clenio Comin Londero; Daniel Streher Pedroso; Dilomar Piovan Copetti; Edevar da Silva; Eduardo Rosa Biacchi; Élcio Antonio Maffini; 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; Gilmar Cruz Arruda; Gilson Alberto Da Cas; Girnei Roberto Da Cas; Giuliano José Forgiarini; Gregório Tadeu R. Gavião; Guido Zanatta; Gustavo Cervo; Homero Lima Menezes Junior; Ildomar Miguel Pasa; Jaci Jerônimo Da Cas; Jaime Thomas; João Alberto Sangoi; João David Felin; João Mariano Rossato; 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 Ravanello; Julio Cezar Copetti; Luciano Da Cas Sima; Luciano Vlademir De A Rocha; Luis Gustavo M. Antoniazzi; Luiz Carlos Da Cas; Luiz Fernando M. Camargo; Luiz Mario Tolfo; Marcelo Carlos Zampieri; Marcelo Refosco; Marco Antonio Ravanello; Mario Augusto B. Antoniazzi; Mario Augusto S. Ravanello; 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; Oneide Serro; Ovanir Jose Negrini; Paulo Norberto Brandt; Paulo Roberto C. Bomicielli; Pedro Leonel F. Da Costa; Raul Fabrin; Régis Pozzobon; Ricardo Luiz P. Dal Ponte; Roberto Lencina Galarça; Rodrigo Maurer Da Silva; Rodrigo Olmedo Ribas; Ronaldo Pozzobon; Sergio Albino Beltrame; Sergio Antonio Da Cas; Sérgio Iran Pomnitz; Sergio R. Severo De Medeiros; Tiago Gay De Lima; Thiago Flores Schmitt; Valcir José Forgiarini; Valnei Beltrame; Vergilio M. Da Cas Neto; Vilson Marcimino Serro; Wladimir Francisco B. Comasseto; Worney Dellani Mendonça e Zeno José F. De Souza.

CONSELHO FISCAL 2022/2024:

PRESIDENTE - CEZAR DOMINGOS TREVISAN
VICE-PRESIDENTE - CLAUDEMIR DA COSTA SILVEIRA
SECRETÁRIO - EDEVAR DA SILVA
EFETIVOS - JOÃO DAVID FELIN, JOÃO MARIANO ROSSATO, NILTON ROCHA MARTINS E FERNANDO ZAMBERLAN DA SILVA

A Diretoria Social do C.R. Dores, os pequenos anfitriões e a Rainha de Festas Infantil, Carolina Salvany Caputi Menezes, convidam você para participar do Jantar Infantil...

JANTAR INFANTIL #PARTIUDORES

EVENTO TRANSFERIDO

~~07/10~~ 19h30

Nova data: 11/11

Salão Nobre

INFORMAÇÕES NO SETOR DE EVENTOS
55 2103-2836

EDIÇÃO 184

Foto: Caroline dos Santos
Colaboração: Luís Eduardo Maurer da Silva
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.

EXPEDIENTE

Expediente:
Edição 184. Ano 19 - Novembro/Dezembro 2023
Dorense em Revista
Órgão Informativo Clube Recreativo Dores

Comissão Editorial
Jornalista responsável:
Sabrina Rodrigues Cáceres Mtb 19287
revista@clubedores.com.br
Gestora de mídias eletrônicas:
Caroline dos Santos
digital@clubedores.com.br
Progr. Visual e Projeto Gráfico:
Magali Etges Rodrigues
visual@clubedores.com.br
Coordenação: **Carlos Alberto C. Londero**
Colaboração: **Ildomar Pasa**
Revisão Final: **Alfran Caputi**
Fotógrafo: **Fernando Camargo Mtb 1204**
Tiragem: **10.000 mil exemplares**
Impressão: **Gráfica e Editora Pallotti**

ÍNDICE

07 JANTAR PAIS E FILHOS: A FESTA DA VIRADA PARA 2024 JÁ ESTÁ CHEGANDO!

10 JANTAR A GOSTO: CONFIRA COMO FOI A TRADICIONAL FESTA ITALIANA DO CLUBE

20 SEMANA DAS CRIANÇAS: EVENTOS CULTURAIS FORAM UM SUCESSO DE PÚBLICO

44 O VERÃO ESTÁ CHEGANDO: A TEMPORADA DE VERÃO DO CLUBE DORES COMEÇOU!

62 OUTUBRO ROSA: TORNEIO DE BOCHA SÓ PARA ELAS MOVIMENTOU AS CANCHAS

18 PicNic Dores: Fique por dentro de todas as atrações da festa mais querida do público infantil do Clube Recreativo Dores!

38 Semana Farroupilha do DT Querência das Dores: tradicionalismo, cultura, comida boa e muita música. Confira como foi a festa gaúcha do Clube!

Réveillon 2024

Venha brindar conosco!

JANTAR CLUBE RECREATIVO DORES

Pais & Filhos

31 DEZ 2023

Salão Querência | Sede Campestre

Informações com o Setor de Eventos
2103 2836

Eventualmente... na sexta

A nossa querida festa "Eventualmente na sexta" está a todo vapor fazendo muitos associados felizes. O evento é uma oportunidade maravilhosa de encontrar os amigos, ouvir música boa, dançar e namorar, tudo em um ambiente diferenciado.

Desde a última edição da Dorense em Revista tivemos duas edições dessa festa tão amada, uma no dia 22 de setembro, animada pelo grupo Tchê Folia e outra no dia 20 de outubro com sonorização de Patrick Cortez e Aline Freire, veteranos das noites dorenses. Ambas as festas foram no Salão Nobre e iniciaram às 21h.

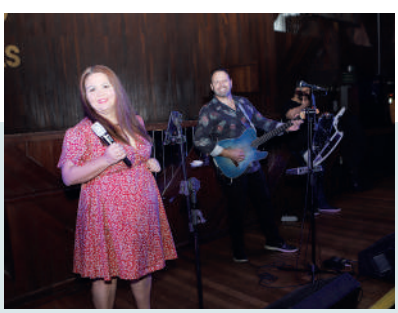
Bateu a vontade de fechar a semana com uma noite memorável entre casais de amigos? O Eventualmente é um evento mensal e está com suas datas marcadas para o restante do ano. Assim, não faltarão novas oportunidades de aproveitá-lo.

A entrada no evento é liberada para associados. Entretanto, caso queira convidar os amigos de fora do Clube, o Eventualmente tem ingressos para venda na hora. Tanto para associados como para não associados, a entrada é permitida apenas para maiores de 18 anos de idade.

Agora que você já sabe como funciona o Eventualmente... na Sexta, é só convidar seu companheiro ou companheira, chamar os amigos e aproveitar uma noite de sexta-feira memorável. Voltar para casa? Só no sábado!

Foi na festa? Confira as fotos em nosso site:

www.clubedores.com.br/fotos



CHAME OS AMIGOS!
Próximo Eventualmente:
17 de Novembro com TCHÊ FOLIA

Datas: as datas do "Eventualmente…na Sexta" podem sofrer alterações. Fique atento às redes sociais do Clube ou contate o Setor de Eventos.

CARNAVAL 2024

SE PREPARE PARA UMA GRANDE FESTA NO CLUBE DORES

10 E 12/02 – CARNAVAL ADULTO
11 E 13/02 – CARNAVAL INFANTIL

Clube Recreativo Dores

Eventualmente na sexta

21h no Salão Nobre | Traje Esporte | Classificação 18+

Próximas Datas Programe-se:

17 de novembro
Atração: Tchê Folia

15 de dezembro
Atração: Patrick e Aline

Mesas por ordem de chegada e compartilhadas

Convites para não associados à venda no local
Associados tem entrada gratuita apresentando a carteira social

JANTAR A GOSTO: A CELEBRAÇÃO DAS RAÍZES ITALIANAS

No dia 26 de agosto foi realizado no Salão Nobre do Clube Recreativo Dores o tradicional Jantar A Gosto, ou jantar italiano, como também é conhecido.

Já na chegada, as lindas Rainhas de Festas Carolina Salvany Caputi Menezes (infantil) e Isabela Pereira Machado (adulta) recepcionaram todos os convidados com muita beleza e simpatia. E, a pequena Rainha Carolina estava no espírito da festa, trajando um lindo vestido típico italiano. Uma gesto recuperado de muitas gerações de descendentes de italianos.

Antes do jantar, foram servidos deliciosos aperitivos como salame, copa, queijo colonial, antepasto de berinjela, cuca e pães. Todos muito variados e saborosos, mas apenas uma preparação para o que veio depois.

Primeiro uma sopa de agnoline para aquecer e, então, o buffet foi servido. Risoto de frango, bife à milanesa, sorrentino aos 4 queijos, foram apenas algumas das opções do delicioso jantar assinado por Norberto da Cás. Depois, a fila disputada para servir as maravilhosas sobremesas tradicionais, como sagu, doce de abóbora, ambrosia e pudim, já indicavam o quanto todos se deleitavam com o jantar.

> Um evento tradicional que exalta e celebra as origens italianas tanto do Clube Dores quanto do bairro Nossa Senhora das Dores.

Apesar do intenso frio no lado de fora, a noite foi muito agradável no Salão

Acima, o Presidente da Diretoria Executiva Olavo Antoniazzi e sua esposa Eunice com as Rainhas de Festas Carolina Salvany Caputi Menezes (infantil) e Isabela Pereira Machado (adulta).

Nobre, pois todos se aqueceram com o espírito de união italiano.

Após o jantar, o vice-presidente Social Adão Fighera fez o uso da palavra para agradecer a presença de todos, especialmente das autoridades doreses e também santamarienses, e falar sobre a importância desse tradicional evento que exalta as origens tanto do Clube Recreativo Dores quanto do bairro Nossa Senhora das Dores. Após a fala do vice social, as Rainhas fizeram a sua entrada oficial, desfilando deslumbrantes, para anunciar a abertura da pista para a festa comandada por Dedé, Daniel e Maninho.

A banda começou a festa já no clima italiano com o clássico "O Sole Mio" seguida de outras canções italianas conhecidas e amadas. A festa foi até altas horas com todos se divertindo muito e aproveitando esse maravilhoso evento que é o Jantar A Gosto.

No topo, o vice-presidente Social Adão Fighera e sua esposa Ceiça com as Rainhas de Festas Carolina Salvany Caputi Menezes (infantil) e Isabela Pereira Machado (adulta). Logo acima, o grupo musical Dedé, Daniel e Maninho.

VERSA
DECORAÇÕES

Somos especializados em VENDAS, MANUTENÇÃO e HIGIENIZAÇÃO de

tapetes persianas cortinas papel de parede

Confira a linha de Cortina blackout para seu verão.

Peça orçamento sem compromisso.
55 98115 6466

tapetes São Carlos RARO REQUINTE persol jvn WK WILSON

contato@versadecoracoes.com.br
www.versadecoracoes.com.br

(55) 3037 2959 | 99939 8473
Av. Osvaldo Cruz, 266/03 | Santa Maria | RS

CLUBE RECREATIVO DORES

OS EMBALOS
DE SÁBADO À NOITE

O MELHOR DOS ANOS 70, 80 E 90

25 DE NOVEMBRO

22h | SALÃO NOBRE

COM DRUZIAN EVENTOS

VENDA DE MESAS NO SETOR DE EVENTOS R$35.

ASSOCIADO: APRESENTAR A CARTEIRA SOCIAL EM DIA. | NÃO ASSOCIADO: ANTECIPADO R$35 | NA HORA R$40

CLASSIFICAÇÃO 18+

CLUBE DORES REALIZA DOAÇÃO AOS ATINGIDOS PELO CICLONE NO ESTADO

Entre os dias 4 e 5 de setembro de 2023 na costa leste do Rio Grande do Sul (RS)ocorreu a formação de um ciclone extratropical, o que provocou muita chuva, fortes rajadas de vento e queda de granizo no estado, a situação meteorológica foi agravada por uma frente fria e uma corrente de jato em baixos níveis.

O desfecho dessas severas condições climáticas foram as enchentes e a região mais atingida foi a do Vale do Taquari. Com cerca de 359 mil atingidos, 5 mil desabrigados e mais de 21 mil desalojados, além de 49 mortes e 10 desaparecidos (até 19/09), esse se tornou o maior desastre natural no RS em mais de seis décadas e o segundo maior em número de mortes, atrás somente das enchentes de 1959.

A partir disso, foi necessária uma ação conjunta em todo o estado para uma corrente do bem, e o Clube Dores em Ação Social se uniu a este movimento. Mais de quatro cargas de doações foram destinadas às famílias atingidas pelas chuvas no nosso estado. Entre os donativos estavam roupas e calçados, além de gêneros alimentícios não perecíveis, água potável, material de higiene e limpeza.

Agradecemos a todos os associados que doaram nessa campanha.

AQUEÇA ESSA IDEIA, CONTINUE DOANDO!

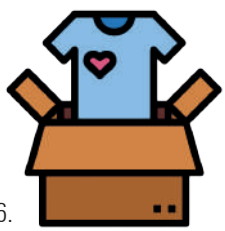
Seguem as doações para a nossa campanha de arrecadação de roupas!

Traga a sua doação e deixe na grande caixa junto à portaria da Sede Central, o Clube reencaminha os donativos àqueles que mais necessitam.

Apesar de capitaneada pelo Clube, através do Departamento de Eventos, quem realmente faz a campanha acontecer é a comunidade dorense. Através das doações de todos, depositadas em uma grande caixa junto à portaria da Sede Central, o Clube reencaminha os donativos àqueles que mais necessitam.

A nossa campanha não tem mais data para começar e terminar, você pode doar o ano todo. Então, assim que a caixa se enche com agasalhos e calçados, as doações se iniciam.

Além de dar um destino melhor para aquela roupa parada no seu armário, você ajuda, e muito, outras pessoas.



Entidades interessadas em receber as doações podem realizar sua inscrição junto ao Departamento de Eventos pelos telefones (55)2103-2835 e (55)2103-2836.

Entidades que receberam doações em outubro:

EMEF Diácono João Luiz Pozzobom.

SETEMBRO AMARELO: TODA VIDA IMPORTA

FUNCIONÁRIOS DO CLUBE DORES PARTICIPAM DE PALESTRA SOBRE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO.

No dia 22 de setembro o Clube Recreativo Dores recebeu o psicólogo Daniel Brondani para uma palestra sobre o Setembro Amarelo. Essa ação foi organizada pela Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e Assédio (CIPA) e fazia parte da programação do mês de prevenção ao suicídio.

A palestra aconteceu na Sede Campestre pela manhã e na Sede Central pela tarde. O psicólogo abordou muitos temas como a saúde mental, transtornos psíquicos, as principais características do comportamento suicida, os mitos sobre o suicídio, fatores de risco e também fatores de proteção, mas a mensagem principal é de que é preciso falar. É preciso falar sobre o tema do suicídio, é preciso falar sobre os nossos sentimentos, sobre o que estamos enfrentando em nossas vidas e, especialmente, ser a escuta que o outro precisa.

Brondani trouxe diversos dados para entendermos o contexto que tanto o Brasil quanto o mundo se encontram com relação ao suicídio. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, mais de 700 mil pessoas morrem por ano devido ao suicídio, o que representa uma a cada 100 mortes registradas.

Ainda de acordo com a OMS, as taxas mundiais de suicídio estão diminuindo, mas na região das Américas os números vêm crescendo. Entre 2000 e 2019, a taxa global diminuiu 36%, no mesmo período, nas Américas, as taxas aumentaram 17%. Entre os jovens de 15 a 29 anos, o suicídio aparece como a quarta causa de morte mais recorrente, atrás de acidentes no trânsito, tuberculose e violência interpessoal. No Brasil, acontece uma morte por suicídio a cada 45 minutos, mas para cada morte temos outras 20 tentativas.

Para o psicólogo, é importante, a partir desses dados, entender que a informação não gera incentivo, pelo contrário, gera prevenção. O suicídio é uma epidemia silenciosa que se fortalece no silêncio, então é necessário que todos quebrem esse silêncio e falem sobre prevenção, falem sobre a vida e especialmente falar para fortalecer os vínculos. A rede de conexão entre as pessoas é uma grande forma de enfrentar o suicídio através da escuta, da empatia, de um movimento de cuidado com o outro.

Em 2023, o lema da campanha brasileira foi "Se precisar, peça ajuda!", e esse é um importante recado para todos. Independente do meio, peça ajuda: através da psicoterapia com um profissional da psicologia, nos Centros de Atenção Psicossocial espalhados pela cidade, ou através do Centro de Valorização da Vida pelo telefone 188. Este é um serviço gratuito de apoio emocional, que funciona em todo o território nacional 24h por dia, diariamente, sem exceção de feriados, sábados e domingos. Não exite, ligue e peça ajuda, pois toda vida importa.

Integrantes da Cipa Central com o psicólogo Daniel Brondani ao final da palestra.

Luau de Natal

10 DEZ 2023

18H | PRAIA PARK

BANDA TUDO DI BOM

PICCINI SOM & LUZ

CLUBE FAZ A ALEGRIA EM UM DIA DE VISITA

Nos meses que antecedem a abertura da temporada de verão, o Clube abre possibilidade de visitação para escolas de anos iniciais. Esse é um momento de muita alegria e diversão para essas crianças que têm a oportunidade de explorar cada cantinho da Sede Campestre e levar na memória momentos maravilhosos.

Confira as escolas que fizeram visita em setembro e outubro!

ESCOLAS QUE VISITARAM O CLUBE NO MÊS DE SETEMBRO:

EMEF Oscar Grau - EMEF Diácono João Luiz Pozzobon - EEI Santa Rita de Cassia.

ESCOLAS QUE VISITARAM O CLUBE NO MÊS DE OUTUBRO:

EMEI João Franciscatto - EMEI Vila Jardim - EMEF Major Tancredo Penna de Moraes - EMEI Circe Terezinha da Rocha - Escola Estadual de Educação Básica Augusto Ruschi - EMEF Júlio do Canto - Escola Edson Figueredo - Emef Maria De Lourdes Ramos Castro - EEF. Marieta de Ambrósio - Escola Estadual Educação Básica Professora Lelia Ribeiro - Emei Professora Ignez Sofia Vargas - E E De Educ Esp Dr Reinaldo Fernando Coser - E.M.E.F. Antonio Gonçalves do Amaral - EMEI Darcy Vargas - Emef Chácara Das Flores - EMEF Ione Medianeira Parcianello - Escola Municipal de Educação Infantil Montanha Russa - Escola Estadual de Educação Básica Irmão José Otão - Escola Municipal De Ensino Fundamental Pedro Kunz - Instituto Estadual de Educação Olavo Bilac - Instituto Estadual Educacional Tiaraju - EMEF Jose Paim de Oliveira - E.M.E.F Intendente Manoel Ribas - Escola Estadual de Ensino Fundamental Arroio Grande - Escola de Educação Infantil Pimpolho Recreações, e muitas outras instituições.

2024

Colônia de Férias

Clube Recreativo Dores

Muita diversão e brincadeiras!

***Inscrições a partir de:**

21/11/2023 no app

02 a 12/01/2024

turma de
6 aos 8 anos

15 a 26/01/2024

turma de
9 aos 11 anos

* Pode haver alteração na data de início das inscrições.
Para se manter informado acompanhe as nossas redes sociais.

PICNIC DORES: O EVENTO FAVORITO DAS CRIANÇAS

No dia 30 de setembro aconteceu o Picnic Dores de 2023, um evento em comemoração ao Dia das Crianças. E, o que podemos dizer com certeza é que foi um sucesso! O evento, que começou às 15h, se estendeu até o anoitecer e totalizou um público de 5.700 associados. As crianças puderam aproveitar cada minuto na Sede Campestre com os inúmeros brinquedos e atrações pensados para elas, com os deliciosos doces com que foram presenteados.

As Rainhas de Festas Carolina Salvany Camputi Menezes (infantil) e Isabela Pereira Machado (adulta) se dividiram e ficaram recebendo os associados que chegavam pela portaria principal e pela portaria condomínio. Além de recepcionar a todos com simpatia, as Rainhas presentearam as crianças com bolhas de sabão. Muitas já saíam brincando mesmo dentro do carro tamanha era a empolgação.

Ao chegarem mais perto de onde estava toda a diversão, as crianças já se encantavam e queriam entrar na fila da pintura facial. Nas cadeiras, as artistas da Gisele Recreações transformavam as crianças em tudo que elas quisessem, super heróis, fadas, unicórnios, borboletas e tudo mais que a imaginação quisesse.

Os brinquedos de recreação, montados nas quadras rápidas devido a umidade, estavam disputados pelos pequenos. Especialmente o touro mecânico, uma das atrações da Cris Recreações mais requisitadas pelas crianças.

E, enquanto os pequenos dorenses se divertiam, o happy hour comandado, pelos já de casa, Aline

e Patrick animaram as famílias que curtiam a tarde de sábado na Campestre. Além de muita música e alegria, os pequenos foram agraciados com guloseimas como pipoca, algodão doce e marshmellow. O sucesso foi tanto que as filas para pegar os mimos eram imensas, deixando os pequenos dorenses ainda mais ansiosos para chegar a sua vez.

Enquanto as crianças brincavam, os pais podiam degustar um belo chimarrão, pois como já é de praxe, foi distribuída uma boa erva-mate para o amargo que todos tanto gostam. E, além da erva-mate, um enfeite com a logo da festa foi entregue como mimo, algo que está virando marca registrada dos eventos recreativos na Campestre, e, como sempre, fez sucesso entre os adultos que foram prestigiar o Picnic Dores.

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.

EVOLUINDO POR UM MUNDO MELHOR

46 ANOS BRITA PINHAL

INFRAESTRUTURA PAVIMENTAÇÃO PEDRA BRITADA TERRAPLANAGEM

www.britapinhal.com.br

55 3015.3234 55 99155.5090 britapimhal

SEMANA DAS CRIANÇAS NO CLUBE

SEMANA DAS CRIANÇAS MOVIMENTA O CLUBE RECREATIVO DORES E TRAZ QUASE 400 PESSOAS POR DIA PARA ASSISTIR AOS ESPETÁCULOS PENSADOS PARA OS PEQUENOS DORENSES.

Entre os dias 02 e 06 de outubro o Salão Nobre do Clube Dores foi palco de muitos espetáculos pensados para o nosso público infantil em comemoração ao Dia da Criança.

Pensado pelo Departamento de Cultura e organizado pelo Setor de Eventos Esportivos e de Recreação, a Semana das Crianças do Clube Dores foi um grande sucesso de público em todos os cinco dias de realização. A média de público ficou em 390 pessoas por dia vindo curtir a programação pensada com muito carinho para os nossos pequenos dorenses.

No primeiro dia, a diversão ficou por conta do "Teatro Por Que Não?" com a peça O Circo do Mundinho Feliz. Proporcionando muita interação com o público, a primeira atração fez crianças, e adultos, se empolgarem e participarem muito da peça.

No segundo dia, foi a grande estreia nos palcos do nosso Coral Infantil do Clube Dores, e também o dia que teve recorde de público (581 pessoas!). Os nossos pequenos deram um show de talento, cantando Aquarela, de Toquinho, Imagine de John Lennon, Uni Duni Tê do Trem da Alegria e scala de dó tema da Noviça Rebelde, obras que encantaram o público e fizeram todos cantarem junto. Segundo a regente do Coral Juliana Pires, eles selecionaram um repertório que trouxesse nostalgia e emoção, "a nossa intenção é, sempre, trazer um repertório diferenciado com estilos musicais diversos e educativos", contou Juliana.

Após o Coral, tivemos o espetáculo "Contação de Histórias: Contos de Folha e Flor", também do Teatro Por Que Não? e o show com o Mágico Wilker que também animaram muito as crianças tanto na apresentação de terça quanto na quarta-feira. No quarto e no quinto dia a diversão ficou por conta do "Teatro Por Que Não?" com a peça O Circo do Mundinho Feliz.

Segundo a gerente do setor de Eventos Esportivos e de Recreação Eliana Venturini, que foi quem organizou a Semana das Crianças, tivemos um número muito satisfatório considerando que foi o primeiro evento dessa natureza realizado pelo Clube Dores. "Recebemos retornos positivos quanto à iniciativa do Clube em promover eventos culturais e também identificamos melhorias a serem realizadas em uma possível próxima edição."

GRANDE ESTREIA DO CORAL INFANTIL DO CLUBE

O Coral Infantil do Clube Dores começou as suas atividades em agosto, poucos meses atrás, e já realizou a sua primeira apresentação. Segundo a regente do grupo Juliana Pires, a primeira apresentação do Coral foi dentro de expectativas, "o grupo ainda tem muito a aprender e a aprimorar em nossas aulas de canto, e também, aos poucos, eles vão aprendendo a lidar com apresentações, com o palco, e com o público". Ou seja, um trabalho em constante evolução.

Na galeria em destaque, a peça teatral " O Circo do Mundinho Feliz", a "Contação de Histórias: Contos de Folha e Flor", ambos do Grupo de Teatro Por Que Não?, e o show do mágico Walkir.

Essa apresentação pôde servir como incentivo pois segundo Juliana, quando eles começam um novo trabalho com canto coral, geralmente só realizam alguma apresentação a partir de seis meses de ensaio. "Aceitamos o convite da apresentação pois pensamos que seria uma experiência maravilhosa para as crianças que compõe o nosso Coral e para o público do Clube também, e realmente foi uma experiência linda", afirmou ela.

E, os trabalhos seguem, a regente contou que em outubro iniciaram a estudar a música La Mer, em francês, de Charles Trenet, e continuarão trazendo músicas em idiomas diversos. A próxima apresentação será dia 15 de dezembro na inauguração do Centro Esportivo na Sede Campestre e a regente garante "o Coral estará ainda mais preparado e trará mais surpresas dentro do repertório da próxima apresentação".

"Pensamos que seria uma experiência maravilhosa para as crianças que compõe o nosso Coral e para o público do Clube também, e realmente foi uma experiência linda."

Sobre o trabalho com o grupo, Juliana conta que estão realizados, "quanto a mim, como regente, e ao professor Matheus, estamos muito felizes e entusiasmados pela oportunidade de lecionar e formar o novo grupo de Coral Infantil do Clube Dores".

E nós, mal podemos esperar para ver a próxima apresentação desse grupo tão talentoso!

Ao lado, bem acima, o Teatro Por Que Não?, abaixo o Coral Infantil do Clube Dores se apresentando pela primeira vez e, logo ao lado, o Coral, a regente Juliana Pires, o professor Matheus Lopes, e o idealizador do Coral, o presidente Olavo Antoniazzi.

HIPERSUL 20 Anos
Produtos e Acessórios de Limpeza
Em 2023 a **Hipersul** está celebrando **20 anos** de excelência em soluções de higienização e limpeza. Obrigado ao **Clube Recreativo Dores** pela sólida parceria ao longo de nossa trajetória!
Conte conosco sempre!
CLUBE RECREATIVO DORES
Av. Hélvio Basso, 1345 | Santa Maria-RS 55 3028.9200

DOAÇÕES QUE REALIZAM SONHOS

Em setembro, foram doados mais de 260kg de material (168kg de tampinhas, 7kg de lacres metálicos e 86kg de blister) para a Associação Santa-Mariense Paradesportiva (Assampar), sob o comando do paratleta Denilson Souza. O Clube já havia colaborado com o projeto em 2019 e também em 2022.

Desde então, Denilson relata que o projeto Campanha Paratleta já conseguiu adquirir duas cadeiras para basquete, uma bicicleta adaptada e uma bicicleta petra, modelo adaptado para exercícios. O paratleta nos explicou que agora o projeto está dando mais enfoque no esporte adaptado e na formação dos paratletas, então estão investindo em viagens e competições. Inclusive em novas modalidades como o tiro com arco escola, esporte que Denilson veem se destacando.

> "A importância da Assampar para mim esta na recompensa que é [...] tentar de alguma maneira mudar a vida dessas pessoas através do esporte adaptado."
> - Denilson Souza, paratleta

Para Denilson, a parceria com os associados do Clube Dores na arrecadação das tampinhas e lacres é fundamental, e já ajudou muito o projeto à alcançar alguns objetivos dentro do esporte adaptado. Além de que, através dessa campanha e dessa parceira, muitas pessoas descobrem que pessoas com deficiência podem praticar atividade física.

Hoje, a Assampar possui seis paratletas, mas Denilson conta que quer expandir mais e para isso buscam uma sede para que consigam organizar melhor as doações e os próprios equipamentos esportivos. O paratleta está sempre promovendo o esporte adaptado e divulgando modalidades esportivas para pessoas com deficiência através de palestras, mostras e encontros, tudo com o objetivo de dar uma nova missão a essas pessoas, assim como aconteceu com Denilson.

"A importância da Assampar para mim esta na recompensa que é ver a mudança no olhar das pessoas, sobre as pessoas com deficiência física, chegar a informação correta, tentar de alguma maneira mudar a vida dessas pessoas através do esporte adaptado, é muito gratificante e é meu combustível a continuar nesse projeto" declara Denilson.

Além de ser o presidente da Assampar e administrar esse apoio a outros paratletas, Denilson tem buscado realizar um sonho, estar nas Paraolimpíadas de 2024 competindo no tiro com arco paralímpico. Para isso ele está buscando recursos para continuar competindo e pontuando para se manter em primeiro no ranking dos atletas paramilitares e militares. Como os custos dos equipamentos e das viagens são altos, Denilson está fazendo uma outra campanha para arrecadar recursos, pois os recursos alcançados com a campanha das tampinhas vai ficar para os outros objetivos. Se interessou? Visite a página da Assampar e veja como ajudar.

Para mais informações sobre a Campanha Paratleta, busque nas redes sociais:

- Paradesporto e Lazer SM (Facebook)
- assampar.paradesporto (Instagram)

CHEGADA

DO PAPAI NOEL

09 de DEZEMBRO
SEDE CAMPESTRE

Em caso de chuva será transferido para o dia 16 de Dezembro 2023.

Acompanhe nossas redes sociais
para mais informações.

CLUBE RECREATIVO DORES

Aviso aos associados!

No dia 18 de dezembro estarão fechadas as Sedes Central e Campestre em razão da confraternização dos funcionários.

CAPACITAÇÃO PARA NOVOS FUNCIONÁRIOS

No dia 17 de setembro foi realizado o treinamento básico de primeiros socorros! A capacitação, realizada pelos funcionários Cleomar Borges de Medeiros e Rodrigo Cezar, tem como objetivo instruir os novos colaboradores, para que possam dar uma primeira resposta a situações de urgência e emergência até chegada do SOS Unimed. O treinamento segue os protocolos atualizados de atendimento pré-hospitalar e também será realizado em breve com novos funcionários que ingressarem na Sede Central.

O atendimento pré-hospitalar (APH) visa proporcionar cuidados imediatos a indivíduos que necessitam de assistência antes de serem encaminhados para um hospital ou outra unidade de saúde. Ele abrange uma variedade de intervenções, desde avaliação inicial, controle de situações críticas, imobilização de lesões, suporte emocional e logístico para o paciente.

O objetivo primário do APH é estabilizar o estado do paciente, enquanto suporte médico está a caminho, para finalizar o atendimento e transportar para uma unidade de saúde onde possa receber tratamento mais avançado.

MEMÓRIA

O Dores é um clube com 40 anos repletos de histórias. Para relembrar e homenagear as personagens deste percurso, a Dorense em Revista faz um resgate nos registros jornalísticos destas mais de três décadas. Aqui, você conhecerá fatos importantes e interessantes da trajetória dorense.

HÁ 22 ANOS, O CLUBE DO FUTURO

"O Clube do Futuro era um projeto. Hoje, as obras estão sendo concretizadas. A Sede Campestre, com inauguração prevista para o final deste ano, é um presente do C. R. Dores a comunidade santa-mariense. O sócio do Clube tem motivos de sobra para se sentir entusiasmado por participar de uma entidade que é o orgulho de Santa Maria." Assim era descrita a muito sonhada Sede Campestre do Clube Dores nas páginas da edição 34 do jornal "O Dorense".

Na edição 36, de janeiro/fevereiro/ março de 92, o jornal noticiou que em novembro de 91, tinha sido entregue a tão sonhada Sede Campestre, mas esse foi só o resultado de muito tempo de trabalho. Ao lado podemos ver duas fotos do início das principais obras que eram entregues no final de 91, registros do então engenheiro responsável Mariano Rvanello. A primeira foto trata-se da construção do lago, hoje tão icônico da Campestre, na foto ainda era uma idealização. Abaixo vemos a estrutura do prédio que abriga hoje a Cantina do Lago e que já recebeu inúmeros eventos ao longo desses 22 anos.

A inauguração foi uma festa de quatro dias, o primeiro dia teve apresentação da Sede Campestre aos meios de comunicação da cidade, e depois, ao longo dos três dias a festa teve direito a espocar de foguetes, jogos de inauguração nas quadras de tênis, vôlei, futebol sete e bocha, além de shows, coral, paraquedismo, mateada, brincadeiras e distribuição de brindes.

Esse foi e continua sendo o espírito e a missão do Clube Recreativo Dores, dar o melhor para o seu associado, proporcionar mais do que a comunidade dorense espera e sonha.

A edição de número 34 do jornal "O Dorense", de julho/agosto/setembro de 1991, trouxe em suas páginas a contagem regressiva para a inauguração da Sede Campestre.

CLUBE RECREATIVO DORES

Happy Hour

VERÃO 2023 / 2024

SEDE CAMPESTRE

DOMINGOS E FERIADOS
18h às 19h30

NOVEMBRO

- 02/11 Patrick e Aline
- 05/11 Delci Taborda
- 12/11 Christian Guimarães
- 15/11 Junior Benaduce
- 19/11 Aline Freire
- 26/11 Ani e Pedro

DEZEMBRO

- 03/12 Tonny Guimarães
- 08/12 Kariel Nunes
- 17/12 Anie e Pedro
- 25/12 Joca Farias

SEDE CENTRAL

QUINTAS-FEIRAS
18h às 19h30

NOVEMBRO

- 23/11 Kariel Nunes
- 30/11 Joca Farias

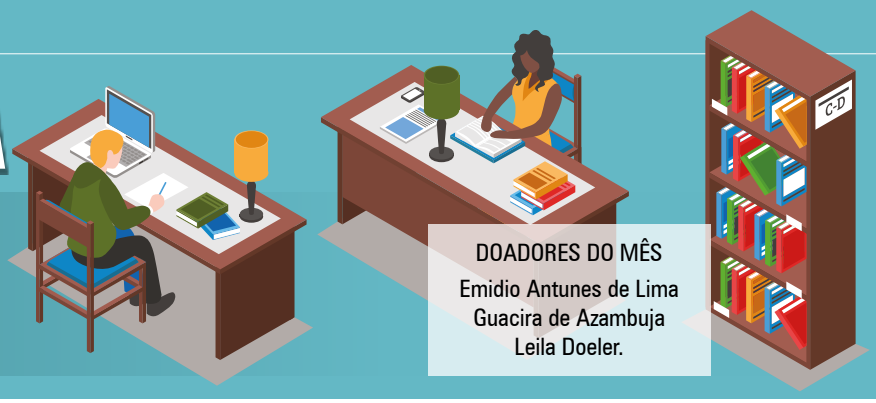
DEZEMBRO

- 07/12 Tchê Folia
- 14/12 Christian Guimarães
- 21/12 Delci Taborda
- 28/12 Patrick e Aline

Em caso de chuva, o evento pode ser cancelado. Acompanhe as redes sociais do Clube.

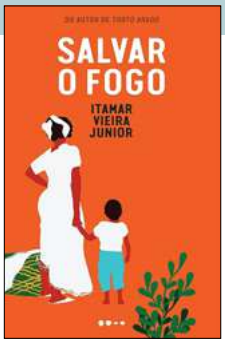
BIBLIOTECA

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



DOADORES DO MÊS

Emidio Antunes de Lima
Guacira de Azambuja
Leila Doeler.

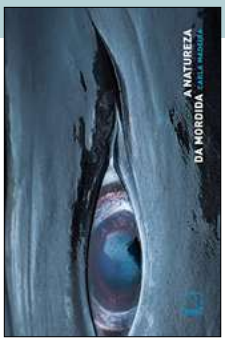


SALVAR O FOGO - Itamar Vieira Junior

A história contada em Salvar o fogo tem várias camadas e muitos significados. Sua força reside na forma habilidosa que Itamar Vieira Junior mescla a trajetória íntima de seus personagens com traços da vida – social, emocional e cultural – brasileira. Moisés vive com o pai, Mundinho, e sua irmã, Luzia, em um povoado rural conhecido como Tapera do Paraguaçu, às margens do rio de mesmo nome, no interior da Bahia. Os outros irmãos estão espalhados pelo mundo. A história se refaz pouco a pouco, à medida que a desconhecida história da aldeia se revela – descortinando junto com essa história familiar e particular um quadro mais amplo sobre o Brasil e seu povo. Épico e lírico, com o poder de emocionar, encantar e indignar o leitor a cada nova página, Salvar o fogo nos mostra que os fantasmas do passado de uma família muitas vezes não se distinguem dos fantasmas do país. Uma trama atravessada pelos traumas do colonialismo que permanecem vivos, como uma ferida ainda aberta.

MAIS FORTE DO QUE NUNCA: CAIA. LEVANTE-SE. TENTE OUTRA VEZ. - Brené Brown

Errar faz parte da vida. Se você correr riscos e for corajoso, mais cedo ou mais tarde poderá se dar mal. Às vezes aquele projeto em que estava apostando todas as fichas vai pelo ralo ou um casamento de muitos anos chega ao fim, deixando dor e sofrimento pelo caminho. Em Mais forte do que nunca, a pesquisadora Brené Brown faz a pergunta inevitável: se todos nós levamos rasteiras da vida, como certas pessoas conseguem enfrentar tantas adversidades e, mesmo assim, sair mais fortes? Para responder a isso, a autora conversou com inúmeras pessoas, coletou dados e passou a compreender melhor a volta por cima. Neste livro, você verá características de personalidade, padrões emocionais e hábitos mentais que nos possibilitam transcender as catástrofes da vida e renascer – não totalmente ilesos, porém mais plenos e realizados, vivendo com mais propósito e significado.



A NATUREZA DA MORDIDA - Carla Madeira

"O que você não tem mais que te entristece tanto?" É com esta pergunta que Biá, uma psicanalista aposentada, apaixonada por literatura, aborda a jovem jornalista Olívia pela primeira vez ao encontrá-la sentada à mesa de um sebo improvisado. A provocação inesperada, vinda de uma estranha, capaz de ouvir "como quem abraça", desencadeia uma sucessão de encontros, marcados pela intimidade crescente e que aos poucos revelam as histórias das duas mulheres. "Nossa amizade começou assim, enquanto nos afogávamos", relata Olívia. Ao conhecer Olívia, o leitor é preparado para compreender Biá e, finalmente, refletir sobre a pergunta: o que faríamos em seu lugar? Como nos outros romances da autora, as personagens parecem saltar do papel para colocar o leitor diante de questões universais, entre elas a culpa e o esquecimento, a memória e sua dinâmica inescrutável com o perdão. Com uma narrativa singular e envolvente, Carla Madeira se reafirma nessa obra como um dos maiores nomes da literatura nacional contemporânea.

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 obras diferentes chegam ao acervo dorense. Escolha seu gênero preferido e boa leitura!

INFANTIL • FUNDAMENTAL • MÉDIO

O Pallotti - Colégio Antônio Alves Ramos, possui mais de 6 décadas de compromisso com a educação, formando alunos para a vida da Educação Infantil ao Ensino Médio, por meio de um ensino integrado e dinâmico, que possibilita aos estudantes terem vivências humanas, cristãs e reflexivas, sob a inspiração de São Vicente Pallotti.

Educação Infantil

- Primeiras experiências no convívio escolar, a partir da socialização e colaboração.
- Aprendizagem por meio de brincadeiras e histórias.
- Construção de identidade e autonomia.
- Auxílio e compreensão sobre regras e partilha.
- Desenvolvimento apreciação e expressão artística.
- Método pH de ensino desde a educação infantil.

Ensino Médio

- Formação de estudantes protagonistas de suas próprias histórias, preparados para o futuro acadêmico e profissional.
- Aprofundamento das capacidades e habilidades em Itinerários Formativos.
- Sistema de ensino de qualidade, com revisões periódicas para Enem e vestibulares.
- Professores qualificados para auxiliar no melhor desempenho dos alunos.
- Educação financeira a fim de ensinar e conscientizar sobre a importância do planejamento financeiro.
- Construção do Projeto de Vida de cada aluno, pensando nas possibilidades futuras.
- Momentos de reflexão, diálogo e escuta.
- Localizado junto a Faculdade Palotina - Fapas.

Pallotti
COLÉGIO ANTÔNIO ALVES RAMOS

colegiopallottism

Aponte a câmera do celular

Agende uma entrevista

www.colegiopallottism.com.br
3220.4550

Fortaleça sua marca com

AGENDAS & CALENDÁRIOS PERSONALIZADOS

(55) 3220.4500
www.graficapallotti.com.br

graficapallottism
pallottism

PALLOTTI
GRÁFICA

COLUNA

Alfran Caputi, vice-presidente de Cultura do Clube Dores, 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 Dores e, publicou os livros Abrindo Arquivos e Reminiscências – uma coletânea de crônicas e artigos de sua autoria.

ATENÇÃO AO CONSUMO EXAGERADO

Sabemos que o organismo humano está preparado para absorver o máximo possível de nutrientes e para estocá-los nas suas células de gordura. Ao longo do caminho, a humanidade passou por mais momentos de fome do que de fartura. A seleção natural privilegiou aqueles indivíduos capazes de aproveitar mais os alimentos. Aqueles que tinham mais gorduras acumuladas poderiam sobreviver a grandes períodos de pouca ou nenhuma alimentação. Nos tempos de escassez isso fazia a diferença entre sobreviver ou não.

Hoje temos um problema cada vez mais grave que é a obesidade generalizada. Por incrível que pareça, um fator agravante se deve ao fato de que – apesar dos pesares - nunca houve, no mundo, tanta fartura de comida como temos hoje. Além disso, alimentos muito calóricos têm um sabor quase irresistível para o ser humano, o que acaba incentivando o abuso na ingestão de açúcar e de gorduras.

No Brasil temos em torno de 17 milhões de diabéticos acima de 18 anos, ou seja, 9,14% desse segmento da população, e a perspectiva de que mais alguns milhões desenvolverão a doença nos próximos anos. É muito urgente que se façam campanhas bastante agressivas contra o consumo exagerado de açúcar e gorduras. Gorduras saturadas são responsáveis também pelos problemas do aparelho cardiocirculatório.

Estudos recentes mais uma vez comprovam que a água é mesmo bom para tudo. Indivíduos que consomem em torno de dois litros ou mais de água por dia diminuem as chances de desenvolverem diabete. Como nosso corpo é composto de aproximadamente 70% de água, nada mais justo que ingerirmos quantidades generosas do precioso líquido para recompensar o desgaste sofrido.

Com o surgimento de alimentos ditos light ou diet, muita confusão se estabeleceu entre os consumidores. Simplificando: produtos diet são aqueles que não contêm açúcar. Portanto, servem para as pessoas diabéticas. Produtos light são aqueles que têm redução parcial de alguns componentes, que pode ser o açúcar ou a gordura. Produtos diet, como o chocolate, podem engordar tanto quanto o chocolate normal. Não tem açúcar, mas tem gordura. Portanto, quem faz dieta deve preferir os produtos light. No caso dos refrigerantes, não faz diferença. Como os refrigerantes originais já não têm gordura, apenas açúcar, tanto light quanto diet são praticamente caloria zero. Todos, poderão ser consumidos com moderação, sem esquecer dos exercícios físicos.

Querendo melhores esclarecimentos, sempre é bom consultar um profissional médico ou nutricionista que poderão dar as orientações necessárias.

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
Nsrª Dores, Santa Maria - RS
CEP: 97050-090
e-mail: orgatec.sm@terra.com.br - www.contabilidadeorgatecsm.com.br

AQUI É BOM SER

CRIANÇA

EDUCAÇÃO INFANTIL

COLÉGIO RIACHUELO, 40 ANOS DE EXCELÊNCIA.

colegioriachuelo.com.br colegioriachuelo somosriachuelo

COLÉGIO RIACHUELO
EDUCAÇÃO INFANTIL . FUNDAMENTAL. MÉDIO

É MAIS QUE APROVAÇÃO. **É EVOLUÇÃO.**

CLICK DORENSE

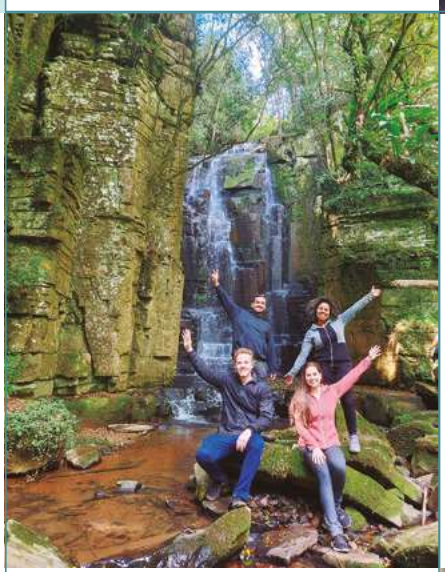
A Dorense em Revista possui um espaço para divulgação de fotos dos associados em alguma viagem, em algum ponto turístico famoso. Aproveite e dê uma dica preciosa sobre o lugar que você conheceu! Não perca tempo e participe da sua Revista! Ao enviar sua foto, o associado está autorizando o Clube a usá-la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

TRILHA NO CÂNION DO ITAIBEZINHO

O casal dorense Gelson e Maria Oliveira curtiram as férias na Serra. Aventureiros, fizeram uma trilha entre Praia Grande e Cambará do Sul, onde está o acesso ao Cânyon Itaimbezinho. Com desfiladeiros de cerca de 700m de altura, composto por belas vistas, cachoeiras e fauna exuberante. Há muito tempo queriam fazer esse passeio e conhecer o local, e foi uma ótima experiência, eles recomendam demais o passeio.

DE ROLÊ EM SP

A associada dorense Gabriela Karsten esteve em São Paulo e separou para os nossos leitores algumas dicas de passeio. O primeiro é o Sampa Sky, um dos pontos turísticos mais "instagramáveis" da cidade. Ele fica no 42° andar do edifício Mirante do Vale, prédio que foi por muitos anos o mais alto do Brasil. Além das caixas de vidro, o andar inteiro do prédio é um mirante 360º, fechado de vidros, proporcionando a vista de dezenas de pontos turísticos da capital paulista. O segundo é uma dica gastronômica: Holy Burguer. Com uma estética interna industrial, está localizado no bairro Santa Cecília. "Impossível não indicar a experiência de sentar no balcão, degustar um bom drink e apreciar a obra de arte que é a culinária do local" garante ela. E em terceiro o Gatcha, o primeiro "cat café" de São Paulo, localizado na Galeria Metrópole, no centro da capital. No primeiro andar, ficam o balcão e as mesas para o público apreciarem o cardápio focado em Matcha. Já o mezanino é a casa dos gatos, onde é possível pagar o valor de R$15 e ficar 15 minutos relaxando e se divertindo com os felinos. @gabkarsten, como é seu user no Instagram está sempre compartilhando dicas em várias cidades, fica a dica!



AVENTURAS NA ARGENTINA

A família dorense Édsom, Zélida Schultz e Lorenzo se aventuraram na Argentina.

Aproveitando as férias escolar de Lorenzo, embarcaram para Mendoza e ficaram hospedados na casa dos amigos Pablo Alberto Dal Pos e sua esposa Fernanda Cinalli. "Foram momentos incríveis, pois conhecemos a neve pela primeira vez em Las Lenãs, na cidade de Mendoza" contou Zélida.

Agora os anfitriões hermanos querem vir a Santa Maria e conhecer o nosso Clube Dores.

EM CONTATO COM A NATUREZA

Os associados Luis Eduardo Maurer da Silva, Lourenço Redin, Bruna Elise Messias e Lara Dotto fizeram uma trilha na Cascata Herveiras, na cidade de Herveiras, próxima a Santa Cruz do Sul. O grupo indica muito o passeio pois é apenas 1Km de trilha, super fácil, bonito e acessível. Um ótimo passeio para entrar em contato com a natureza.

PINTA NA CONSTINTA®

E CONCORRA A PRÊMIOS

A CADA R$ 500,00 EM COMPRAS CONCORRA A

6 TVS 50" 4K

6 CELULARES XIAOMI REDMI 12C

SERÃO 12 GANHADORES ENTRE AS 4 LOJAS DA CONSTINTA

RAINHA · Coral · Sparlack · ATLAS · 3M · SHERWIN WILLIAMS · Metalatex · LAZZURIL · AXALTA · TINTAS FARBEN

/CONSTINTA

/CONSTINTARS

COMPRE ONLINE WWW.CONSTINTA.COM.BR

SANTA MARIA | SANTO CRISTO

NOVO HAMBURGO

VISA · mastercard · BANRI COMPRAS · Hipercard · Sicredi · VerdeCard

CONSTINTA

A loja mais completa da cidade

Av. Ângelo Bolsson, 523 | **(55) 3223 3030**

Av. Dores, 2357 | **(55) 3286 1100**

Santa Maria - RS

VOCÊ NO FOCO

O associado que participa, usufrui, destaca-se e integra-se no Clube Dores tem seu espaço na Dorense 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 dorense!

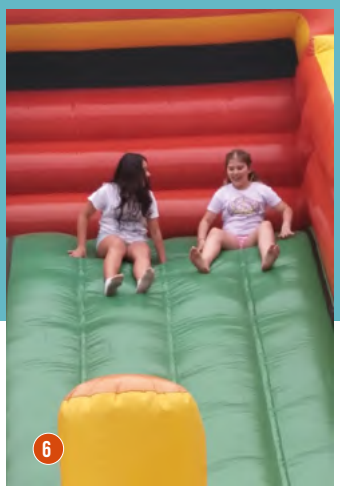
1 O associado Jonathan Fleck enviou a foto do seu filho, Heitor Maria Fleck, que queria muito aparecer na revista. "Sempre que ele vê a Dorense em Revista fica procurando uma foto dele nos eventos", disse o pai, está aí Heitor, um lindo registro seu se divertindo no Pic Nic Dores. Adoramos a sua participação!

2 A pequena dorense Maria Olívia Lopes Canto também curtiu muito o evento de comemoração de dia das crianças. Foto enviada pela mãe Mayara Lopes.

3 Os primos Liz Da Cas Hunhoff e Noah Da Cas Harrison comemoraram juntos seus aniversários de 3 e 4 anos no dia 17 de setembro. Fizeram uma linda festa misturando o universo das princesas e do super herói Homem Aranha. Parabéns!!

4 E, teve mais associado mirim se divertindo no Pic Nic e enviando seu registro. A Marina Grings de Oliveira, de 9 anos, se divertiu muito nesse evento e adorou a pintura facial. Fotinho enviada pela mamãe Emilene Grings.

5 No final de agosto, o associado Lorenzo Moreira Donatti recebeu familiares e amigos no Salão Antares da Sede Central do Clube para comemorar sua colação de grau com Mérito Acadêmico em Engenharia de Computação pela Universidade Federal de Santa Maria. Na foto o formando Lorenzo e seus pais Lênio Donatti e Maria Moreira Donatti. Parabéns pela conquista, Lorenzo!



6 O Você no Foco dessa edição está dominado pelas crianças! Na foto as pequenas Lara e Mayara se divertindo muito nos brinquedos no nosso Pic Nic Dores. O registro ficou por conta de Lisiane Marques Pivetta.

7 A pequena associada dorense Júlia Valente e a sua madrinha Caroline Santos curtiram muito a programação cultural da Semana das Crianças do Clube Dores. Elas adoraram a Contação de Histórias: contos de folha e flor, e ainda aproveitaram para comer pipoca e algodão doce.

8-9 As turmas de Zumba do Clube Dores são sempre muito animadas e nunca perdem a chance de fazer uma aula temática. O tema da vez foi a importante campanha do Outubro Rosa. Parabéns meninas e professor Diego Figueira! Nas fotos as turmas das 18 h e das 19 h.

ESPORTE PARA SE MANTER ATIVO NA TERCEIRA IDADE

Manter o corpo em movimento é uma das melhores formas de viver a "melhor idade". Para os idosos, praticar exercícios é essencial para fortalecer o sistema imunológico, prevenir o aparecimento de doenças crônicas e também manter a mente saudável. A prática de atividades físicas para os idosos minimiza os impactos do tempo no processo de envelhecimento, como o enfraquecimento dos músculos. Dentre as atividades que podem contribuir para o desenvolvimento ou manutenção da aptidão física, que se refere à capacidade que uma pessoa tem de executar uma atividade física, se destaca a prática regular de esportes.

E, um dos esportes que vêm crescendo nos últimos tempos é o câmbio. O câmbio é um jogo de voleibol adaptado para idosos que faz uso da quadra e da bola de vôlei. O objetivo do jogo é praticar uma atividade física que promova qualidade de vida, valorizando a convivência, a troca de experiências e a construção de novas amizades entre os participantes.

No Clube Dores temos um grupo que, de maneira autônoma, se organizou e joga regularmente na Quadra C do Ginásio. É uma turma muito animada que busca esse esporte pela interação que traz e pela diversão. Mas também temos dorenses que competem a nível nacional nesse esporte, é o caso do dorense Rui Barcelos e sua esposa Ivone Beulch. Eles praticam o câmbio já há alguns anos e recentemente foram vice-campeões do 1° Torneio Interestadual de Câmbio, disputado em João Pessoa na Paraíba. Segundo Barcelos, o câmbio auxilia no condicionamento físico, a ser ativo, e é um esporte que desafia o idoso a sempre se superar.

Seja qual foi a idade e a atividade física, o importante é se movimentar e se divertir!

Em destaque: a turma que joga câmbio na Quadra C. Na galeria acima, um registro do time disputando o 1° Torneio Interestadual de Câmbio, e logo ao lado, o casal Rui e Ivone com o troféu de vice-campeões.

Ludfor

GERAÇÃO | COMERCIALIZAÇÃO | GESTÃO

ABERTURA

do **mercado livre** de *energia*

O **mercado de energia** se abre em **2024** para um **futuro promissor**, com:

+ economia

+ oportunidades

+ competitividade

www.ludfor.com.br

Bento Gonçalves - RS . SC . PR . SP . AL

54 3451.1413 LudforEnergia

SEMANA FARROUPILHA DO CLUBE DORES

A SEMANA FARROUPILHA DO DEPARTAMENTO TRADICIONALISTA QUERÊNCIA DORES É SEMPRE RECHEADA DE ATRAÇÕES E CULTURA, E DESSA VEZ NÃO FOI DIFERENTE. UMA PROGRAMAÇÃO DE PRIMEIRA PARA TODA A GAUCHADA DORENSE.

ACENDIMENTO DA CHAMA CRIOULA

A Semana Farroupilha é um momento especial de culto às tradições gaúchas. Em 1947 um grupo de oito amigos dava um passo que reviveria tradições esquecidas no cotidiano das crescentes metrópoles. Eles "roubaram" uma centelha da pira da pátria para acender pela primeira vez a Chama Crioula. Buscavam resgatar costumes esquecidos pela sociedade da época. E, desde então, de 14 a 20 de setembro é comemorada a Semana Farroupilha.

O tema dos festejos farroupilhas de 2023 foi o "Centenário da Revolução de 1923" que tem como objetivo relembrar os fatos desta que foi a última revolução do Rio Grande do Sul. A homenageada estadual foi Maria Luiza Benitez, que é cantora, compositora, atriz, mestre de cerimônia, radialista, apresentadora de TV e historiadora.

A homenagem regional foi dirigida a Benjamin Feltrin Neto (in memorian) e Maria Lili Feltrin. Seu Feltrin foi coordenador regional da 18ªRT, conselheiro do MTG e Presidente do MTG. Junto a ele sempre estava a sua esposa Maria Lili Feltrin, companheira de todas as horas, que exerce até hoje papel de destaque na entidade onde atua.

Como Patrono dos festejos de Santa Maria tivemos o Srº Manoelito Carlos Savaris (in memorian), presidente do MTG por nove gestões, era oficial da reserva da Brigada Militar e bacharel em História. Ainda como destaques locais, tivemos a jovem Giovana A. Rodrigues – 2ª Prenda Mirim do RS; que representou

a 13ª Região Tradicionalista com destaque durante a 52ª Ciranda Cultural de Prendas do Rio Grande do Sul.

A Chama Crioula que simboliza a abertura desta semana comemorativa foi acesa na cidade de Cristal, de onde foi distribuída para as regiões tradicionalistas. A chama foi recebida pelo grupo de cavalarianos da 13ª RT que conduziu até Santa Maria. E, no dia 13 de setembro, o departamento campeiro do DT Querência das Dores coordenado pelo Srº Marisson Requia dos Santos buscou a centelha da Chama Crioula no Hotel Fazenda Pampa, onde aconteceu o primeiro acampamento farroupilha da 13ªRT. Assim, com a chegada da chama ao DT Quêrencia das Dores deu-se o início da Semana Farroupilha.

NOVA GESTÃO NO DT QUERÊNCIA DAS DORES

No dia 13 de setembro, no Salão Colina, após a solenidade de abertura da Semana Farroupilha, também tivemos o jantar que marcou a despedida da gestão 2022/2023 e posse da gestão 2023/2024 do Departamento Tradicionalista Querência das Dores.

A despedida da gestão 2022/2023 ficou a cargo da prenda Bruna Flores Campos, que atualmente exerce o cargo de 1ª Prenda Adulta da 13ªRT, representando esta entidade.

A patronagem agradeceu o trabalho desenvolvido pela gestão entregando mimos aos que se despediam e deu as boas vindas aos novos integrantes da gestão.

Tomaram posse nesta ocasião os seguintes dorenses:

1ª Adulta – Caroline Tolio Galarça

2ª Adulta – Bianca Da Silva Menezes

1º Peão – Antony Gayer Maciel

1ª Juvenil – Larissa Menegaes Pereira

2ª Juvenil – Isabella De Moura Arend

1º Guri – Bruno Menina Pereira

1ª Mirim – Laura De Moura Arend

2ª Mirim – Sophia Ramos Dick

1º Piá – Lorenzo Campara Dotto

1ª Prendinha – Valentina Ribeiro Menezes

2ª Prendinha – Ágatha Franco Bolson

1º Piazito – Théo Guerra Mariano Da Rocha

1ª Prenda Veterana – Emanuele Coimbra Padilha

2ª Prenda Veterana – Thenaís Quinhones Maciel

1º Peão Veterano – Marco Antônio Culau Filho

ENART

Teve participação do DT Querência das Dores no 1° Inter-regional de Cacequi, confira os classificados para a final do ENART:
- Tiane Tambara: primeiro lugar Intérprete solista vocal feminino;
- Pablo Cardoso: primeiro lugar Intérprete solista vocal masculino;
- Pablo Cardoso: primeiro lugar no violão solo;
- Conjunto Instrumental.

GRUPO VETERANO RECEPCIONA O "QUERÊNCIA DAS ABELHINHAS"

Na noite de 14 de setembro, segundo dia da nossa Semana Farroupilha, estiveram visitando nossa entidade a Escola de Educação Infantil Abelhinhas, que com seu grupo denominado "Querência das Abelhinhas", nos brindaram com apresentações de danças com temáticas gaúchas.

Também nesta noite o grupo de danças veterano, fez uma belíssima apresentação, encantando a todos com as danças tradicionais gaúchas.

ELENCO PIAZITO DA ESCOLA DIVINO MESTRE

Na noite de 15 de setembro, visitaram nossa entidade o Elenco Piazito, da Escola Divino Mestre, do município de Tupanciretã. O Elenco Piazito, tem um repertório amplo de danças que apresenta coreografias para diversas músicas gaúchas.

O grupo, que veio acompanhado pelos professores Aline e Wilian Andreata, além dos familiares dos dançarinos, trouxeram muita alegria e animação para mais uma noite da semana farroupilha.

JANTAR FANDANGO COM GRUPO TCHÊ KAKARECO

A noite do dia 16 de setembro foi de casa cheia! O jantar baile animado pelo grupo Tchê Kakareco não deixou dúvida que todos gostaram do baile.

Com o salão lotado, o jantar foi servido e em seguida o baile teve início, com o transcorrer do baile, inúmeros tradicionalistas dos CTGs coirmãos nos visitaram, assim como os associados do Clube puderam aproveitar o excelente repertório do conjunto.

RONDA DA CHAMA CRIOULA NO ACAMPAMENTO FARROUPILHA DA 13°RT

No mesmo sábado, dia 16 de setembro, à tarde, a Ronda da Chama Crioula no Acampamento Farroupilha contou a participação da ex 1° Prendinha Helena Machado dos Santos Basso, que ministrou uma oficina sobre a flor de marcela, esta que é erva da flora gaúcha reconhecida como planta medicinal símbolo do Rio Grande do Sul.

A prendinha convidou os presentes para fazer a dobradura da flor de marcela como enfeite de chimarrão. E, no final, foi oferecido o chá de marcela para a degustação.

GRUPO JUVENIL DO CPF PIÁ DO SUL E SHOW DE BOLEADEIRAS

Em 17 de setembro, o grande show ficou por conta do grupo de danças juvenil do Centro de Pesquisas Folclóricas Piá do Sul, entidade coirmã que pelo segundo ano consecutivo é reconhecido pelo seu trabalho obtendo o título de 2º lugar no JUVENART – Concurso Estadual de Danças Tradicionais da Categoria Juvenil.

A noite também contou com show de boleadeiras e boleadeiras de fogo, do peão Jeferson Luis Kuntzler.

Para o encerramento da noite, tivemos a apresentação do grupo de danças adulta do DT Querência das Dores e uma integração entre os grupos.

ESTREIA DO GRUPO DE DANÇAS MIRIM

O grupo de danças mirim do DT Querência das Dores fez estreia da sua pilcha nova na noite de 18 de setembro, e foi uma estreia em grande estilo.

O grupo que conta com um grande número de integrantes, encantou a todos com a sua apresentação de danças tradicionais gaúchas. Também tivemos passos de chula apresentados pelo jovem Enzo, acompanhado do professor Rafael. Foram momentos de muitas emoções para os familiares que assistiram encantados com a graça e a alegria das crianças dançando.

À noite também teve a participação da jovem Ana Júlia que, com sua linda voz, cantou lindamente para os que ali estavam.

MISSA CRIOULA

Na noite do dia 19 de setembro aconteceu a tradicional missa crioula. Criada em 1967, a missa crioula é uma celebração católica com orações e liturgia campeira, onde utilizamos símbolos do campo, da campanha, dos usos e costumes do gaúcho.

Entre os momentos mais emocionantes da Missa Crioula está o que relembra um dos mais marcantes episódios da história do Rio Grande do Sul: a guerra entre Maragatos e Chimangos. Como a missa busca trazer a paz e a compreensão entre todos, os homens que participam da missa depõem suas armas, representadas por facões estilizados, colocando-as num canto e os tradicionalistas entrelaçam na cruz os lenços: vermelho (Maragato), branco (Chimango) e preto (simbolizando o luto).

A missa crioula é um momento de celebrar a vida e, como sempre, contou com a dedicada organização das coordenadoras dos grupos de dança da entidade.

ALMOÇO DE 20 DE SETEMBRO

Devido as enchentes que ocorreram no mês de setembro no estado, o desfile foi cancelado em muitas cidades, inclusive em Santa Maria. Com encerramento da Semana Farroupilha foi organizado um saboroso churrasco, que foi degustado ao som da música de Pablo Cardoso e Eduardo Abramson.

TEMPORADA DE Verão 23/24

A temporada verão 2023/2024 será oficialmente aberta no Clube Recreativo Dores a partir de novembro. No dia 2, o Praia Park estará esperando pelos associados. Já a partir do dia 15, todas as piscinas estarão funcionando normalmente.

Na estação em que o sol brilha com mais intensidade, as altas temperaturas convidam para aproveitar as atrações que o Clube oferece. Fique atento aos horários e as dicas dos serviços e participe de mais esta temporada no Dores.

ATENÇÃO!

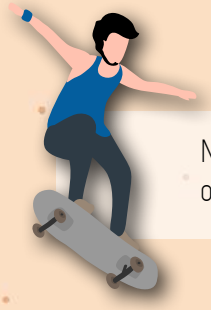
Para garantir uma maior agilidade no atendimento, pedimos que tenha sua carteira social e de seus dependentes em mãos ao chegar à portaria do Clube.
A mesma é obrigatória para o acesso dos associados ao Dores. Dessa forma, não se formarão filas para ingressar no Clube.

Agradecemos e desejamos uma excelente temporada a todos.

A abertura da Sede Campestre às 7h, sendo que os funcionários de atendimento interno estarão à disposição a partir das 8h.

Lembre de não levar o seu bichinho de estimação para a Sede Campestre.
É proibida a entrada de animais no Clube.

Os banhos no lago
são permitidos até às 22h;



Na pista de skate é
obrigatório o uso de capacete;

Deixe seus pertences
de valor no guarda volume!

Associado, acostume-se a levar para a Sede Campestre a sua cadeira de praia. No Dores Praia Park, o Clube não fornecerá cadeiras.

NORMAS PARA AQUISIÇÃO DE CONVITES - Sede Campestre ou Sede Central

Capítulo 1 - Geral

1) Os convites serão adquiridos pelos associados somente para convidados não residentes em Santa Maria;

2) O associado é responsável direto por seus convidados;

3) Para emissão do convite, são necessários os seguintes dados do convidado:
Nome Completo | Cpf | Data de nascimento | Endereço | Comprovação de não residente em Santa Maria.

Capítulo 2 - Convite OURO - Único Acesso

1) O associado poderá adquirir para o mesmo convidado apenas 02 convites no período de 06 meses. Caso deseje mais convites dentro deste período, poderá adquirir convite do tipo Prata, que consta logo abaixo desse regulamento;

2) Os convites poderão ser adquiridos conforme faixa etária, sendo que o limite por faixa, é de 8 convites, respeitando o item anterior;

3) Valores:
Menores de 5 anos - R$ 25,00 - Ouro
De 5 a 10 anos - R$85,00 - Ouro
De 11 a 69 anos - R$ 165,00 - Ouro
A partir de 70 anos - R$ 85,00 - Ouro

Capítulo 3 - Convite PRATA - Único Acesso

1) Após utilização do Convite OURO, poderá adquirir convites com os seguintes condições.

2)Valores:
Menores de 5 anos - R$ 50,00 - Prata
De 05 a 10 anos - R$ 170,00 - Prata
De 11 a 69 anos - R$ 330,00 - Prata
A partir de 70 anos - R$ 170,00 - Prata

Capítulo 4 - Convite Temporada

1) O convite é emitido para dias consecutivos de acesso;

2) Esse tipo de convite será válido apenas para a temporada, não estando a sua aquisição vinculada aos outros tipos de convite acima citados;

3) Poderão ser adquiridos os convites, nas seguintes condições:
- Para 10 dias: Menores de 5 anos - R$ 330,00; de 05 a 10 anos - R$ 550,00; de 11 a 69 anos - R$ 1.100,00; a partir de 70 anos - R$ 550,00.
- Para 15 dias: Menores de 5 anos - R$ 550,00; de 05 a 10 anos - R$ 825,00; de 11 a 69 anos - R$ 1.650,00; a partir de 70 anos - R$ 825,00.
- Para 20 dias: Menores de 5 anos - R$ 660,00; de 05 a 10 anos - R$ 1.100,00; de 11 a 69 anos - R$ 2.200,00; a partir de 70 anos - R$ 1.100,00.
- Para 30 dias: Menores de 5 anos - R$ 770,00; de 05 a 10 anos - R$ 1.380,00; de 11 a 69 anos - R$ 2.750,00; a partir de 70 anos - R$ 1.380,00.

HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO

Segunda a sábado
14h às 20h30 - Praia Park
14h às 20h - Toboáguas (alternados)
9h às 12h / 13h30 às 21h - Guarda-volume

Domingos e feriados
09h às 20h30 - Praia park
14h às 20h - Toboáguas (alternados)
9h às 21h - Guarda-volume (piscinas)

ALMOÇO E JANTA NO RESTAURANTE DO LAGO

Em caso de mau tempo, as refeições poderão ser canceladas e o restaurante servirá apenas lanches. Em todos os restaurantes haverá sempre os tradicionais lanches.

HORÁRIOS DOS RESTAURANTES

Cantina Dorense Sede Central:
Todos os dias: 9 h às 23 h

Cantina do Lago:
Todos os dias: 10 h as 22 h

Cantina das piscinas Sede Campestre:
Segunda a sexta, 11 h às 21 h;
Sáb., Dom. e feriados, 10 h às 21 h

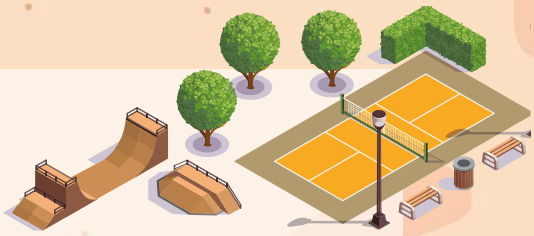
Restaurante Dores Praia Park:
Segunda a sábado, 14 h às 20 h;
Dom. e feriados, 10 h às 20 h

HORÁRIOS DE ÔNIBUS 2024

CLUBE REC. DORES					
ÚTEIS		SÁBADOS		DOMINGOS	
Centro	Clube	Centro	Clube	Centro	Clube
06:50 C. Saúde	07:25	07:05 JBIZ@	07:30	06:55 JBIZ@	07:25
07:00 JBIZ@	07:30	11:50 JBIZ@	12:20	12:05 JBIZ@	12:35
11:45 JBIZ@	12:10	13:45 JBIZ@	14:15	13:50 JBZ@	14:20
13:40 JBZ@3	14:15	17:20 JBIZ@	17:55	17:05 JBIZ@	17:35
16:05 JBZ@	16:35	17:30 C. Saúde	18:00	17:15 C. Saúde	17:50
17:20 C. Saúde	17:50	18:10 JBIZ@	18:40	18:20 JBZ@	18:50
17:45 JBIZ@	18:15	19:50 JBIZ@	20:15	19:50 JBZ@	20:15
19:50 JBIZ@	20:15				

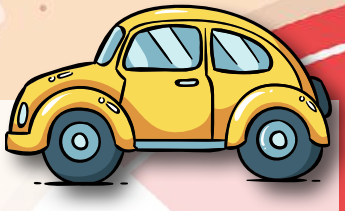
PELA FAIXA DE SÃO SEPÉ	
Centro	Clube
07:38 Minuano	08:00
Centro	Clube
16:45 P. Tropas	17:00

LEGENDAS
JBI- JARDIM BERLEZE INVERTIDO
JB- JARDIM BERLEZE
Z - VIA ZILDA ARNS E DON IVO
@- VIA TERRA NOVA
3- VIA TERMINAL DO MANECO



AGENDAMENTO QUADRAS:

Para agendar as quadras de tênis cobertas e de padel, acesse o aplicativo do Clube.



ESTACIONE NO LUGAR CORRETO!

Lembre-se de não utilizar as ruas com faixas amarela como estacionamento.
O Clube Dores ampliou os espaços de estacionamento e demarcou com amarelo alguns trechos exclusivos para circulação de pessoas e para as brincadeiras da criançada.
Essa medida visa a segurança dos associados.
Atenção! Caminhões e ônibus deverão estacionar semente próximos às portarias da Sede Campestre.
A revista em porta-malas é legal, e pode ser solicitada pelos funcionários.
Colabore, a revista é para a sua própria segurança!

Funcionamento Sede Central			
Sede Central	Segunda a sexta 06:00 às 24:00	Sábados 07:00 às 24:00	Domingo/feriado 07:00 às 24:00
Secretaria	08:00 às 20:00	08:00 às 14:30	fechado
Academia	06:00 às 17:55 / 18:00 às 22:00	sábado 08:00 às 20:00	domingo 14:00 às 20:00
Academia Master	06:00 às 17:55 / 18:00 às 22:00	sábado 08:00 às 12:00	domingo fechado
Estacionamento	06:00 às 24:00	06:00 às 24:00	06:00 às 24:00
Piscina Térmica	06:00 às 22:00	08:00 às 22:00	08:00 às 22:00
Piscina externa	09:00 às 20:30	09:00 às 20:30	09:00 às 20:30
Biblioteca	14:00 às 20:00	08:00 às 14:00	fechado
Cantina Dorense	09:00 às 23:00	09:00 às 23:00	09:00 às 23:00
Achados e perdidos	13h30 às 17h Qua: 9h às 11h45	10h às 12h	

Funcionamento Sede Campestre			
Sede Campestre Acesso	Segunda a sexta 07:00 às 23:00	Sábados 07:00 às 23:00	Domingo/feriado 07:00 às 23:00
Tirolesa		15:00 às 19:00	15:00 às 19:00
Vestiários	09:00 às 12:00 13:30 às 21:00	09:00 às 21:00	09:00 às 21:00
Pedalinhos	14:00 às 19:00	14:00 às 19:00	15:00 às 19:00
Restaurante Lago	10:00 às 22:00	10:00 às 22:00	10:00 às 22:00
Piscina lago	09:00 às 20:30	09:00 às 20:30	09:00 às 20:30
Dores Praia Park	14:00 às 20:30	14:00 às 20:30	09:00 às 20:30
Piscina Ondas, Biribol, Cascata, P. Aquático Infantil	13:30 às 20:30	13:30 às 20:30	13:30 às 20:30
Lago	07:00 às 22:00	07:00 às 22:00	07:00 às 22:00
*Pista de caminhada	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Pista Campo 11	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Áreas de circulação	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Quadras de tênis -D	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Futebol/agendamento	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Churrasqueiras	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Pracinhas	08:00 às 23:00	08:00 às 23:00	08:00 às 23:00
*Quadras de padel	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Vôlei	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00	07:00 às 23:00
*Basquete	09:00 às 12:00 13:30 às 23:00	09:00 às 12:00 13:30 às 23:00	09:00 às 12:00 13:30 às 23:00

*Observação: Nestes locais é permitido a permanência até a 1h.

TIROLESA

SÁB, DOM e FERIADOS:
15h às 19h

PEDALINHOS

SEG a SEG:
das 14h às 19h
DOM e FERIADOS:
das 15h às 19h

GASTRONOMIA

Receitas simples de fazer, mas sem perder a sofisticação, com ingredientes fáceis de encontrar. É só ler e botar a mão na massa, literalmente!

PARA SEU FINAL DE ANO FICAR COM MUITO SABOR

CHEESECAKE DE MORANGO

Lista de Ingredientes

450 g de cream cheese (3 potes de 150g)

120 g iogurte sem açúcar ou nata opcional

100 g de açúcar

2 ovos

1 colher (sopa) de suco de limão siciliano ou laranja

Raspas de limão opcional

1 colher (chá) de sal

1 colher (sopa) de amido de milho ou farinha de trigo opcional

120 g de bolacha maria ou outra

40 g de manteiga sem sal aprox.

Modo de Preparo

Coloque as bolachas dentro de um saco, feche bem e bata com um martelo culinário para triturar, ou bata no processador, ou no liquidificador usando o modo pulsar até virar uma farofinha.

Derreta a manteiga e junte com a farofa de bolacha, misture até ficar bem úmida - misturar com as mãos é melhor. Reserve.

Forre o fundo de uma forma de fundo falso (18cm) com papel manteiga, e forre também as laterais da forma.

Transfira a farofa para a forma e prense bem contra o fundo para ficar bem firme e leve para assar em forno preaquecido a 180ºC por 15 minutos. .

Envolta a forma com papel alumínio e reserve.

Modo de Preparo

Coloque as bolachas dentro de um saco, feche bem e bata com um martelo culinário para triturar, ou bata no processador, ou no liquidificador usando o modo pulsar até virar uma farofinha.

Derreta a manteiga e junte com a farofa de bolacha, misture até ficar bem úmida - misturar com as mãos é melhor. Reserve.

Forre o fundo de uma forma de fundo falso (18cm) com papel manteiga, e forre também as laterais da forma.

Transfira a farofa para a forma e prense bem contra o fundo para ficar bem firme e leve para assar em forno preaquecido a 180º C por 15 minutos.

Envolta a forma com papel alumínio e reserve.

Junte dentro de um recipiente o cream cheese e o açúcar, bata usando uma batedeira ou um batedor de arames até incorporar os ingredientes e o açúcar sumir completamente no creme.

Em seguida adicione o iogurte ou nata - o iogurte deixará o seu cheescake mais leve e adocicado. Junte também o suco de limão, as raspas como opcional - pode ser laranja suco de laranja. O sal e o amido de milho - ou farinha, isso irá ajudar na estrutura.

Adicione também os ovos e bata até virar um creme homogêneo. Depois transfira esse creme para a forma reservada.

Coloque a forma dentro de outra forma maior para que possamos colocar água dentro - o cheesecake precisa assar em banho maria.

Leve ao forno e adicione água quente dentro da forma até mais o menos a metade da forma com o cheesecake.

Deixe assar por 160º C por 30 e a 180ºC por 20-30 minutos - o tempo pode variar muito de forno para forno, então após 30 minutos fique de olho. O ponto para um cheesecake perfeito é quando ele está firme ao toque, macio, mais sem ganhar cor dourada por cima, e de jeito nenhum ele pode criar rachaduras no meio. No forno eletrico ele pode demorar até 1 hora para ficar pronto.

Retire do forno, aguarde 10 minutos e desenforme por partes com delicadeza.

Reserve e prepare a calda.

Dicas

1 - A fôrma, de preferência, precisa ser de fundo solto para desenformá-lo corretamente.

2 - Use papel manteiga para o cheesecake não grudar na forma e você poder desenformar o fundo sem problemas.

3 - Pode ser feito sem farinha de trigo, mas irá mudar um pouco a textura.

4 - O limão ou suco de laranja irá ajudar a quebrar um pouco a acidez do iogurte e do cream cheese.

5 - Pode ser adicionado essência do sabor que preferir para dar um sabor diferenciado ao seu cheesecake.

Observações

ARMAZENAMENTO: por até 3 dias na geladeira.

OUTRAS CALDA: geleias caseiras, doce de leite, ganache de chocolate, etc.

SUBSTITUIÇÕES: pode ser feito sem o iogurte e sem a nata, apenas com cream cheese, no entanto, ficará bem mais firme e menos fofinho.

CALDA DE MORANGO PARA CHEESECAKE

Modo de Preparo da Calda

Higienize os morangos, pique em pequenos pedaços e transfira para uma panela. Adicione o açúcar e leve ao fogo médio - você também pode preparar usando apenas 1 colher de sopa de açúcar.

Em fogo médio, misture os morango com o açúcar até dissolver por completo.

Deixe incorporar em fogo médio/baixo, mexendo as vezes.

Acrescente o suco de limão para dar brilho e continue mexendo até engrossar - se preferir uma calda com pedaços, não deixe cozinhar por muito tempo.

Retire do fogo e deixe amornar para não desestruturar a cheesecake.

Depois é só despejar sobre sua cheesecake e servir.

OBRAS E REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Recreativos Dores repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas ideias, reformas e obras já em andamento em ambas as Sedes.

CENTRO ESPORTIVO

As obras estão na sua fase final no Centro Esportivo da Sede Campestre. Vamos conferir as atualizações dessa grande estrutura!

Foram realizados os acabamento finais na academia, banheiros e vestiários. Está sendo feita a instalação das 06 quadras de Padel (1), o trabalho de iluminação das quadras de areia e finalização do espalhamento da areia (2).

Também está sendo realizado os trabalhos de finalização e acabamento como a pintura externa do prédio, a instalação das luminárias de Led e sistema de som internos no prédio e a instalação dos forros de fechamento nos ambientes internos do prédio.
Do lado externo do ginásio está sendo realizado o calçamento das ruas de acesso e estacionamento externo (3), a finalização da Casa de Força com a instalação do transformador e testes de carga, também a iluminação externa com a instalação dos postes e luminárias.

Além disso, está sendo finalizada a cisterna de 100.000 litros para armazenamento da água da chuva (4), a instalação do painel de Led para informativos e anúncios no interior do ginásio, a instalação das placas indicativas, informativas e logos do Clube no interior do ginásio e finalização do sistema de PPCI do Centro Esportivo.

Muito em breve, os associados já poderão desfrutar dessa incrível estrutura pensada para dar o melhor para a comunidade dorense, aguarde!

Sulmeta®

28 1995.2023 ANOS

Soluções em Estruturas Metálicas

www.sulmeta.com.br

Obrigado por fazermos parte da história de um dos maiores clubes recreativos do país

O megacomplexo poliesportivo com mais de 10 mil metros quadrados de área coberta, espaços gourmet, academia, espaço kids, banheiros, vestiários, duas quadras de futebol 7 de grama sintética e dois salões para confraternizações é um exemplo de como juntos podemos construir um futuro promissor.

Confira mais algumas obras em andamento:

Tramontina	Assaí São Luís	BAT Brasil	TOEX
Carlos Barbosa / RS	São Luís / MA	Mafra / SC	Paranaguá / PR

São mais de 900 obras concluídas pelo Brasil e outros países como Argentina, Paraguai, Uruguai, Chile, Peru, EUA, Angola e República Yemen.

Rodovia RS 324, nº 544, Km 281,15 - Bairro Industrial - Nova Bassano / RS - CEP: 95340-000 - Fone: +55 (54) 2120 1000

GINÁSIO FUTSETE

O Ginásio voltado à prática do futebol society também está com as obras a todo vapor!

O fechamento com a telha metálica e translúcida da cobertura, laterais e fachadas foi concluído (1).
Agora estão sendo trabalhadas as fundações e a estrutura de concreto armado do prédio interno (2).

Além de trabalhar a estrutura do ginásio, também seguem as atividades na infraestrutura de entorno do ginásio e também do arruamento.

Mal podemos esperar para ver tudo pronto!

CANTINA DAS PISCINAS

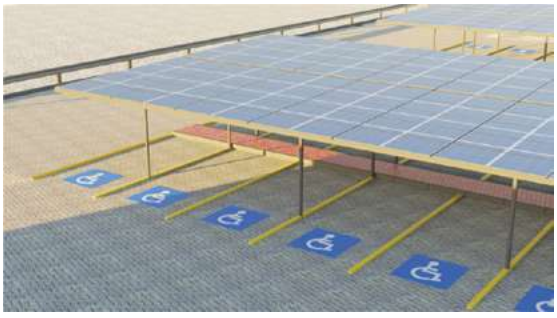
Assim como foi feita uma grande obra de revitalização da Cantina do Lago, agora é a vez da Cantina das Piscinas!

Nessa obra já foram finalizadas a colocação dos revestimentos de parede e também do piso com porcelanato (1).

Agora a obra está na fase de execução dos acabamentos finais de pintura, revestimentos de pedra e mobiliário (2), e também de instalação dos aparelhos de climatização, películas e esquadrias.

Logo teremos uma Cantina das Piscinas novinha em folha para atender ainda melhor todos os associados, especialmente durante a temporada de verão que não está longe de começar.

Nova infraestrutura do estacionamento da ***Sede Camprestre das Dores***, será excecutada pela ***FZ Construções***



55 3212 2881

www.fzconstrucoes.com.br

FZ construções
comércio e transporte ltda

Qualidade & Confiança

Vitória Savian Reginato, 360.
Bairro São João. Santa Maria/RS

OS BENEFÍCIOS DA AULA DE ALONGAMENTO

O ALONGAMENTO SERVE PARA AQUECER O CORPO ANTES DA PRÁTICA DE EXERCÍCIOS, MAS ESSA NÃO É A ÚNICA FUNÇÃO QUE PODE SER ATRIBUÍDA A ATIVIDADE. AQUI NO CLUBE DORES NÓS TEMOS A AULA DE ALONGAMENTO E NESSA MATÉRIA VAMOS ENTENDER OS SEUS BENEFÍCIOS.

Conversamos com a professora Mauren Ramos e ela nos explicou que os principais benefícios da prático do alongamento seriam ajudar a evitar que os músculos enrijeçam, promover melhora na postura, evitando ou reduzindo assim desconforto, dores, lesões, ajuda a melhorar a circulação, além de trabalhar a mente. "É um relaxamento completo para corpo e mente conectados, afinal, mente sã, corpo são", afirma a professora.

> "Os alunos atuais, relatam suas experiências como testemunho do quão bem o alongamento/relaxamento trouxe benefícios, não só corporais, mas no seu interior que, com todo carinho, isso é trabalhado"
> - Mauren Ramos

Mas quem pode praticar o alongamento? Segundo Mauren, todos podem praticar o alongamento, em qualquer faixa etária, "se a pessoa já apresenta alguma lesão, podem se alongar, mas com menos intensidade, mas a prática não tem restrições".

Hoje em dia há muita tensão no cotidiano das pessoas então perguntamos se o alongamento poderia ser uma forma de aumentar a consciência corporal e a conexão com nós mesmos para que possamos reduzir o estresse. De acordo com a professora, o alongamento além de aumentar a consciência corporal, traz uma conexão com nós mesmos, "digo como se fosse um ponto de cura, os alunos atuais, relatam suas experiências como testemunho do quão bem o alongamento/relaxamento trouxe benefícios não só corporais mas no seu interior que, com todo carinho, isso é trabalhado" aponta Mauren.

A professora afirma que podemos dizer que essa prática é capaz de aliviar o stress, facilitar o relaxamento, elevar habilidade de concentração, reduzir a ansiedade, diminuir sintomas de depressão, melhorar o sono, aprimorar a melhora, aumentar consciência do corpo e de padrões de comportamento.

Como pudemos ver, a prática do alongamento pode ajudar o indivíduo de inúmeras maneiras, desde a melhora física com a diminuição de dores até o bem estar mental com a redução do stress. Benefícios que nunca são demais, especialmente com rotinas tão corridas e exaustivas como temos nos tempos atuais.

A professora deixa um convite para os associados: "Eu, professora Mauren Ramos, convido você a se juntar a nós nesse momento único do seu dia, talvez o único momento que você tem de deixar um pouco a correria do dia a dia, os problemas, cuidar de você primeiro, se conectar consigo mesmo e aproveitar todos esses benefícios citados para si".

As aulas de alongamento da professora Mauren acontecem às terças e quintas das 18 h às 18h50min. Outros horários estão disponíveis ministrados pela professora Cassandra Bueno Coelho de Oliveira.
Se interessou? Entre em contato com a Secretaria, ou via aplicativo do Clube e faça a sua matrícula!

Acima e abaixo registros de uma das aulas de alongamento ministrada pela professora Mauren Ramos. Ambiente com pouca luz e música ambiente arrematam a atmosfera de relaxamento.

Dance One Dores Cia.
de Dança apresenta

18º Espetáculo

Cores

Dia 02 de Dezembro

Primeira sessão **às 15h**

Segunda sessão **às 20h**

Local: **Ginásio do Clube Dores**

Realização:

DANCE ONE

DORES

Acima, o time no Campeonato Municipal de Vôlei de 2023.

VÔLEI FEMININO MASTER NA ATIVA

LIGA MASTER VOLEIBOL FEMININO RS

Desde maio deste ano, as etapas classificatórias da Liga Master de Voleibol Feminino RS estão acontecendo onde as equipes participantes se enfrentam e vão somando pontos para a definição da classificação geral.

A equipe master de vôlei feminino do Clube foi para Porto Alegre, no dia 23 de setembro, para realizar a 3ª Etapa classificatória da Liga Master RS de voleibol feminino.

Nossas atletas dorenses jogaram com as equipes Do Vale, de Lajeado, e Cristo Redentor, de POA, e voltaram com duas vitórias importantes. Na classificação geral, nossas meninas estão em 3º lugar.

Agora, o próximo desafio é a etapa final que acontecerá nos dias 28 e 29 de outubro, em Lajeado.

Boa sorte! Estaremos na torcida!

Ao lado, o grupo na Liga Master de Voleibol Feminino RS de 2023.

CAMPEONATO MUNICIPAL DE VOLEIBOL

A equipe feminina de voleibol do Clube também teve como compromisso de competição no ano de 2023 a participação do Campeonato Municipal, que este ano contou com a participação de oito equipes femininas e 12 equipes masculinas.

Os jogos do Municipal de 2023 iniciaram no mês de agosto com várias rodadas de partidas classificatórias até metade do mês de setembro.

A equipe feminina do Clube venceu todos os jogos da fase de grupos, ficando em 1º lugar da chave.

No dia 27 de setembro, foram com muito empenho e garra para jogar a semifinal contra a competente equipe da UFSM. Foi um jogo emocionante, disputado ponto a ponto e alto nível até o tie break, onde a equipe dorense foi superada.

De cabeça erguida e muita garra as atletas dorenses foram com tudo no jogo contra a equipe Vôlei Master para conquistar o 3º lugar.

No dia 04 de outubro, isso se concretizou. Em outro jogo muito disputado e com muita emoção nossas atletas conquistaram o objetivo do 3º lugar no Campeonato Municipal de Voleibol. Esse evento foi realizado pela Secretaria Municipal de Esportes e Lazer juntamente com a Liga Santamariense de Voleibol.

Parabéns pela importante conquista, atletas dorenses!

SEGASP SPORT

Um único acidente pode minguar a saúde financeira de um clube e até de seus dirigentes, independentemente de culpa. E isso é mais comum do que se imagina.
Aceita um conselho? Faça Seguro, mesmo que não seja o nosso. Agora, se você busca preço acessível, contratação desburocratizada e incomparável cobertura, tem que ser o SEGASP SPORT. Ele é o único desenhado exclusivamente para este segmento, com planos específicos para cada demanda. Confira.

- **RC Clubes:** é o Seguro de Responsabilidade Civil que, em caso de acidente com associados ou visitantes, garante as devidas indenizações, salvaguardando a integridade do clube.
- **RC Dirigentes:** dá segurança jurídico-financeira aos gestores, quando apontados como responsáveis por danos a terceiros no desempenho de suas funções.
- **Seguro Atleta CBI:** um plano perfeito - e obrigatório pelas normas do CBC - para os Clubes que pleiteiam recursos para projetos de formação. Único que cobre o Segurado 24h por dia e em qualquer lugar do mundo.

1.200 Clubes já contrataram!

Não espere precisar para entender o porquê.

11 2161.0800
11 99506-9246
sport@segasp.com.br
segaspsport.com.br

TORNEIO INTERNO DE BASQUETE 3X3

No dia 26 de agosto foi realizado o Torneio Interno de Basquete 3x3, na Sede Central do Clube Recreativo Dores. Torneio o qual tem por objetivo incentivar e motivar a prática do Basquete 3 X 3 e proporcionar aos associados a prática do esportiva saudável e integrativa.

Nessa edição tivemos a participação de dois trios, compostos por associados acima de 15 anos. Realizou-se a disputa através de três partidas de 10 minutos, com as regras em vigor do Basquete 3X3. Essa modalidade é jogada em meia quadra do basquete tradicional, com 3 atletas em cada equipe. Os arremessos de dentro do arco convertem cestas de 1 ponto e os de fora do arco, de 2 pontos. Em cada partida o objetivo é marcar o maior número de pontos em dez minutos.

Confira os resultados:

EQUIPE A – Breno A. / Sérgio M. / Juran T.

EQUIPE B – Perdo D. / Kaua P. / Lorenzo N.

JOGO 1

EQUIPE A 17 X 11 EQUIPE B

JOGO 2

EQUIPE A 15 X 11 EQUIPE B

JOGO 3

EQUIPE A 24 X 15 EQUIPE B

CAMPEÕES

Sérgio Montipó / Breno Antonello / Juran Tavares

2º LUGAR

Pedro Dutra / Kaua Pino / Lorenzo Noujorks

EQUIPE A -

Sérgio Montipó / Breno Antonello / Juran Tavares

EQUIPE B -

Pedro Dutra / Kaua Pino / Lorenzo Noujorks

DORES Beach tennis

KTO

TORNEIO DORES / KTO

beach tennis

10 A 12 NOV

INSCRIÇÕES

DE 26/10 A 03/11
NO APP

INSCRIÇÃO INDIVIDUAL **R$60 POR CATEGORIA**

Após inscrição informar o nome da dupla através do WhatsApp 2103-2828 opção 4.

Classificação 18 anos.

TORNEIO INTERNO DE BOCHA DUPLAS SORTEADAS

No dia 27 de agosto foi realizado o Torneio Interno De Bocha – Duplas Sorteadas. Nesse evento, contamos com a participação de 18 duplas, as quais foram sorteadas no início da competição. Foram sorteados os nove jogos e os vencedores passaram de fase, formando a primeira fase da competição.

Como sempre, o nível da competição foi muito alto com jogos animados. Na última fase da competição, restaram três duplas e em um sorteio foi definido a semifinal e a dupla que sobrou jogou a final com o vencedor da semifinal.

Confira os resultados:

CAMPEÕES

José Arruda E José Elvio Moreira

2º LUGAR

Décio Marcuzzo E Paulo Trindade

3º LUGAR

Rogério Scherer E Márcia Somavilla

4º LUGAR

Leandro Rogério Bueno E Jorge Silva Dos Santos

CAMPEÕES
José Arruda
José Elvio Moreira

2º LUGAR
Décio Marcuzzo
Paulo Trindade

3º LUGAR
Rogério Scherer
Márcia Somavilla

4º LUGAR
Leandro Rogério Bueno
Jorge Silva dos Santos

Torneio de Duplas Sorteadas: Dores/KTO Em Ação

26 de Nov.

Torneio de encerramento de 2023
Torneio de duplas sorteadas
Ponteiro e batedor

TORNEIO SIMPLES DE BOCHA - SÉRIE OURO E PRATA

Nos dias 23 e 24 de setembro, nas Canchas de Bocha da Sede central do Clube Recreativo Dores, foi realizado o Torneio Interno De Bocha Simples - Série Prata / Série Ouro.

Os associados dividiram-se em duas Categorias: Série Prata e Série Ouro. A série prata ocorreu durante todo o dia no sábado (23) e participaram 24 associados. A série ouro ocorreu durante o domingo (24)com a adesão de 22 associados.

A fórmula de disputa foi através do mata-mata, foram realizados sorteios para a definição dos jogos a cada rodada. Restando no final três jogadores, realizou-se mais um sorteio para definir a semifinal, e o vencedor enfretou o jogador sorteado. Em ambas categorias foram sendo realizados sorteios para organização dos jogos até a definição dos campeões.

Na série prata foram realizados 23 jogos e na série ouro foram 21 jogos.

Confira os resultados:

SÉRIE OURO

CAMPEÃO – Jorge Roncatto

2º LUGAR – Airton Cezar Teixeira

3º LUGAR – Eli Brezzolin

4º LUGAR – Cezar Augusto De Souza

SÉRIE PRATA

CAMPEÃO – Ivan Martins

2º LUGAR – Henzo Pilar Marconatto

3º LUGAR – Francisco Ferreira Cardoso

4º LUGAR – Rogério Cassol

SÉRIE OURO - CAMPEÃO:
Jorge Roncatto

SÉRIE PRATA - CAMPEÃO:
Ivan Martins

2º LUGAR OURO:
Airton Cezar Teixeira

2º LUGAR PRATA:
Henzo Pilar Marconatto

3º LUGAR OURO:
Eli Brezzolin

3º LUGAR PRATA:
Francisco Cardoso

4º LUGAR OURO:
Cezar Augusto De Souza

4º LUGAR PRATA:
Rogério Cassol

BOCHA SÓ PARA ELAS

Outubro Rosa é uma campanha de conscientização que tem como objetivo principal alertar as mulheres e a sociedade sobre a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama e, mais recentemente, sobre o câncer de colo do útero. Essa campanha é conhecida mundialmente como um mês marcado por ações afirmativas relacionadas à prevenção e diagnóstico precoce do câncer de mama. O movimento, conhecido como Outubro Rosa, é celebrado anualmente desde os anos 90.

Em alusão a essa campanha tão importante foi organizado o Só Para Elas Dores/KTO - Torneio Interno de Bocha Feminino do Clube Dores, um torneio especial só para as nossas bochófilas no dia 15 de outubro. Tivemos 24 inscrições, foram realizadas 23 partidas durante todo o dia de domingo. Os jogos iniciaram às 9 horas da manhã e só terminaram às 21 horas. Houve pausa para o almoço, preparado pelos esposos das nossas bochófilas no Galpão Crioulo, o que acabou em uma belíssima confraternização.

As vitoriosas foram:
1ª Fátima Dias
2ª Luiza Silveira
3ª Jane Avello
4ª Roselaine Abade

Segundo a gerente de Eventos Esportivos e de Recreação Eliana Venturini, o evento foi um sucesso, tanto do ponto de vista da quantidade de associadas que aderiram ao evento quanto da integração que houve entre elas. Estavam eufóricas pela promoção de um evento exclusivamente feminino e fizeram partidas belíssimas, colaborativas e muito disputadas, ponto a ponto. Parabéns bochófilas!

Da esquerda para a direita: a campeã Fátima Dias, a vice-campeã Luiza Silveira, Jane Avello, que conquistou o terceiro lugar, e Roselaine Abade, que ficou em quarto na disputa.

NESTE NOVO ANO

VOCÊ MERECE MAIS:

+ Saúde
+ Qualidade de Vida
+ Disposição e
+ Bem-estar

- *Equipamentos Linha Cardio | Residenciais e Profissionais*
- *Acessórios para Musculação | Alongamentos e Treinamentos Funcionais*
- *Produtos Médicos | Hospitalares*

Aponte a câmera do seu celular no QRCODE e acesse:

@BIOMEDICA_SM

(55) 3223.4000

O FUTSAL DORENSE ESTÁ A MIL

NOS ÚLTIMOS MESES O FUTSAL DO CLUBE RECREATIVO DORES ESTEVE DE AGENDA CHEIA PARTICIPANDO DE VÁRIOS EVENTOS ESPORTIVOS. CONFIRA COMO OS NOSSOS ATLETAS SE SAÍRAM E REGISTROS DOS JOGOS.

AMISTOSO CONTRA O DÍNAMO

No dia 02 de setembro, no Ginásio Poliesportivo do Clube Dores, na Sede Central, aconteceram jogos amistosos onde as nossas equipes participaram nas categorias sub-9 transição, sub-11 transição e sub-13 transição enfrentando as equipes da Associação Desportiva Dínamo Santa Maria.

Dessa vez os resultados não foram muito bons para os atletas dorenses. Na categoria Sub-9 o resultado foi Dores 3x10 Dínamo, na categoria Sub-11 ficou Dores 3x4 Dínamo e na Sub-13 terminou em 1x7 para o time do Dínamo.

Apesar dos resultados não favoráveis para as categorias dorenses, o professor William Silva afirmou que foi válida a experiência contra a tradicional equipe do Dínamo de Santa Maria, pois tratava-se do primeiro jogo amistoso de muitos de nossos atletas. O nervosismo estava presente e visível em nossos atletas, porém não desistiram e tentaram jogar buscando colocar em prática os treinamentos desenvolvidos. Tudo é aprendizado e com a experiência todos vão se aperfeiçoando e tendo mais segurança no seu potencial.

Seguimos firmes, time!

AMISTOSO CONTRA O TP DE BAGÉ

No dia 16 de setembro no Ginásio do Clube Dores aconteceram os jogos amistosos onde as nossas equipes nas categorias sub-7, sub-9 transição, sub-11 transição e sub-13 transição, enfrentaram as equipes da Escolinha TP de Bagé.

Os resultados foram bastante satisfatórios. Começando pela categoria Sub-7, a equipe do CLube Dores venceu de 8x1, na categoria Sub-9 o resultado ficou Dores 6x3 Escola TP, na Sub-11 o time dorense venceu de 3x0 e a categoria Sub-13 acabou sofrendo a derrota e o placar terminou em Dores 3x6 Escola TP.

Segundo o professor William Silva, os nossos atletas demonstraram grande evolução desde o ultimo amistoso, que foi contra o Dínamo, principalmente na parte psicológica, deixando o nervosismo de lado e enfrentando os adversários de acordo com o que vem sendo desenvolvido nos treinamentos. “Gostaríamos de agradecer a Escola TP de Bagé pelo evento, pois com certeza este dia ficará na memória de muito de nossos alunos”, declarou o professor.

Parabéns às equipes pela evolução e que sigam nesse caminho, o da superação!

1º COPA BOLA PRA FRENTE DE FUTSAL

No dia primeiro de outubro no Centro Esportivo Educacional Antonio Meneghetti, em Restinga Seca, aconteceu a 1º Copa Bola Pra Frente de Futsal onde as nossas equipes participaram com as categorias sub-9 e sub-15.

Ambas as nossas equipes foram vice-campeãs e, além disso, o artilheiro da categoria sub-15 foi o dorense Gustavo da Rocha Preigschadt, parabéns Gustavo!

"Nossas equipes demonstraram um excelente desempenho dentro desta competição, enfrentando adversários da região com nível alto técnico, porém nas finais o nervosismo prevaleceu e as equipes adversárias saíram com o resultado favorável. Gostaríamos de agradecer a todos os pais e atletas pela dedicação e empenho neste dia", pontou o professor William Silva.

Sub-9

Sub-15

O mais avançado Sistema de Monitoramento do Mercado.

Nossos sistemas de segurança utilizam **Inteligência Artificial para identificar ameaças em tempo real**, através da análise de padrões complexos de comportamentos suspeitos, agilizando a reação a incidentes ao **alertar imediatamente os operadores sobre ameaças potenciais**, permitindo uma intervenção rápida e certeira.

Fale com a Manutec e receba uma proposta.

Outros serviços Manutec:

Monitoramento 24h | **Sistemas de Alarme** | Sistemas de Circuito Fechado de Televisão | **Cercas Elétricas** | **Concertinas** Sistemas de Interfone | Controle de Acesso | **Movimentadores de Portão** | Fechaduras Eletrônicas | Alarmes de Incêncio.

Acesse: www.manutecseg.com.br

(55) 3222-3333

Rua Venâncio Aires, nº 164, Passo D'Areia, Santa Maria.

MANUTEC segurança

6ª ESTADUAL SÉRIE OURO MASTER MASCULINO

Entre os dias 18 e 20 de agosto, aconteceu a edição do Campeonato Estadual de Bolão Série Ouro Master Masculino de 2023. Organizada pela Federação de Bolão do Rio Grande do Sul, a competição foi realizada na Sociedade de Bolão Gaúcho, em Santa Cruz do Sul, com a participação de 16 equipes.

O sistema de disputas se deu por produção de pinos e foi dividido em duas etapas: fase Classificatória com duas passadas completas e fase final, onde as oito melhores equipes disputaram o título da edição no domingo (20).

Ao final, a equipe do Clube Recreativo Dores ficou em 4º lugar com 1.747 pinos. Estas cinco equipes estão classificadas para o Campeonato Brasileiro da Categoria de 2024, que será realizado nas dependências da Associação Juvenil, de Nova Petrópolis, prerrogativa concedida ao vencedor desta edição.

Entrega da Premiação do 4º Lugar ao Clube Dores

MELHOR IDADE FEMININO

Entre os dias 29 de setembro a 1° de outubro aconteceu o 5º Campeonato Estadual de Bolão da Melhor Idade Feminino, nas canchas da Associação Atiradores Picada 48 Baixa, de Lindolfo Collor.

Organizada pela Federação de Bolão do Rio Grande do Sul, a competição ocorreu com a participação de 16 equipes. O sistema de disputa se deu através da produção de pinos, com duas etapas distintas: classificatória e final. A classificatória contemplou duas passadas completas para todas as equipes, onde classificaram-se as oito maiores pontuações para a final.

Nesta competição a equipe feminina do Clube Dores acabou ficando em 14° lugar.

5º ESTADUAL DE BOLÃO DA MELHOR IDADE MASCULINO

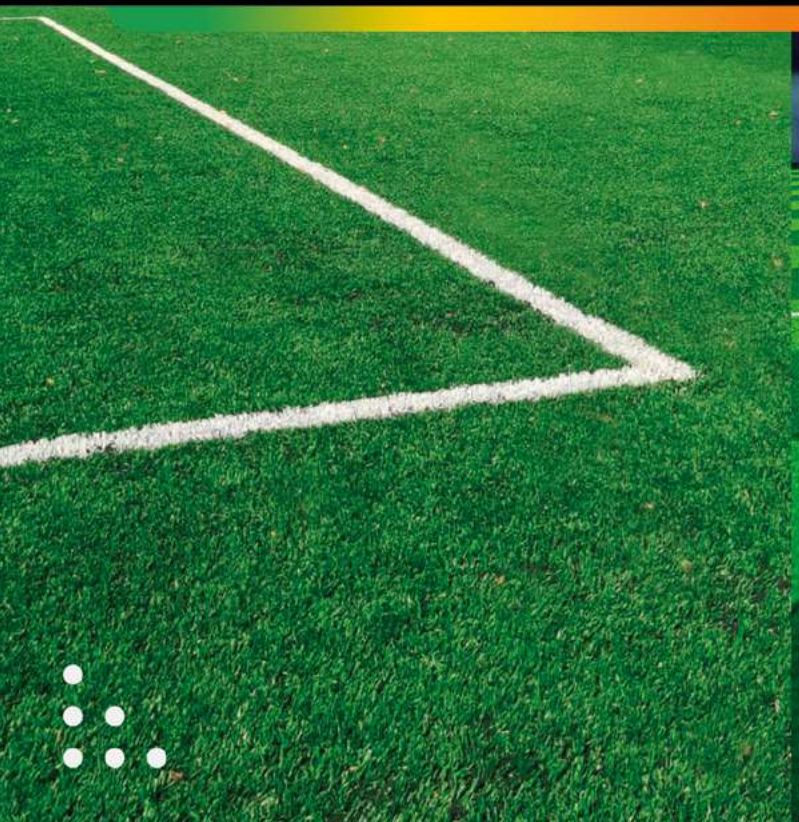
Entre os dias 22 e 24 de setembro aconteceu a 5ª edição do Campeonato Estadual de Bolão da Melhor Idade Masculino 2023, nas canchas da Associação Atiradores Picada 48, de Lindolfo Collor. A competição teve a participação de 18 equipes.

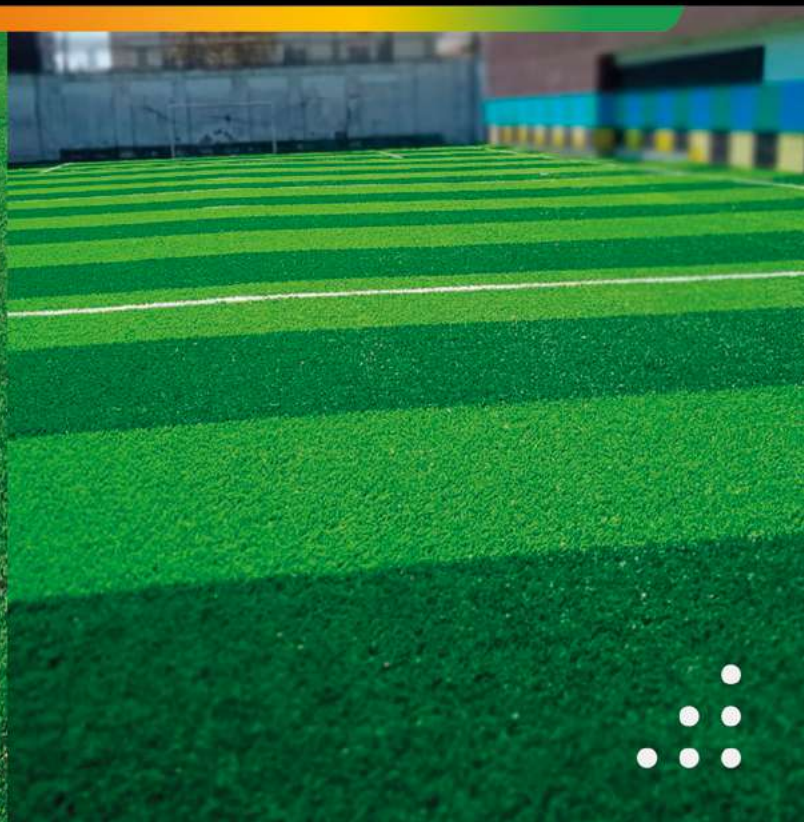
A equipe do Clube Recreativo Dores ficou em 5º lugar com 850 pinos, com diferença de 24 pinos para o primeiro colocado. As cinco melhores equipes obtiveram o direito de disputar o Campeonato Brasileiro da Melhor Idade Masculina de 2024, que acontecerá em Agrolândia, em Santa Catarina. Lembrando que a competição nacional é disputada com sete integrantes por cada equipe. Os nossos bolonistas já estão na preparação!

SG floor®
PISOS ESPORTIVOS

By SOCCER GRASS

SOCCER GRASS®
PISOS ESPORTIVOS





JUDÔ DORENSE: UM SEMESTRE DE CONQUISTAS

Uma das modalidades esportivas oferecidas pelo Clube Dores é o judô, uma arte marcial japonesa fundada por Jigoro Kano em 1882. Nele, são ensinadas diversas técnicas de defesa pessoal além de também fortalecer a disciplina, a atenção e a concentração dos atletas.

Quem está à frente é o sensei (professor) Everton Simões, que oferece aulas para duas turmas: uma às 18:30 e outra às 19:30. A primeira etapa de uma aula de judô tem foco em aprimorar o condicionamento físico dos judocas, e a segunda etapa objetiva o aprendizado e a prática das técnicas.

COMPETIÇÕES ESTADUAIS

Durante este ano, os judocas dorenses fizeram treinamentos intensivos para participar das competições estaduais. Em 15 de julho, os judocas participaram do Campeonato do Interior, na cidade de Dom Feliciano, Rio Grande do Sul. Nesta etapa do circuito de competições estaduais, os atletas do Clube Dores estiveram no pódio em três categorias, sendo que os atletas Marcelo e João foram premiados com medalhas de ouro, a judoca Laura com medalha de prata, e o judoca Lorenzo se destacou entre 5 cinco melhores competidores.

Já no dia 26 de agosto, a competição foi na cidade de Vera Cruz, onde cinco judocas do Clube Dores participaram da 5ª etapa do "Circuito de Copas": Laura, Pedro, Marcelo, Victor e João. A participação rendeu quatro medalhas, sendo duas de ouro, uma de prata e uma de bronze.

JESMA 2023

Os judocas dorenses também marcaram presença em todas as categorias dos Jogos Escolares de Santa Maria (JESMA), uma competição que promove o esporte sem distinção entre as escolas públicas e privadas da cidade.

A turma das 18:30 participou do Festival Infantil através da demonstração de técnicas e da prática do handuri, um método de treinamento com liberdade para experimentar, estudar, buscar e incrementar soluções contra as reações do seu companheiro de prática.

A turma das 19:30 também participou dos jogos, onde cada estudante representou suas respectivas escolas. Esta etapa da competição teve foco no campeonato e nossos atletas subiram ao pódio muitas vezes. Os judocas receberam as medalhas do vereador e presidente da câmara de vereadores de Santa Maria, Givago Ribeiro, ex-atleta profissional de canoagem da Seleção Brasileira.

Os judocas dorenses no campeonato em Dom Feliciano.

Os atletas com suas medalhas no Circuito de Copas de Vera Cruz.

Turma composta pelos estudantes Gabriel, Gustavo, Lucas, Miguel Souza, Miguel Bortoluzi, Pedro e Rafael.

Turma composta pelos estudantes Davi, Gustavo, Laura, Marcelo, Murilo, Pedro, Rafaela, Victor e Vitória.

LAZER E DESCONTRAÇÃO COM A FAMÍLIA DOS JUDOCAS DORENSES

No dia 09 de agosto, o sensei Everton organizou um momento de treino entre pais e filhos. Este dia especial ficou marcado pela alegria dos atletas em praticar seu esporte com os seus responsáveis.

Judocas da turma das 19:30 com seus pais e responsáveis.

Atletas da turma das 18:30 com seus pais e responsáveis.

SELETIVA ESTADUAL

No dia 07 de outubro, os judocas dorenses estiveram na cidade de São Leopoldo para participar da Seletiva Estadual Interclubes, etapa que permitia a classificação para o Meeting Interestadual Interclubes, que ocorrerá na cidade de Itajaí em Santa Catarina.

Os atletas competiram com judocas de todo o Rio Grande do Sul, todos ficando entre os cinco melhores colocados de suas categorias, sendo que quatro deles se classificaram para o interestadual.

Os atletas dorenses ficaram entre os melhores do estado foram: João, Laura, Marcelo, Victor e Vitória. A participação rendeu três medalhas de bronze e uma de prata.

Durante o evento, os atletas do Clube Dores tiveram ainda a oportunidade de encontrar a gaúcha e campeã olímpica Mayra Aguiar, que os incentivou a continuar competindo no esporte.

COPA DORES DE KARATÊ

EM OUTUBRO O CLUBE DORES SEDIOU A COPA DORES DE KARATÊ E RECEBEU SETE INSTITUIÇÕES NESSE EVENTO. AS DISPUTAS FORAM DE ALTO NÍVEL, CONFIRA!

No dia 07 de outubro, no Salão La Sagra do Clube Dores, foi realizada a Copa Dores de Karatê. A competição aconteceu com a participação das categorias Sub 8, 10, 12 e 14 , Cadete/Junior, Sênior e Master, todas no masculino e no feminino em kata e kumite.

Segundo o professor Andrei Rolim, com este evento a intenção foi integrar todos os dojos da cidade, mas acabamos recebendo solicitações de Rosário do Sul, Alegrete e Cachoeira do Sul. Tivemos num total 8 entidades, 95 Competidores e 140 Inscrições (categorias) esse foi o motivo do salão La Sagra ter ficado lotado, "e o mais bonito foi ver que as famílias acompanharam os atletas, isso é o que deixa o esporte mais bonito", afirma Andrei.

Para muitos karatecas, essa foi a primeira competição e, pela avaliação do professor Andrei, eles desempenharam muito bem, "o aprendizado sempre fica no treino seguinte à competição, faremos a avaliação dos nossos erros, para corrigi-los e na próxima irmos melhor", conta ele.

O evento acabou tomando uma proporção maior do que o esperado pelo professor, e isso mostra a credibilidade do trabalho que vem sendo feito há anos. "O karatê do Clube Dores deixou de ser um sonho e tornou-se uma realidade que vem cada vez mais se afirmando", conta Andrei.

O professor ainda completa que o karatê de Santa Maria hoje é conhecido no estado todo e também fora dele, graças a Associação Desportiva Karatê Sul que tem uma equipe de professores que sempre esta buscando atualizações para seus atletas, técnicos e árbitros.

E, para o futuro do karatê dorense? Crescimento!

Segundo o professor, o karatê do Clube evoluiu nos últimos tempos, antes tínhamos poucos atletas competindo, e hoje temos uma equipe maior que se destaca tanto no masculino quanto no feminino, "e espero que essa equipe cresça ainda mais", completa Andrei.

Preparem-se karatecas e famílias, o próximo evento será a 1ª Copa Litoral de Karatê, em Torres, litoral do RS, no dia 25 de novembro. Já estamos ansiosos para ver como nossos atletas vão se sair. Boa sorte pessoal!

Veja como ficou o quadro geral de medalhas:

1º Dojo X – 16 Ouro; 20 Prata; 25 Bronze
2º FAB Zaidan – 7 Ouro; 2 Prata; 1 Bronze
3º Clube Dores – 6 Ouro; 5 Prata; 9 Bronze
4º AKPM – 4 Ouro; 5 Prata; 0 Bronze
5º Samurai – 1 Ouro; 1 Prata; 0 Bronze
6º Team Moreira – 1 Ouro; 0 Prata ; 2 Bronze
7º Budô Dojo – 0 Ouro; 1 Prata ; 4 Bronze
8º UFSM – 0 Ouro; 1 Prata; 0 Bronze

KARATECAS DORENSES NA 2° COPA MERCOSUL

No dia 22 de setembro, os karatecas dorenses partiram rumo a Uruguaiana para participar da 2° Copa Mercosul da AKGA (Associação de Karatê Guerreiros do Amanhã). A delegação comandada pelo professor Andrei Rolim, foi formada por Iury Gottschalk do Nascimento, João Vitor Pinheiro Marin, Eduarda Zavareze Arnoud Oliveira e Murilo Berlese Ardais. O evento contou com equipes do Uruguai, Argentina e Brasil. Santa Maria esteve representada pela Associação Desportiva Karatê Sul, a qual o Clube Dores faz parte, e, ao final, no quadro geral de medalhas ficamos com o 2° lugar com 13 Ouros, 8 Pratas e 4 Bronzes, os quais os nossos dorenses colaboraram para o resultado:

Eduarda Zavareze Arnoud Oliveira

3° lugar - Kata Feminino divisão de novos cadete/ Júnior 7° a 4° kyu 14 a 17 anos

João Vitor Pinheiro Marin

CAMPEÃO - Kata e Kumite divisão especial Sub 12 4° kyu acima

Murilo Berlese Ardais

CAMPEÃO - Kata divisão especial cadete 3° kyu acima 14/15 anos.

O professor Andrei parabenizou os atletas e destacou: "Essas medalhas são fruto de um trabalho árduo, que vem de muitos anos sendo feito, muitas vezes deixam o corpo e a mente cansados para no fim ser recompensador todo sofrimento de horas e dias de treino ".

Prontomix

Blocos de Concreto para Alvenaria e Pavimentação

Os blocos de concreto para Alvenaria e Pavimentação da Prontomix oferecem qualidade, segurança e economia para a sua construção, tanto na execução de obras de construção civil quanto na pavimentação de calçadas, ruas e praças.

(55) 3221-2000
(55) 99609-1960
@prontomixsm

Estr. Mun Eduardo Duarte, esq. RST 287 nº 1100 - Santa Maria, RS
www.prontomix.com.br

3ª ETAPA DO RANKING DE PADEL MASCULINO

Entre os dias 12 e 15 de outubro aconteceu na Sede Campestre do Clube Dores a 3ª Etapa Ranking De Padel Masculino.

A competição contou com a participação de 190 padelistas e aconteceu com sete categorias Open (6 duplas), 2ª classe (6 duplas), 3ª classe (10 duplas), 4ª classe (15 duplas), 5ª classe (15 duplas), 6ª classe (21 duplas) e Iniciantes (28 duplas).

A competição ocorreu durante todo dia na quinta, no sábado e no domingo, e na sexta-feira apenas durante a noite. Os jogos foram muito disputados e decididos ponto a ponto, algo já comum nas competições dorenses de padel considerando o alto nível técnico dos atletas. O próximo evento será a Etapa Master, acompanhe as nossas plataformas digitais para ficar por dentro de tudo!

CONFIRA OS RESULTADOS DA 3° ETAPA:

OPEN

Campeões: LUCAS DE SOUZA E GIOVANI MARTINI

Vice-campeões: MICHAEL STEIN E TIAGO HOPPE

2ª CLASSE

Campeões: MICHAEL STEIN E TIAGO HOPPE

Vice-campeões: LEONARDO BRUM E DIEGO XAVIER

3ª CLASSE

Campeões: GUIDO RUVIARO NETO E DIEGO XAVIER

Vice-campeões: MATHEUS SAVIAN E RODRIGO RODRIGUES

4ª CLASSE

Campeões: LEONARDO KORTZ E SAMUEL CRESPI

Vice-campeões: DILCIR CORTINA E JULIANO SOARES

5ª CLASSE

Campeões: SAMIR SAMARA E LEANDRO BOLZAN

Vice-campeões: TIAGO BOTTON E MARCOS MINUZZI

6ª CLASSE

Campeões: ERIC DA ROSA E LUIZ HENRIQUE KRUEL

Vice-campeões: LUIZ FERNANDO CRISPAN E JULIANO DA CÁS

INICIANTES

Campeões: CLÓVIS GARLET E LEANDRO CESAR LOPES

Vice-campeões: DANIEL SAURIN E MARCOS MORAES

OPEN

2° CLASSE

3° CLASSE

4° CLASSE

6° CLASSE

5° CLASSE

INICIANTE

3° ETAPA

RANKING DE PADEL - FEMININO

As mulheres do Padel do Clube Recreativo Dores seguem mostrando muita garra na competições! E não foi diferente na disputa que aconteceu entre os dias 31 de agosto e 03 de setembro.

A adesão das nossas padelistas foi ainda maior que na 1° e na 2° etapa, contando com 72 participantes inscritas (36 duplas) e a qualidade das nossas atletas ficou evidente em cada jogo. O nível técnico da competição foi adequado a cada categoria, que foram quatro: 4°, 5° e 6° classe e a categoria Iniciante. A 6° classe foi a que mais teve competidoras, com 13 duplas.

Confira ao lado a lista das campeãs e vice-campeãs dessa etapa:

INICIANTES:

Campeãs: Patricia Vargas E Edi Franciele Ries

Vice: Marcela Soquetta E Eleusa Favarin

6ª CLASSE

Campeãs: Karoline Streb E Julia Marques

Vice: Camila Moreira E Luiza Antoniazzi

5ª CLASSE

Campeãs: Jociane Samara E Marcia De Souza

Vice: Sandra Silveira E Bianca Peres

4ª CLASSE

Campeãs: Ivonete Bisognin E Adriane Fernandes

Vice: Carolina Sussenbach E Vanessa Lopes

INICIANTE

5° CLASSE

4° CLASSE

6° CLASSE

ETAPA MASTER

RANKING DORENSE DE PADEL

FEMININO E MASCULINO

15 A 19 NOVEMBRO

INSCRIÇÕES NO APP
DE 30/10 A 10/11
R$60 INDIVIDUAL

RANKING

DE TÊNIS | ETAPA MASTER

22 a 25 NOVEMBRO

CATEGORIAS: FEMININA, MASCULINA e JUVENIL.

Inscrições no App de 06 a 16/11 R$25

PESQUISA DORENSE EM REVISTA

NÓS QUEREMOS SABER :

Você quer receber a sua Dorense impressa em casa?

LEMBRANDO QUE A DORENSE EM REVISTA ESTÁ SEMPRE DISPONÍVEL NO APP E EM NOSSO SITE!

Responda a essa pesquisa via e-mail através do secretaria@clubedores.com.br ou destacando o rodapé desta página e levando até a Secretaria do Clube,

Sua opinião é importante para nós, contamos com a sua colaboração.

Nome: _____

Matrícula: _____

Endereço: _____

Você quer receber a revista impressa? ☐ Sim ☐ Não

INFORMAÇÕES AOS ASSOCIADOS

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;

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.

Contatos: www.clubedores.com.br

SEDE CAMPESTRE
Rua César Trevisan, 1400

SEDE SOCIAL
Rua Bento Gonçalves, 400
Bairro Nª Sra das Dores-CEP: 97050-090
Santa Maria / RS
Fone: **(55) 2103.2828 | (55) 2103.2801**

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

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

revista@clubedores.com.br
visual@clubedores.com.br | 2103-2818
biblioteca@clubedores.com.br | 2103-2810
compras@clubedores.com.br | 2103-2812
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 Cézar de Oliveira**
Esportes: **Adriana Corrêa**
Academia: **Paulo Bisogno**
Limpeza/Central: **Andrea Stoever**
Recreação e Lazer: **Eliana Venturini Arosemena**

Gerentes da Sede Campestre
Portaria/Campestre: **Paula Tatiane Diaz**
Obras: **Querivelto Francisco dos Reis**
Manutenção: **Elton Penna**
Parque Aquático: **Luis André Rodrigues**

Categorias	Idade	Valor
Efetivo A	< 21 anos	117,00
Efetivo B	>= 21, <24 anos	175,50
Efetivo C	> =24,<70 s/depend.	234,00
Efetivo D	> =70 anos	175,50
Efetivo E	> = 24, <70 anos c/dep.	351,00
Individual A	< 21 anos	117,00
Individual B	>= 21, <24 anos	175,50
Individual C	> =24,<70 anos	234,00
Individual D	> =70 anos	234,00
Patrimonial A	< 21 anos	117,00
Patrimonial B	>= 21, <24 anos	175,50
Patrimonial C	> =24,<70 anos	234,00
Patrimonial D	> =70 anos	117,00
Patrimonial A/N	dois títulos	117,00
Patrimonial Especial A	< 21 anos	117,00
Patrimonial Especial B	>= 21, <24 anos	175,50
Patrimonial Especial C	> =24,<70 anos	234,00
Patrimonial Especial D	> =70 anos	117,00
Taxa de dependente		28,00

HORÁRIOS DO CLUBE

SEDE CENTRAL

Seg a Sex: 6h às 24h
Sáb/Dom.e feriado: 7h às 24h

Secretaria
Seg a Sex: 8h às 20h
Sáb: 8h às 14h30

Secretaria de Esportes
Seg a Sex:14h às 20h
Sáb: 9h às 10h

Academia
Seg a Sex: 6h às 17h55 |18h às 22h
Sáb: 8h às 20h | Dom: 14h às 20h

Academia Master
Seg a Sex: 6h às 17h55 |18h às 22h
Sáb 8h às 12h

Piscina Térmica
Seg a Sex: 6h às 22h
Sáb, Dom e feriados: 8h às 22h

Biblioteca
Seg a Sex: 14h às 20h
Sáb: 8h às 14h

Sauna
Ter a Dom: 14h à 22h

Kids e Games
Seg a Seg: 15h às 21h

Cantina Dorense
Seg a Seg: 9h às 23h

Achados e perdidos
Seg a Sex: 13h30 às 17h
Qua: 9h às 11h45 | Sáb: 10h às 12h

SEDE CAMPESTRE

Seg. a Seg.: 7h às 23h

SANTA MARIA SE ENCONTRA AQUI:

Acesse KTO.com

Faça seu cadastro

Use o promocode

DORESKTO

e aproveite 20% de bônus no primeiro depósito

KTO | DORES

ACESSE KTO.COM
E DIVIRTA-SE!

18+ Site para maiores de 18 anos
Jogue com responsabilidade.

No trânsito, escolha a vida.

OZORIO

Volkswagen

T-Cross

Mais que um SUV, um SUVW.

Vencedor de 2 prêmios e 14 comparativos.

REVISÃO DE SÉRIE

3 revisões gratuitas

LATIN NCAP
www.latinncap.com TEST 2019

Nota máxima em segurança

Volks. Vale+ porque tem o que mais vale para você

*Consulte condições para todas as versões.

Pampeiro

Rua Serafim Valandro, 1133 - **Santa Maria** - Tel 55 3220.6000 PampeiroSa pampeiro.sa

Ofertas válidas até 31/10/2023 para veículos do estoque. Condições para taxa zero verificar entrada e financiamento. Condições válidas para financiamento pelo Banco Volkswagen. IOF, cadastro e despesas de gravame inclusos na operação e no CET. Despesas de registro eletrônico da operação não inclusas no cálculo da prestação e do CET. Consulte outras condições de financiamento. Para os demais modelos e planos de financiamento, o CET será calculado e informado ao cliente previamente à contratação. Antes de contratar o crédito, escolha o tipo mais adequado ao seu objetivo. Crédito sujeito a aprovação. Garantia total de 3 anos válida para os modelos vendidos a partir de 1° de janeiro de 2014 (e para Saveiros vendidas a partir de 1° de janeiro de 2015), sem limite de quilometragem para defeitos de fabricação. É necessário, para a sua utilização, o cumprimento do plano de manutenção. Ouvidoria: 0800 701 2834. SAC: 0800 770 1926. Acesso às pessoas com deficiência auditiva ou de fala: 0800 770 1935. Imagens meramente ilustrativas.