

# **Dorense** *em Revista*

Revista mensal do Clube Recreativo Dores | Maio de 2019 | Ed. 155 | Santa Maria | RS

Venda proibida - Distribuição gratuita



## **PÁSCOA ANIMADA**

O MELHOR DOMINGO EM  
FAMÍLIA FOI NO DORES



# Sicredi

## *EU* indico

*Para participar, indique um amigo.  
Se ele se associar, você e ele  
ganham brindes exclusivos.  
Indique na sua agência ou no  
[facebook.com/sicrediregiaocentro](https://facebook.com/sicrediregiaocentro),  
envie uma mensagem pra gente  
com sua indicação. É fácil, rápido  
e cooperativo!*



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





# PRESIDENTE

## TRABALHO, SERIEDADE E TRANSPARÊNCIA

No mês de abril, anualmente, conforme norma estatutária, acontece a apresentação do balanço anual físico e financeiro da Diretoria Executiva em seu artigo 20 parágrafo 6º do estatuto social do clube. A apresentação transcorre com a presença das Diretorias Executiva, Fiscal e Conselho Deliberativo, para deliberar sobre o balanço e as demonstrações financeiras, apresentadas pela Diretoria Executiva, referentes ao exercício encerrado em 31 de dezembro 2018. Tivemos aprovação por unanimidade dos presentes do relatório anual da nossa gestão 2018/2020. Muito me orgulha trabalhar com uma equipe que tem em seu pensamento fazer o melhor em prol do associado.

Estamos preparando um clube bonito e moderno para as futuras gerações, pois certamente terão um clube que vale a pena manter e desenvolver projetos para todos os segmentos, seja em esporte, lazer, piscinas e sobre tudo com uma Sede Campestre aprazível que agrada a todos. Em breve estaremos entregando aos nossos associados o Ginásio de Tênis e o Ginásio de Pádel localizados na Sede Campestre. Com certeza será mais um cartão postal surgindo e que completará o parque tenístico.

Quero fazer um agradecimento especial a todos os vice-presidentes e seus assessores, ao administrador geral do clube, ao quadro de funcionários, pelo trabalho desenvolvido durante este ano. Espero continuar contando com todos para que dentro da nossa nova proposta que é "trabalho, seriedade e transparência" seguimos juntos no nosso desafio.

Às diretorias do Conselho Deliberativo e Fiscal, aos conselheiros, o meu agradecimento pela aprovação do nosso relatório anual, tenham a certeza senhores, que no próximo balanço anual terão uma resposta ainda melhor, pois nossa Diretoria Executiva pensa grande e com muito carinho quando o assunto é o clube e o bem-estar do nosso associado.

Parabenizo a comissão organizadora do evento de páscoa realizado num belíssimo domingo em que foram distribuídos brindes e doces às crianças. Tivemos a presença das bailarinas da Dance One Clube Recreativo Dores, da invernada mirim do Departamento Tradicionalista Querência das Dores que contemplaram a tarde com encantadoras apresentações.

Ainda nesse mês, tivemos a posse da nova Rainha de Festas infantil, Bibiana Saccol Cardoso, que foi apresentada em um belíssimo jantar infantil, com excelente participação de crianças e pais, marcando a abertura do calendário social do clube.

Ao finalizar, peço à Nossa Senhora Das Dores e a Mãe Rainha Vencedora Três Vezes Admirável de Schoenstatt que nos iluminem e derramem suas graças a toda família dorense.

Um forte abraço!



**CLEBER RUVIARO**

Presidente  
Clube Recreativo Dores



Capa: **Guilherme Benaduce e Magali Etges Rodrigues**

Foto: **Fernando Camargo**

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](mailto:secretaria@clubedores.com.br) ou pelo fone (55) 2103 2800 para saber o motivo do atraso ou renovar seu cadastro

**Contatos:**

[www.clubedores.com.br](http://www.clubedores.com.br)

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

**Sede Campestre**  
Rua César Trevisan, 1400

**Administradores**  
Geral: **Carlos A.C. Londero**  
Secretaria: **Ildomar Miguel Pasa**

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

[revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br)  
[visual@clubedores.com.br](mailto:visual@clubedores.com.br)  
2103-2818

[biblioteca@clubedores.com.br](mailto:biblioteca@clubedores.com.br)  
2103-2810

[compras@clubedores.com.br](mailto:compras@clubedores.com.br)  
2103-2812

[doritos@clubedores.com.br](mailto:doritos@clubedores.com.br)  
2103-2825

[esportes@clubedores.com.br](mailto:esportes@clubedores.com.br)  
2103-2830

[eventos@clubedores.com.br](mailto:eventos@clubedores.com.br)  
2103-2835

[secretaria@clubedores.com.br](mailto:secretaria@clubedores.com.br)  
2103-2800

[dp@clubedores.com.br](mailto:dp@clubedores.com.br)  
2103-2840

**Gerentes da Sede Central**

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

**Gerentes da Sede Campestre**

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

**Expediente:**

Edição 155. Ano 15 - Maio 2019  
Dorenses em Revista  
Órgão Informativo Clube Recreativo Dores

**Comissão Editorial**

Jornalista responsável: **Guilherme Benaduce Mtb 18310**  
[revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br)  
Jornalista e gestor de mídias eletrônicas: **Bruno Mello Mtb 17741**  
[digital@clubedores.com.br](mailto:digital@clubedores.com.br)  
Progr. Visual e Projeto Gráfico: **Magali Etges Rodrigues**  
[visual@clubedores.com.br](mailto:visual@clubedores.com.br)

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

# EDIÇÃO 155

- 12 REFERÊNCIA EM INFRAESTRUTURA: ACADÊMICOS VISITAM SEDE CAMPESTRE
- 18 O ASSOCIADO QUER SABER: REAJUSTE DAS MENSALIDADES
- 28 DEPARTAMENTO TRADICIONALISTA: SEMINÁRIO DISCUTE A MULHER NO MTG
- 48 NAS QUADRAS E NOS GRAMADOS: FUTEBOL DORENSE É REESTRUTURADO
- 56 ESCOLINHA DE HANDEBOL: O ESPORTE MAIS PEDIDO ESTÁ DE VOLTA



## 58 PÁSCOA ANIMADA CLUBE DORES

Um domingo super divertido e repleto de atividades para toda a família dorense. Mateada, apresentações, doces e, claro, a chegada do Coelhoinho!

08

**JANTAR BAIXINHOS EM AÇÃO**

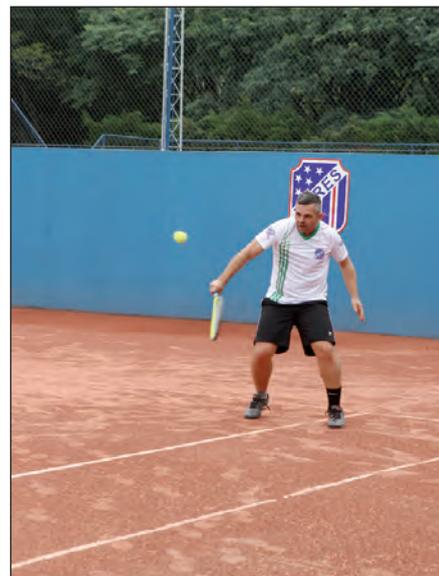
O primeiro jantar infantil do ano botou a galerinha para agitar. Veja a noite que foi marcada pela posse da nova Rainha de Festas infantil.

32

**REVITALIZAÇÕES**

O Clube Dorens está em constante processo de construção de novas atrações e de revitalizações do que já existe. Veja alguns desses trabalhos.

52

**CIRCUITO DE TÊNIS DORENSE**

O circuito oficial do Departamento de Tênis foi iniciado em abril. Confira os resultados do Torneio de Abertura 2019.





## DIRETORIA

**PATRONO DO CLUBE** - CELESTINO DA CÁS

**DIRETORIA EXECUTIVA 2018/2020:**

**PRESIDENTE** - CLEBER RUVIARO

**VICE-PRESIDENTE** - CAMILO CERVO

**VICE-PRESIDENTES/DEPARTAMENTOS:**

**BOCHA** - GILMAR CRUZ ARRUDA

**BOLÃO** - CARLOS EDUARDO DA CAS

**CULTURA** - ALFRAN LUIZ M. CAPUTI

**FINANÇAS** - FRANCISCO BARACCHINI HUBNER

**JURÍDICO** - MARCELO CARLOS ZAMPIERI

**MEIO AMBIENTE** - GUIDO ZANATTA

**PATR. E CONSTRUÇÃO** - OLAVO LUIZ M. ANTONIAZZI

**RECREAÇÃO/LAZER** - NILTON FABBRIN

**SECRETARIA** - GIULIANO JOSÉ FORGIARINI

**SOCIAL** - ADÃO JOSÉ FIGHERA

**TÊNIS** - RICARDO LUIZ P. DAL PONTE

**TRADICIONALISMO** - ZENO JOSÉ F. DE SOUZA

**ASSESSORES DA PRESIDÊNCIA**

**FUTEBOL** - WORNEY DELLANI MENDONÇA

**OUTROS ESPORTES** - ALFRAN LUIZ M. CAPUTI

**ASSESSORES DAS VICE-PRESIDÊNCIAS**

**BOCHA** - ARIOLI TONIOLO RIGHI

**JURÍDICO** - LUCIANO DA CÁS

**RECREAÇÃO E LAZER** - ONEIDE SERRO

**SECRETARIA** - EDUARDO ROSA BIANCHI

**SOCIAL** - TIAGO GAY LIMA

**TRADICIONALISMO** - PAULO ROBERTO BOMICIELI

**PAT. E CONSTRUÇÃO** - CARLOS FARIAS

**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** - TIAGO LIMA

**COLABORADORES DE DEPARTAMENTOS**

**VÔLEI** - KATIA TEIXEIRA MEZADRI - VINICIUS CASAROTTO MATTNER

**FUTEBOL DE CAMPO** - ROGÉRIO FERIGOLLO - GUSTAVO TOCHETTO -

RODRIGO FONTOURA - LUCIANO PEREIRA | JOSÉ ANTONIO MEDEIROS

- AIRTON ALEGRANCI | ARTHUR FARION - ERIVELTO RODRIGUES |

EDUARDO BARRICHELLO | GENTIL DA ROSA - NERI RODRIGUES DE

SOUZA

**FUTEBOL SETE:** GIOVANI MARTINI

**FUTSAL** - ERLON CERVO E UMBERTO PEREIRA DE LIMA

**PADEL** - CAUÊ MELLO

**SOCIAL** - OVANIR JOSÉ NEGRINI E GISELE FARIAS NEGRINI | GUILHERME

COLVERO DA CUNHA E ANNE EYRE SISTO CALDAS | GELSON DE

PELEGRINI DELLA MEA E CHRISTIANE ARRUA MARIN |

LUIZ ANTONIO LAUTER DE OLIVEIRA E MARTA HELENA MORO MIOLO

**TRADICIONALISMO** - MARINO TEX VASCONCELLOS

**CONSELHO DELIBERATIVO 2017/2019:**

**PRESIDENTE:** VALNEI VIEIRA

**VICE-PRESIDENTE:** JULIO CEZAR COPETTI

**1º SECRETÁRIO:** GERSON TASCETTO

**2º SECRETÁRIO:** MICHEL BALCONI BEVILAQUA

**ASSESSOR JURÍDICO:** RÉGIS POZZOBON

**MEMBROS NATOS:**

Ademir Antonio Pozzobon - Celestino Da Cas - Pedro Mezzomo

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

**PATRÃO DE HONRA TRADICIONALISMO** - DOMINGOS DA CÁS

**CONSELHO FISCAL 2018/2020:**

**PRESIDENTE** - CARLOS SÉRGIO SILVA LIMA

**VICE-PRESIDENTE** - CEZAR DOMINGOS TREVISAN

**SECRETÁRIO** - CLAUDEMIR DA COSTA SILVEIRA

**EFETIVOS** - JOÃO DAVID FELIN, JOÃO MARIANO ROSSATO,

EDEVAR DA SILVA E NILTON ROCHA MARTINS

Promoção da invernada veterana

# Chá em homenagem ao Dia das Mães

17|5 | Salão  
16h | Querência

Valores

R\$15,00 adulto

R\$10,00 crianças até 12 anos

Convites a venda na secretaria do Clube e com os integrantes do grupo. Maiores informações (55)999964191



## AGENDE-SE



### MAIO

- 04 SÁBADO | JANTAR BAILE "ACALENTOS DE OUTONO" - POSSE DA RAINHA | SALÃO NOBRE - 20h30
- 10 SEXTA | EVENTUALMENTE NA SEXTA | SALÃO NOBRE | 21h
- 17 SEXTA | CHÁ DAS MÃES - DT QUERÊNCIA DAS DORES | SALÃO QUERÊNCIA | 16h
- 24 SEXTA | TORNEIO DE CANASTRA DE INVERNO | GALPÃO CRIOLLO | 19h
- 25 SÁBADO | WELLNESS DAS MÃES | SALÃO NOBRE E LA SAGRA | 15h

### JUNHO

- 08 SÁBADO | PRÉ-ESTREIA GRUPO BIRIVA | SALÃO QUERÊNCIA | 21h
- 14 SEXTA | EVENTUALMENTE NA SEXTA | SALÃO NOBRE | 21h

### JULHO

- 12 SEXTA | EVENTUALMENTE NA SEXTA | SALÃO NOBRE | 21h
- 19 COLAÇÃO DE GRAU - MEDICINA | SALÃO NOBRE | 19h
- 20 BAILE DE MEDICINA | SALÃO NOBRE | 21h





## JANTAR INFANTIL BAIXINHOS EM AÇÃO

Na noite de 13 de abril, a partir das 19h30min, manter a excelência na qualidade da recepção dos eventos sociais ficou na mão dos pequenos dorenses. No Baixinhos em Ação, 26 jovens anfitriãs aproveitaram muito a noite e garantiram que cada um de seus convidados desfrutasse de um jantar divertido e alegre.

Acompanhando o empenho das anfitriãs, a diretoria dorense e os pais de cada uma tornaram possível a preparação de uma noite especial. Ocasão, esta, que é cheia de significado por si só, uma vez que nela ocorre a despedida da Rainha de Festas infantil e coroação de sua sucessora.

### UM MOMENTO PARA UNIR GERAÇÕES

Criar momentos para que dorenses de todas as idades aproveitem e interajam é uma das tônicas dos jantares infantis. Conforme o vice-presidente Social do Clube Dores, **Adão José Fighera**, é uma responsabilidade de ensinar, orientar e preparar o futuro daqueles que darão continuidade aos grandes projetos do Clube.

Encerrando seu ciclo como Rainha de Festas, **Giulia Franciscatto Zampieri** recebeu aplausos calorosos dos

presentes. Após a entrada e desfile das anfitriãs, Giulia recebeu o carinho e os mimos pelo ano dedicado ao Dores pelos representantes da diretoria, o casal presidente, **Ana e Cleber Ruviano**, e vice-presidente Social, **Ceiza e Adão Fighera**. Coroando o momento de transição de gerações, Giulia Zampieri fez um breve discurso de agradecimento e recepcionou sua sucessora.

Esbanjando simpatia e majestade, a jovem **Bibiana Saccol Cardoso** foi recebida com alegria pelos convidados e anfitriões do Baixinhos em Ação. Filha dos dorenses **Ana Amélia Saccol e Alexandre Cardoso**, a nova rainha

No clímax do cerimonial do jantar Baixinhos em Ação, os convidados conheceram a nova Rainha de Festas infantil do Clube Recreativo Dores: **Bibiana Saccol Cardoso**. No topo, as anfitriãs da noite posam para a foto oficial junto à Rainha de Festas que se despedia, **Giulia Franciscatto Zampieri**.





recebeu a faixa das mãos de Giulia, recebendo, logo depois, flores do casal presidente.

#### JANTAR GOSTOSO E FESTA ANIMADA!

Após a coroação da rainha Bibiana, o cerimonial foi encerrado com o convite para o buffet de delícias preparado por **Ana Amélia Eventos**. Além do estrogonofe e outras gostosuras, o paladar da garotada foi presenteado na hora da sobremesa com muitos picolés.

A parte do baile foi embalada pela trilha preparada por **TGR Sonorizações**, sempre presente nos eventos dos pequenos dorenses. Além da dança, a diversão foi complementada com os brinquedos infláveis e a pintura facial, oferecidos pela equipe da **Cris Recreações**.

Cansados e felizes, os pequenos encerraram a noite com muitos bons momentos na memória. O próximo jantar infantil — o **#PartiuDores** — está marcado para outubro. Marque na agenda e prepare-se para muita diversão!



Acima, Giulia mostra o presente recebido da diretoria dorenses: um quadro com fotografias de alguns dos melhores momentos de seu reinado. No topo, à direita, Giulia entrega a faixa de rainha para sua sucessora, Bibiana. No topo, à esquerda, as rainhas posam ao lado dos casais presidente (à esquerda), Ana e Cleber Ruviano, e vice-presidente Social (à direita), Ceiza e Adão Figuera. No pé da página, diversos momentos de alegria da garotada, ao longo do jantar.



# MEMÓRIA

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

## Mais espaços para esporte e lazer

As obras na Sede Campeste não param. Procurando garantir cada vez mais comodidade aos associados, a Diretoria seguiu investindo nas áreas de esporte e lazer. Como a situação da temporada de piscinas, o departamento de Engenharia voltou-se para vários projetos: cancha de bocha, parede de tênis e o futuro salão de festas.

Devido a intensa pressão, mais duas canchas de bocha estão sendo construídas. Localizadas junto ao bar do futebol sete, vão se incorporar ao Prédio Central. Com isso, os bochechas dorens terão quatro canchas à disposição, para a prática deste esporte.

Também as tentativas de novo Clube terão mais um espaço assegurado para a prática deste esporte. Estão sendo iniciadas as obras do prédio de 100m, localizadas no terreno atrás das quadras com piso de saibro. Com 100m

de comprimento e 4m de altura, o paredão conta com um piso medindo 10m e comprimento por 15m de largura, vai proporcionar as mesmas facilidades para o esportista ou para o aprofundado nos primeiros contatos com o esporte.

**FUTURAS OBRAS** — Os departamentos Tradicionalistas e de Engenharia do novo Clube iniciaram estudos para a construção do galpão central, na Sede Campeste, atendendo uma reivindicação dos associados. O local já foi definido, faltando a observação dos detalhes relativos à obra. Também está nos planos da Diretoria a construção do camping pertencendo aos associados a prática do acampamento junto aos campos da Sede. O responsável pelo departamento de Engenharia, José Mariano Raposo, explica que este é um projeto para ser desenvolvido a longo prazo, uma vez que exige investimentos em obras de infraestrutura.



Suprir necessidade: prédio com 231 m², construído nas proximidades dos campos de futebol sete

## Inicia construção do bar das piscinas

Na próxima temporada de piscinas, os associados do novo Clube poderão usufruir de mais uma obra. O departamento de Engenharia do C. B. Dorens está definindo os detalhes para a construção de um prédio com 800m² de área, localizada junto às piscinas, na Sede Campeste, abrigando um bar, vestiários e sanitários masculinos e femininos, além como armazém para guarda de ferramentas e peças para manutenção de motor.

Previsado para dois pavimentos, os vestiários e sanitários ficam localizados no nível do lago, onde está situado o acesso para os associados, a ligação entre o pavimento superior — no nível das piscinas — será feita através de escadarias, permitindo a entrada no bar, desde áreas cobertas e áreas abertas que servem para a colocação de mesas com guarda-sóis.

**MAIOR COMODIDADE** — Os vestiários masculinos e femininos ocupam espaço em uma área de circulação, abrigando os chuveiros, área para guarda de materiais, guarda e sanitários necessários aos associados. Já no nível do lago estão localizados dois pontos onde os usuários podem se aproximar e descer diretamente para dentro das piscinas.

O sanitário masculino é composto por 10 banheiros masculinos e banheiro feminino para os visitantes — para cerca de 100 pessoas —, atendendo inclusive com cozinha e área para refeições. Outra sala vai abrigar 10 banheiros. O sanitário feminino, igualmente possui cozinha com lavatório e geladeira, além de vários banheiros e mirror masculinos.



Lazer: mais duas canchas de bocha entregues aos associados

A edição 37 do jornal “O Dorens”, relativa aos meses de abril, maio e junho de 1992 trazia algumas das novidades que estavam sendo preparadas para a temporada do ano seguinte. Entre elas, alguns dos destaques eram a construção de um edifício junto às quadras de futebol 7 (acima, à direita) e de duas novas canchas de bocha (abaixo, à esquerda). Outra novidade da edição era o anúncio do novo bar em frente às piscinas, além dos novos vestiários e fraldário.

Em julho de 1992, o associado dorens recebia em sua casa notícias sobre grandes obras da Sede Campeste. Nas páginas da edição 37 do jornal “O Dorens” estavam informações sobre o andamento de espaços que até hoje fazem parte da vivência diária do associado.

A edição referida do jornal tratava dos assuntos de abril, maio e junho daquele ano, ou seja, o final da temporada de piscinas. Assim, as equipes de construção se voltavam

para outros projetos, como a construção de duas novas canchas de bocha, em adição às duas existentes. Alguns anos depois, esta cancha seria coberta e transformada no atual Recanto da Bocha.

Na época, também foram construídos o edifício do Bar 7 e o paredão de tênis. Na mesma página do jornal, foi noticiado pela primeira vez a construção do bar em frente às piscinas, além dos vestiários do andar inferior.



# VOCÊ NO FOCO

Participou de uma festa no Clube Recreativo Dorens? Fotografou aquele momento em família na Sede Campeste? Mande para [revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br)

FOTOS DE ASSOCIADOS

# DEBUTANTES DOREENSES

---

2019

26  
OUTUBRO



Inscrições abertas no setor de eventos.

## VAGAS LIMITADAS

informações

(55) 2103-2836

[eventos@clubedores.com.br](mailto:eventos@clubedores.com.br)

# DORES, EXEMPLO DE INFRAESTRUTURA

O Clube Recreativo Dorenses construiu, ao longo de seus quase quarenta anos, uma infraestrutura ímpar na região, com destaque até mesmo em nível nacional. Por este motivo, não raros são os pedidos para a realização de visitas, seja por parte de outros clubes, seja por profissionais das mais diversas áreas, interessados em aprender com o exemplo dorense.

Um dos casos mais frequentes, em se tratando de visitantes, é o de acadêmicos da Universidade Federal de Santa Maria. Desde estudantes das Engenharias até os da Administração, passando pelas Ciências Rurais. Este foi o caso da visita realizada na primeira semana de abril, por alunos do curso de Engenharia Sanitária e Ambiental.

Os acadêmicos do quarto semestre, como atividade da disciplina de Microbiologia Aplicada ao Saneamento, visitaram a Sede Campestre Dorense. Orientados pela química do Clube, **Ethiane Mezadri**, e pelo gerente de Parque Aquático da Sede Campestre, **Alfredo Ribeiro**, os alunos da professora **Marlise Krugel** aprenderam um pouco sobre os processos desenvolvidos no Dorenses.

## DE OLHO NOS NOVOS GINÁSIOS

Também em abril, os acadêmicos do quinto semestre de Arquitetura



Acima, os acadêmicos de Engenharia Sanitária e Ambiental da UFSM, em visita para a disciplina de Microbiologia Aplicada ao Saneamento.

e Urbanismo da Ulbra visitaram a Sede Campestre como atividade da disciplina de Prática Profissional de Obras. O contato foi feito pelos estudantes **Bernardo Pisani** e **Lisandro Buss**, corroborado pelo professor **João Ernesto Teixeira**.

Conforme Lisandro, além de conhecer a Sede Campestre como um todo, o foco da visita foi estudar a estrutura dos Ginásios de Pádel e de Tênis. Na obra, viram aspectos como o sistema construtivo e as formas do ginásio.



Ao lado, os estudantes de Arquitetura e Urbanismo da Ulbra, visitando a Sede Campestre para conhecer a estrutura dos Ginásios de Pádel e de Tênis, como parte da disciplina de Prática Profissional de Obras.

# EVENTUALMENTE... NA SEXTA

---

21h | SALÃO NOBRE

MAIO  
10/05

JUNHO  
14/06

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

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

CLASSIFICAÇÃO:  
18 ANOS





# HORÁRIOS DOS ÔNIBUS OFERECIDOS ATÉ A SEDE CAMPESTRE DURANTE O INVERNO

## HORÁRIOS CLUBE DORES VIA FAIXA NOVA | JARDIM BERLEZE | SENTIDO BAIRRO

DIAS ÚTEIS	SÁBADO	DOMINGOS E FERIADOS
07:30 JB - 0226	07:35 JBI - 226B	07:35 JBI - 226B
12:30 JBI - 226B	12:25 JBI - 226B	12:30 JB - 0226
16:45 JBI - 226B	16:20 JB - 0226	16:40 JB - 0226
18:10 JBI - 226B	17:50 JB - 0226	17:30 JB - 0226
18:12 JBI - 226B	19:30 JB - 0226	19:25 JB - 0226
19:45 JBI - 226B	20:15 JB - 0226	20:15 JBI - 226B
20:15 JB - 0226	22:05 JB - 0226	21:40 JB - 0226
21:35 JB - 0226		



### Legendas

JBI - Jardim Berleze Invertido  
JB - Jardim Berleze

## HORÁRIOS CLUBE DORES VIA FAIXA NOVA | JARDIM BERLEZE | SENTIDO CENTRO

DIAS ÚTEIS	SÁBADO	DOMINGOS E FERIADOS
07:05 JB - 0226	07:05 JBI - 226B	07:00 JBI - 226B
12:00 JBI - 226B	11:50 JBI - 226B	12:00 JBI - 226B
16:10 JBI - 226B	15:40 JB - 0226	16:00 JB - 0226
17:30 JBI - 226B	17:15 JB - 0226	17:00 JBI - 226B
17:30 JB - 0226	18:50 JB - 0226	18:45 JB - 0226
19:05 JBI - 226B	19:40 JB - 0226	19:45 - 0226
19:35 JB - 0226	21:30 JB - 0226	21:05 JB - 0226
21:00 JB - 0226		

A linha JBI centro/bairro  
passa primeiro no Clube para  
depois no bairro.

A linha JB centro/bairro  
passa primeiro no bairro e  
depois no Clube.

*Confiança no que faz*

# QUÍMICA PAMPA LTDA

Produtos químicos e industriais

Credibilidade, preço acessível e assistência técnica

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

(55) 3226.1377 / 3225. 2704







## UM GIRO PELA SEDE CENTRAL

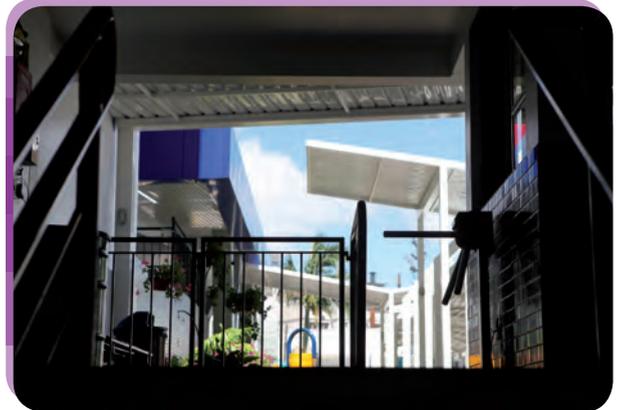
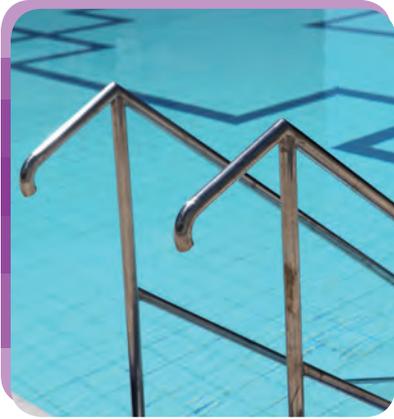
Há que se reconhecer uma pequena injustiça que se comete, não raro, nos veículos de comunicação do Clube Dorenses. A Sede Central, principalmente sua parte interior, acaba por ser deixada em segundo plano, quando o assunto é retratar a beleza estética da estrutura física dorense. Para sanar a questão, foi escolhida uma série de fotografias com o único intuito de ressaltar o quanto esta parte do Clube também pode ser bela.

Com sua estrutura principal erguida há décadas, a Sede Central dorense recebeu duas grandes adições — o Ginásio Poliesportivo e, posteriormente, o Centro Aquático — além de um sem número de pequenos ajustes, há quase quarenta anos de trabalho para ser admirado. Como se entendeu que apenas o que é mostrado nas seções de revitalizações da Dorense em Revista, foi preparada esta edição do “Giro”, voltada

exclusivamente para admirar a parte interna da Sede Central dorense, onde a maior parte dos associados frequenta diariamente.

Todas estas fotos são fruto de um inspirado olhar do fotógrafo dorense, **Fernando Camargo**. E você, também fotografou as belezas dorenses? Mande seu clique para a Dorense em Revista pelo e-mail [revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br) e participe da seção “Olhar Dorense”.





# O ASSOCIADO QUER SABER

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

## REAJUSTE DA MENSALIDADE | CÁLCULO E MOTIVOS

Desde a inauguração do Dores Praia Park, o Clube Recreativo Dores figura entre os maiores, não apenas do Brasil, mas da América Latina. Contudo, em termos de mensalidade, nosso clube é bastante inclusivo. O Dores sequer figura entre os vinte clubes de maior mensalidade.

### CUSTOS DE MANUTENÇÃO DO CLUBE

Os custos do Clube incluem a suba da inflação, mas não se limitam a ela. Ao longo do último ano, o valor empregado pelo Dores na folha de pagamento subiu 13% e o de custos de manutenção e insumos subiu 14,5%. Ambos os valores refletem o crescimento do Clube, uma vez que o primeiro número diz respeito ao aumento de empregos diretos e o segundo é relativo aos investimentos na ampliação e manutenção da infraestrutura cada vez maior e mais completa de ambas as Sedes. Portanto, o custo repassado é significativamente menor, em proporção, ao crescimento do Clube Dores e de seus investimentos, sempre pensando em oferecer o melhor aos associados.

### ENTRE OS MAIORES, MAS ENTRE OS MAIS EM CONTA

A partir da fatura com vencimento em 10 de julho, expedida em 11 de junho, a mensalidade do Clube Dores receberá um acréscimo de 6,1% — o que se converte em R\$10 de reajuste, no caso dos títulos Patrimoniais Especiais. O valor excede um pouco a inflação relativa ao período do último ano (4,5%), contudo há uma série de motivos para a mudança deliberado pela diretoria.



## OLHAR DORENSE



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

FOTOS DO CLUBE





## CONTOS E CRÔNICAS

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

## CADA UM COM SEU TEMPO

Com o passar dos anos, a gente vai sentindo as consequências do avanço do tempo. E temos a certeza de que não é simplesmente uma troca de calendário a cada final de ano.

As mudanças que esse avanço do tempo nos traz - tenho convicção disso - não têm a ver apenas com idade ou dores nas costas e nas articulações. Estou pensando a respeito de um envelhecer legal, na normalidade, natural, mesmo. Ao se ver no espelho e enxergar as primeiras rugas, os primeiros fios brancos, a necessidade de ficar em silêncio e de ignorar certas coisas, poder concluir convicto: acho que amadureci.

Quantos já pararam para pensar que nem de longe continua sendo a pessoa que era há cinco, dez, quinze anos? Àqueles que ainda não fizeram, recomendo que o façam sem demora.

Quem, com o passar dos anos, não aprendeu que as despedidas não acontecem por acaso. Quem, ao longo

de sua trajetória, ainda não teve uma decepção? Acabou o mundo? Não! Vamos procurar algo melhor que está à nossa espera. Mas, e o tempo? É, realmente, o tempo avançou. Mas também ele, o inexorável passar dos anos, nos ensina alguma coisa: não devemos ter pressa para viver. Nossa história esta escrita na mandala da vida.

Com o passar da idade cada um tem que encontrar o seu tempo. Um tempo mais lento, é preciso reconhecer, mas no qual se é mais paciente com os outros e, principalmente, consigo mesmo. Onde não devemos nos preocupar tanto em contar as horas, isso é perda de tempo, tenha mais paciência, pare de se preocupar com situações ou pessoas que não dependem da gente.

E assim, com vivência e experiências - boas e más - vamos aprendendo que não precisamos apressar os ponteiros da vida. A felicidade, esse sentimento maravilhoso, que todos vivem correndo atrás, pode estar dentro de cada um de nós e ainda não descobrimos. Muitas vezes, por falta de tempo.

**Festival de TINTAS**

**TU GANHA NA QUALIDADE E NA ECONOMIA**

**Coral** DECORA ACRÍLICO PREMIUM

**Suvinil** LIMPEZA TOTAL

**Hydronorth** PROTEGE & DECORA PREMIUM

# SUL CORES®

Indicada por quem entende de pintura.

Lojas em: SANTA ROSA | SANTO ÂNGELO | IJUI | PASSO FUNDO | ERECHIM | LAJEADO | SANTA CRUZ DO SUL | SANTA MARIA | CACHOEIRA DO SUL | CANOAS

**3 ENDEREÇOS EM SANTA MARIA:**

AV. Nº 5ª MEDIANEIRA, 720  
**3026-6005**

CAMOBI - FAIXA NOVA  
BR 287, KM 235, 6410  
**3219-4600**

AV. HÉLVIO BASSO, 390  
**3213-3030**

[www.sulcores.com.br](http://www.sulcores.com.br) [sulcores](https://www.facebook.com/sulcores) [@sul\\_cores](https://www.instagram.com/sul_cores)



# TREINAMENTO EM SUPORTE DE VIDA

Em abril, os funcionários da Sede Central realizaram mais um treinamento sobre Suporte Básico de Vida. Com o intuito de que todos estejam sempre prontos ao socorro do associado, as capacitações são feitas periodicamente.

O curso de Suporte Básico de Vida (SBV), aborda tanto o reconhecimento quanto o tratamento dos sintomas cardíacos e respiratórios no ambiente pré hospitalar, incluindo a ressuscitação cardiopulmonar (RCP)

e a desfibrilação, uso do DEA. O curso é teórico-prático, com ênfase na prática ministrada em manequins desenvolvidos especialmente para o ensino das técnicas de reanimação cardiopulmonar.

"PARA MUITOS O TEMA NÃO FOI NOVIDADE, DEVIDO AO FATO DE A CADA SEIS MESES FAZEMOS RECICLAGENS."

RODRIGO CEZAR SILVA  
TÉCNICO EM SEGURANÇA  
DO TRABALHO

Realizado na Sala de Convenções, com carga horária de 4h, o curso aborda técnicas de desobstrução das vias aéreas (engasgo), em bebês, crianças, adultos, obesos e gestantes.

Ao longo da semana, integrantes de diversos setores da Sede Central participaram das atividades.

## SEMPRE ALERTAS

Conforme o técnico em Segurança do Trabalho do Clube Dores, **Rodrigo Cezar Silva**, intuito desse treinamento é capacitar os funcionários para que saibam identificar uma parada cardiorrespiratória ou engasgo e agir rapidamente, dando o suporte necessário até a chegada do serviço médico de emergência. "Para muitos o tema não foi novidade, devido ao fato de a cada seis meses fazemos reciclagens. Assim, todos se sentem confiantes, certos de agir de forma correta", aponta.



As quatro horas-aula incluem explicações sobre o atendimento de situações emergenciais tanto no âmbito teórico como no prático.



# DORES KIDS E GAMES COM NOVIDADES



No final de março, o espaço preferido da garotada na Sede Central do Clube Dorens recebeu uma série de novos atrativos. Para os pequenos, diversos brinquedos, para os mais conectados, novos jogos de videogame.

Na parte dos brinquedos, as novidades são duas bonecas do tipo “bebezão”, um conjunto de louças e doces para brincar de chá e dois super carrinhos tunados. Completando as novidades na Dorens Kids, duas opções para estimular a mente: um tapete de EVA com números e um pacote com seis quebra-cabeças multicoloridos, com temáticas diversas.

Na Dorens Games, dois novos títulos foram adquiridos para o



console Xbox. “Just Dance 2019” é o décimo jogo da franquia, que se baseia em dançar imitando a coreografia de um dançarino virtual na tela. “Carros 3: Correndo para Vencer” é um divertido jogo de corrida, baseado no filme de animação da Pixar.



## Linha Hospitalar



## Linha Automotiva



## Linha Profissional



## Linha Institucional



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

Av. Hólvio Basso, 1345 - Duque de Caxias | Santa Maria - RS  
55 3028.9200 | 3223.5820  
[www.hipersul.com.br](http://www.hipersul.com.br)



# CLICK DORENSE

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



## EUROTRIP SOBRE RODAS

Os dorenses **Israel Lampert** e **Tamara Rasnevski** percorreram mais de 2.500 Km de carro por terras italianas. Entre os locais visitados, destacaram a bela vista de Forte Di Bard, no noroeste do país.



## NO NORDESTE É VERÃO O ANO TODO

Os associados **Andrey Barcelos da Costa**, **Alexander Zanini da Costa** e **Carmem Teresinha Gorgen** curtiram uma das melhores opções do litoral brasileiro. O destino da família foi Porto Seguro, no estado da Bahia.



## NO "POINT" DOS SURFISTAS

A dorense **Elisa Avello** aproveitou suas férias para visitar o filho, **Raphael**, em Florianópolis. Enquanto curtia as lindas praias, foi clicada pelo marido, **Vilmar Moreira**. O momento registrado na foto acima é na Praia de Joaquina.



## EM DEFESA DAS TERRAS CATARINENSES

Os associados **Gelson** e **Maria Oliveira** aproveitaram suas férias para visitar o Forte Marechal da Luz. O ponto turístico foi uma bateria de artilharia, inaugurada pelo então presidente, Nilo Peçanha, em 1909.



## CARTÃO POSTAL DE SANTA CATARINA

O casal **André Lovato** e **Márcia Martins Brondani** fez uma viagem super radical em sua lua de mel. Entre os 1680 Km percorridos de motocicleta, fizeram uma parada na belíssima Serra do Rio do Rastro.



## ABRIL

A associada **Neusa Figuera** aproveitou o pretexto de seu aniversário, em abril, para uma viagem ao Uruguai. Junto a **Flamarion Neves**, visitou a histórica Montevideú.



## FÉRIAS PARA NÃO VOLTAR

**Cristina Rigão** e **João Carlos Melo** aproveitaram os encantos de Porto de Galinhas, em Pernambuco. Na foto, estão na rua das piscinas naturais, decorada com as sombrinhas típicas do frevo.



## ILHA DA MAGIA, SIM!

**Dion Ferraz** conheceu Florianópolis, a "Ilha da Magia" e voltou encantado. O apelido é condizente com a sensação que o local transmite, garante o associado, que voltará o mais breve possível.

- › CORTINAS
- › PAPEIS DE PAREDE
- › PERSIANAS
- › TAPETES
- › TECIDOS
- › PISOS
- › LAMINADOS

# Renove sua casa

Tudo em  
**10x**

Inovar o ambiente para renovar inspirações.

**MICHELLE**  
DECORAÇÕES CAMA MESA BANHO

# CAFÉ DA MANHÃ: SABOR E FACILIDADE NA REFEIÇÃO MAIS IMPORTANTE DO SEU DIA

## MAÇÃ ASSADA COM ESPECIARIAS NO MICRO-ONDAS

Sabe aquela expressão “mamão com açúcar”, que a gente usa quando a tarefa é molezinha? Pode começar a chamar de maçã com mel! Em questão de minutos você faz esta sobremesa com sabor e aroma deliciosos.



Fonte | Panelinha

### INGREDIENTES

- 1 maçã fuji
- 1 colher (sopa) de mel
- 1 pitada de canela em pó
- 1 pitada de gengibre em pó
- noz-moscada ralada na hora a gosto
- 1 pote de iogurte natural (cerca de 120 g)

### MODO DE PREPARO

1. Lave bem a maçã sob água corrente. Mantenha a casca e corte a maçã ao meio, no sentido do comprimento. Corte cada metade em 4 pedaços e descarte o miolo com as sementes.

2. Numa tigela de vidro, junte a maçã, o mel, a canela, o gengibre e a noz-moscada. Misture delicadamente com uma colher.

3. Cubra a tigela com filme e, com uma faquinha, faça um furo no centro para que o vapor saia durante o cozimento.

4. Leve ao micro-ondas para rodar por 5 minutos em potência alta - a maçã vai cozinhar e formar uma calda. Com cuidado, retire o filme e sirva a maçã (com a calda) com iogurte gelado.

PS: para levar a sobremesa como marmitta, num pote de vidro coloque o iogurte e cubra com a maçã cozida. Feche o pote e mantenha na geladeira até a hora de consumir.

## CREME DE ABAGATE LEVINHO

Pode ser café da manhã, pode ser lanche da tarde. É vitamina, mas também pode fazer as vezes de sobremesa.



Fonte | Panelinha

### INGREDIENTES

- 1 pote de iogurte natural (170 g)
- 1 fatia de abacate maduro
- 1 colher (sopa) de caldo de limão
- 2 colheres (sopa) de água filtrada
- 1 colher (sopa) de açúcar (opcional)

### MODO DE PREPARO

1. No liquidificador, junte o iogurte, o abacate sem a casca, o caldo de limão e a água. Bata por cerca de 3 minutos até formar um creme liso (se desejar uma consistência mais leve, adicione mais água aos poucos).

2. Prove - alguns abacates são mais doces que outros - se achar necessário, adicione o açúcar e bata apenas para misturar. Sirva a seguir. Se quiser levar para o trabalho, transfira para uma garrafinha de vidro e guarde na geladeira até a hora de consumir.

## OVO QUENTE

Uma ótima forma de começar o dia, ovo quente fica incrível com uma torrada de pão cortada em fatias para mergulhar na gema. Divino!



### INGREDIENTES

- 1 ovo
- caldo de meio limão
- sal e pimenta-do-reino moída na hora a gosto

### MODO DE PREPARO

1. Em uma panela pequena, coloque o ovo e cubra com água. Junte o caldo de limão (ele ajuda a manter a casca do

ovo sem rachaduras). Se preferir, com uma agulha faça um furinho na base do ovo.

2. Leve a panela ao fogo e deixe ferver. Depois que iniciar a fervura, conte 4 minutos para um ovo com a gema bem molinha.

3. Desligue o fogo e transfira o ovo para um suporte (porta-ovos).

4. Quebre uma tampinha no topo do ovo. Tempere com sal e pimenta-do-reino e misture bem com uma colher de café. Sirva imediatamente.

## ALMOÇOS AOS DOMINGOS

### CHURRASCO E GALETO COM TEMPERO ESPECIAL

11h30 às 14h30

*Cantina*  
Doreense



# BIBLIOTECA

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

## DOADORES DO MÊS

Fatima Inês Miron  
Anelize Soares de Oliveira  
Juliana Rocha Nickel  
Gustavo Soares  
Lourdes Pivetta  
Nadia Beatriz Fleck



### A Garota desaparecida - Lisa Gardner

Sete anos atrás, a estudante Flora passou 472 dias vivendo um pesadelo. Após ter sido sequestrada durante as férias de primavera, ela descobriu até onde o ser humano é capaz de ir para sobreviver. Depois de resistir milagrosamente a tamanha tortura, viveu os últimos cinco anos tentando voltar a ter uma vida normal. O amor de sua mãe permanece o mesmo, mas outras coisas mudaram em sua rotina: seu irmão tem medo da pessoa que Flora se tornou, e no quarto dela há uma parede coberta com fotos de outras garotas que nunca voltaram para casa.

Quando a detetive D. D. Warren é convocada para a cena de um crime, descobre que Flora está envolvida com outros três suspeitos desde seu retorno à sociedade. Mas a garota desaparece novamente, e D. D se dá conta de que um predador sinistro está a solta e, desta vez, determinado a fazer com que Flora Dane nunca mais escape.



### Meu Pecado - Javier Moro

Em 1930, com apenas 19 anos, ela sai de Espanha e segue rumo a Hollywood, em busca de sucesso na capital do cinema.

Graças a sua beleza, sua inteligência, sua forte personalidade e sua tenacidade, quem antes era apenas uma jovem promessa se torna uma das principais estrelas de sua época.

Seu olhar penetrante e extremamente envolvente acaba conquistando Leslie Howard, um dos atores mais célebres do momento. Leslie, no entanto, era um homem casado, com mais que o dobro da idade de Conchita. Isso não é um empecilho para os dois, que se apaixonam e começam um tórrido romance, entre festas dignas de sonhos e estreias triunfais nas maiores e mais disputadas telas do mundo, entre passeios a cavalo e voos panorâmicos pela costa californiana, entre a paixão e a traição.

Treze anos depois, em plena Segunda Guerra Mundial, a história de amor tem um desenlace inesperado, quando os dois amantes se reencontram em Madrid. Sem saber, esse encontro irá influenciar o curso da guerra, orientando a participação de Espanha no conflito.

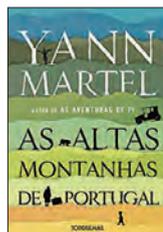


### A Memória do mar - Khaled Hosseini

Um pai embala o filho enquanto contempla a noite em uma praia, à espera do amanhecer que trará o barco que os levará a uma nova vida do outro lado do Mediterrâneo. O homem conta para o menino sobre as lembranças da Síria de sua infância, um país encantador que foi destruído pela guerra, obrigando não apenas aquela pequena família, mas milhares de outras, a juntar todos os seus pertences e embarcar rumo ao desconhecido.

Publicada em edição ricamente ilustrada, a obra é inspirada na história de Alan Kurdi, o refugiado sírio de três anos de idade que se afogou no mar Mediterrâneo quando tentava chegar à segurança na Europa. Escrita com toda a sensibilidade de Khaled Hosseini, A memória do mar é uma obra de amor e esperança.

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



# NO FIO DA ADAGA: ADAPTAÇÕES DE LIVROS

A popularização da internet no Brasil e o advento dos serviços de *streaming* possibilitaram, ao longo da última década, um consumo cada vez maior de conteúdo audiovisual. O acesso, que segue tendência mundial, vem em paralelo às produções cada vez mais numerosas de série e filmes. Assim, se estabelece uma realidade de demanda e produto.



Há uma miríade de produções

audiovisuais com roteiro original, contudo, há um apelo afetivo e econômico fortíssimo para que se transponha para a tela obras consagradas da literatura. Apesar de não serem novidade, filmes e séries adaptados das páginas de livros estão cada vez mais comuns e populares.

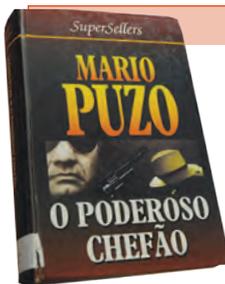
Como toda tentativa de produzir arte e entretenimento, especialmente quando feito em larga escala, há bons e maus exemplos. Tomemos por régua o cânone “Drácula”, publicado em 1897 pelo escritor irlandês **Bram Stoker**. Entre as adaptações da obra sobre o vampiro constam o clássico do expressionismo alemão “Nosferatu” (1922); “Drácula” (1931), versão protagonizada por Bela Lugosi; o aclamado “Drácula de Bram Stoker” (1992); e mesmo os bizarros “Drácula 2000” (2000) e “Drácula 3000” (2004).

O ator Bela Lugosi viveu o conde Drácula no filme de 1931, inspirado no livro de Bram Stoker.

Poucas adaptações são extremamente fiéis na tradução dos livros. Dois exemplos disso são “O Segredo de Brokeback Mountain” e “Neto Perde sua Alma”, ambos com livro e filme homônimos. A questão não chega a ser essa, pois muitas boas versões mostram mais a intenção do que a forma do original. Na opinião deste que vos escreve, o importante mesmo é que o audiovisual desperte a curiosidade pelo livro.

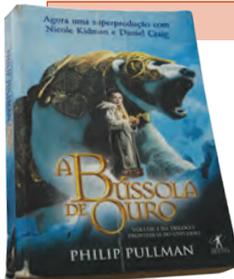
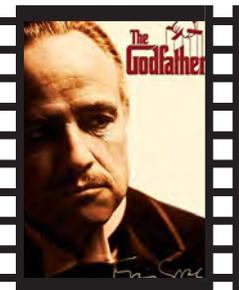
E você, o que pensa sobre o assunto? As séries e filmes fazem jus aos livros originais? Gosta mais dos filmes? A biblioteca do Clube Dores possui diversos exemplares de obras que ganharam as telas, com maior ou menor sucesso. Então, basta escolher uma, ler e tirar suas próprias conclusões.

Guilherme Benaduce  
Jornalista



## O PODEROSO CHEFÃO | MARIO PUZO

Publicado em 1969, o romance “The Godfather” trata sobre uma família de mafiosos de origem siciliana que imigra para os Estados Unidos. A obra deu origem à famosíssima trilogia cinematográfica (1972, 1974 e 1990) de Francis Ford Coppola. Os três filmes faturaram oito Oscars, dois deles de melhor filme, e foram indicados para outros 14. No cinema, as personagens dos livros receberam marcantes interpretações de atores como Marlon Brando, Al Pacino, Robert De Niro, Talia Shire e Andy Garcia.



## A BÚSSOLA DE OURO | PHILIP PULLMAN

O livro de fantasia “Northern Lights” (Luzes do Norte, em tradução livre) foi publicado em 1995 na Inglaterra, recebendo uma adaptação estadunidense 12 anos depois. O filme ganhou um Oscar de melhores efeitos visuais e foi indicado a melhor direção de arte, além de contar com atuações de Nicole Kidman, Dakota Blue Richards e Daniel Craig. Apesar de haver apenas um filme, os livros são uma trilogia e vão muito adiante na narrativa, em relação à versão cinematográfica.



## CAIXA DE PÁSSAROS | JOSH MALERMAN

“Bird Box” é um romance pós-apocalíptico escrito por Josh Malerman, publicado pela primeira vez no Reino Unido em 2014. Obra de estreia do autor, é um thriller de terror psicológico tenso e aterrorizante, que explora a essência do medo. Apenas quatro anos depois do lançamento, o livro ganhou uma adaptação ambiciosa produzida pela empresa de streaming Netflix. Em apenas uma semana, o filme protagonizado por Sandra Bullock teve mais 45 milhões de espectadores.



# A MULHER NO TRADICIONALISMO DORENSE



No dia 12 de abril, os representantes do tradicionalismo dorense reuniram-se no Salão Antares para uma noite de encontros e conversas muito especiais. Com a temática “Mulher Gaúcha — 70 anos da Inclusão no Tradicionalismo Gaúcho”, o Departamento Tradicionalista Querência das Dores realizou mais uma edição do seminário Dorense da Cultura Gaúcha.

Com realização dos Departamentos de Peões e Prendas e Cultural, o evento recebeu importantes figuras do tradicionalismo local. Na solenidade de abertura, participaram o coordenador da 13ª Região Tradicionalista, **Luiz Sergio Fassbinder**, o 1º peão da 13ª RT, **Matheus Goggia**, e a 2ª prenda juvenil da 13ª RT, **Gabriela Caetano**. Em uma breve fala, o patrão do Querência das Dores, **Zeno de Souza**, saudou a todos os presentes.



## TRADICIONALISMO POR E PARA MULHERES

A coordenação do debate ficou por conta das convidadas, **Tainá Valenzuela** e **Aline Linhares**. As tradicionalistas desenvolveram a conversa de forma fluida e agradável, proporcionando um amplo debate aos participantes. No decorrer do evento, as palestrantes organizaram uma dinâmica cuja intenção era gerar reflexão sobre a temática debatida.

O encerramento do painel foi feito pelas representantes da gestão 2018/2019 do DT dorense, a 1ª prenda juvenil, **Bruna Campos**, e a prenda simpatia, **Julia Araujo**. Em nome do Querência das Dores, agradeceram às convidadas, entregando o certificado de participação e um presente como recordação.

Após uma breve cerimônia de entrega de quadros, referente à gestão que encerra e a que começa, o seminário chegou ao fim. No encerramento, os tradicionalistas realizaram uma animada confraternização, organizada pelos integrantes do Departamento Campeiro do Querência das Dores.





# LEVE SEU CLUBE NA MALA!

## SEU CLUBE VIAJA JUNTO COM VOCÊ!

Você que é associado de algum destes clubes, certamente conhece as inúmeras vantagens oferecidas por ele. Mas talvez não saiba que fazemos parte de um grupo que reúne os clubes mais representativos do País: o Conselho Interclubes – CI, órgão da Confederação Nacional dos Clubes – FENACLUBES. E quem sai ganhando com isso é você e sua família! Sabe por quê?

Porque todos esses clubes estão integrados no Convênio Interclubes, criado para que vocês possam frequentar qualquer um deles gratuitamente, com todas as regalias reservadas aos sócios, quando estiverem viajando! Para isso, basta estar em dia com as mensalidades.

Aproveite e boa viagem!

### CLUBES QUE FAZEM PARTE DO CONVÊNIO INTERCLUBES

Alphaville Tênis/SP – Álvares Cabral/ES – Assembléia Paraense/PA – Avenida Tênis Clube/RS  
Dom Pedro II/MG – Dolores/RS – Duque de Caxias/PR – Esperia/SP – Grêmio Náutico União/RS  
late Clube/DF – Jockey Club/MG – Mackenzie/MG – Mampituba/SC – Minas Tênis/MG  
PIC/MG – Recreio da Juventude/RS – Santa Mônica/PR – Sogipa/RS – Thalia/PR – Tijuca/RJ



REGULAMENTO: 1. Será permitido aos associados dos clubes integrantes do Intercâmbio Social e Desportivo frequentar as dependências dos demais conveniados, participando das atividades desportivas, sociais e culturais, nas mesmas condições oferecidas aos sócios. 2. Este convênio não é válido para os clubes da mesma cidade e região. 3. Para usufruir o intercâmbio, o associado deverá apresentar-se à secretaria do seu clube, informar o clube que pretende visitar e solicitar o "Selo de Autorização" do convênio, que será anexado à sua carteira social. As carteiras de seus familiares, quando for o caso, também deverão receber o selo. 4. O selo conterá o período de validade e identificação do clube de origem. 5. A autorização também poderá ser obtida na secretaria do clube que o associado deseja visitar, caso já se encontre em trânsito. Também neste caso é indispensável a apresentação da carteira social, para anexação do selo. Neste caso, a autorização deverá ocorrer num prazo máximo de 24 horas. 6. O associado visitante deverá submeter-se aos regulamentos do clube local para participar de qualquer atividade do mesmo. 7. Caso a convenção do clube local estabeleça atividades de uso exclusivo do associado, estas estarão vedadas ao visitante, que deverá ser comunicado da restrição. 8. O período de frequência do associado nos clubes de destino está limitado a um total de 30 dias por ano, preferencialmente em períodos de 3 dias cada, excetuando-se o mês de janeiro. Nada impede, no entanto, que esse período seja prorrogado, a critério exclusivo do clube de destino. 9. Qualquer infração disciplinar cometida pelo associado itinerante ou por seus familiares ensejará o cancelamento de sua autorização. 10. O associado itinerante estará obrigado a ressarcir o clube de destino por qualquer prejuízo que vier a causar ao mesmo durante a sua permanência.

Apoio



**CONSELHO  
INTERCLUBES**

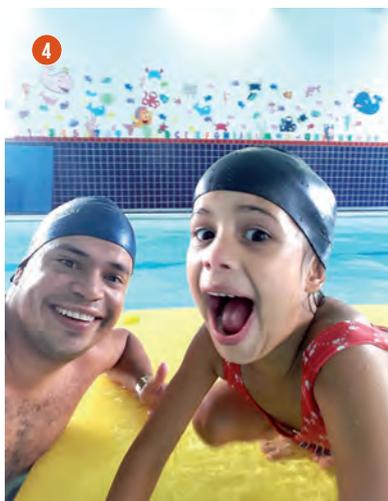


**FENACLUBES**  
CONFEDERAÇÃO NACIONAL DOS CLUBES

# VOCÊ NO FOCO

O DORENSE EM SEU AMBIENTE

O associado que participa, usufrui, destaca-se e se integra no Clube Dores tem seu espaço na Dorensê 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! Contato: revista@clubedores.com.br



**1** No dia 20 de abril, o pequeno **Gabriel** comemorou seu terceiro aninho com festinha no Salão Colina. O dia foi de alegria e muita diversão com os papais, **Fabiana Avila** e **Juliano Colvero**, e a mana, **Bianca**.

**2** O dorense **Zeno José de Souza** festejou seus 70 anos junto a familiares e amigos. A comemoração foi no dia 16 de março, no Salão Colina. O associado agradece a todos os presentes em uma data tão importante.

**3** Na noite de 30 de março, **Clayton Carmargo** e sua esposa, **Rosicleia Castro**, recepcionaram seus convidados para celebrar mais um ano de vida. Para este momento especial, escolheram festejar no Salão Antares.

**4** Em seus poucos momentos de folga do trabalho, o associado **Thiago Ferreira** aproveita para um momento de lazer com a filha, **Theodora**. Entre tudo o que o Clube Dores oferece, pai e filha sempre curtem juntos a piscina térmica.

**5** Este ano, o casal de associados **Adilton da Costa** e **Keli Falk** realizou um ensaio romântico para celebrar seu amor. Como pano de fundo, escolheram um local que consideram lindo e marcante, a Sede Campestre do Dores.

**6** Os casais do grupo **Os Doritos** realizaram uma reunião no dia 5 de abril para uma comemoração especial. Dois dias antes, a turma completava seu décimo aniversário. Parabéns a todos os integrantes!



**7** Os associados dorenses **Caroline Colares** e **Leonardo Righi** realizaram sua união no dia 2 de março. Com toda a pompa a qual têm direito, casaram em uma festa "maravilhosa e inesquecível".



**8** A pequena **Anna Alice Manfron Silva** festejou seu segundo aniversário com festinha temática. Vestida de chapeuzinho vermelho, a dorense brincou muito, no dia 23 de março, com familiares e amiguinhos.



**9** A turma de natação da professora **Ana Beatris Londero** fez um registro para marcar a amizade. Da esq. para a dir.: **Marcia Inhoff**, **Mozart Junior**, **Claudio Henrique Maffini Scremin**, **Maria Inês Scremin**, **Azania Marize Gonçalves** e **Eduardo**.

**10** A família **Matte** curtiu a temporada de piscinas literalmente até o último dia. Os pais, **Adriana** e **Olinto**, e as gêmeas, **Thayani** e **Dieniffer** não perderam nenhuma oportunidade de aproveitar o **Dores Praia Park** até que o verão terminasse.



**Inteligência em conectividade e TI** que simplificam e te ajudam a inovar o dia a dia da sua empresa



# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dorenses sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CAMPESTRE



### GINÁSIO COBERTO DE TÊNIS

Em abril, a obra do novo Ginásio de Tênis avançou muito. No início do mês, foram instaladas as estruturas metálicas para as coberturas laterais (1). Ao longo do mês, além da instalação da cobertura propriamente dita, foi iniciada a edificação das estruturas internas do ginásio (2).



### GINÁSIO COBERTO DE PÁDEL

Nos últimos meses, a obra do Ginásio de Pádel também avançou a olhos vistos. Além da cobertura superior estar pronta, também foi instalada a cobertura lateral e concretado o piso.

### CAMINHO DOS GINÁSIOS

Com a proximidade da conclusão dos ginásios, o calçamento que circunda as quadras sintéticas de tênis foi estendido. No final de abril, o trabalho estava próximo de sua conclusão.





### CALÇADÃO DO PARQUE TENÍSTICO

Como parte do mesmo trabalho de calçamento que leva aos Ginásios de Tênis e Pádel, algumas adequações foram feitas no calçadão. Inicialmente, a estátua do "Tenista" foi retirada para, posteriormente ser recolocada numa posição de maior destaque. Durante o mês de abril, a obra foi desde um estágio inicial (6) até sua quase conclusão (5).

# AQUI VOCÊ ENCONTRA

MAIS DE 22 MIL ITENS DA FUNDAÇÃO À DECORAÇÃO



MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO



FERRAGENS



LAZER



DECORAÇÃO



ACABAMENTO



Centro: Avenida Hélvio Basso, 1279  
55 3027.0700

**BELTRAME**  
materiais de construção

Camobi: RS 509, 4060 Km 06  
55 3026.5000



# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dores sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CAMPESTRE



### QUADRAS DE TÊNIS

Após alguns meses de trabalho no local, as obras de revitalização das quadras sintéticas de tênis foram concluídas. O local foi remodelado do zero, com novos piso, cobertura sintética, grades e iluminação.



### NOVO RECANTO

Em mais uma parceria com a A3 Arquitetas, o Clube Recreativo Dores está pondo em prática o projeto (8 e 9) de um novo recanto. Com um estilo um pouco diferente dos atuais, o local acompanha os novos ginásios na expansão da área menos aproveitada da Sede Campestre, próxima à portaria do bairro Tomazetti. O local escolhido fica entre as quadras de basquete e de futebol sintético e a rua que leva da portaria aos Recantos da Amizade. A primeira fase do trabalho foi a abertura de uma nova rua (10), para que a logística da construção e, posteriormente, o acesso ao recanto sejam facilitados.

11



10



### DORES PRAIA PARK

Com o encerramento da Temporada de Piscinas 2018, as equipes de revitalização começaram a trabalhar na manutenção do parque temático dorense. Devido ao desgaste natural, devido à enorme circulação de associados no local, os primeiros pontos a receber a atenção dos funcionários dorenses foram as piscinas praia e cascata. Ambas serão repintadas e, para isso, foi realizado o lixamento dos locais necessários (x e y). Assim como nas piscinas, os tobogãs estão recebendo manutenção, iniciada pela lavagem e avaliação de conservação (z).

12



CONHEÇA NOSSO MAIS NOVO FRANQUEADO COM BANDEIRA SANTA LÚCIA:

**DSL**  
POSTOS SANTA LÚCIA

**POSTO DSL SANTUÁRIO**  
Restinga Sêca

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



Distribuidora  
**Santa Lúcia**



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



# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dorenses sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CENTRAL



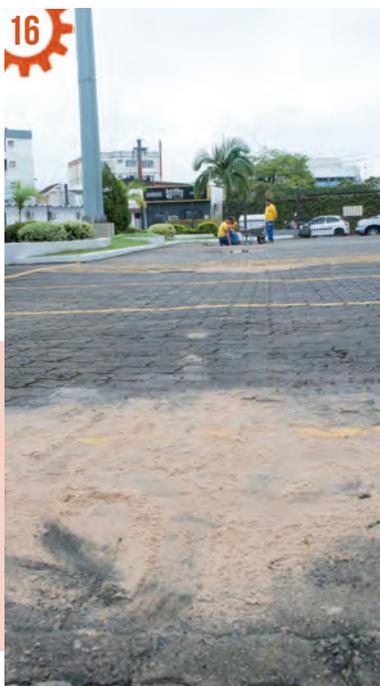
13

### CONTROLE DE ILUMINAÇÃO

Devido à forte incidência de sol nas sala de sinuca (13), foi instalada película escura nos vidros das janelas. O mesmo tratamento foi dado à sala de Spinning, que fica imediatamente acima da Secretaria de Esportes. Já na academia, na parte do pavilhão de exercícios livres, o problema foi solucionado de forma diferente. Como o sol incide diretamente sobre a sala apenas no horário da tarde, foram colocadas cortinas (14). Assim, ainda se pode aproveitar a iluminação natural no horário da manhã.



14



16

### RECANTOS DA SEDE CENTRAL

No Recanto da Bocha e do Bolão (15) e no Galpão Crioulo foram instaladas TV a cabo e canais *pay-per-view*. A benfeitoria visa o uso de ambos os espaços pelos grupos cadastrados no Clube.

### AJUSTE DO CALÇAMENTO

Na área de carga e descarga, em frente à entrada principal do Ginásio Poliesportivo, o calçamento foi ajustado. Algumas áreas precisaram ter corrigidos os desníveis, devido ao desgaste natural.

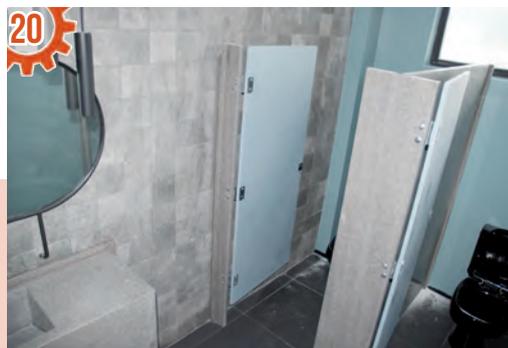


15



### ELEVADOR DO NOBRE E SANITÁRIO TÉRREO

A obra do elevador do Salão Nobre está em fase final. As equipes do Clube estão realizando os últimos ajustes na estrutura, a pedido da empresa que realizará a instalação do elevador. O andar térreo, onde está a base da estrutura, já está liberado (17) e, aproveitando o momento de reforma, foi revitalizado o sanitário do local. Na parte externa (18), foram feitos ajustes menores, como pintura, troca de azulejos e novo rejuntamento. Na parte interior (19), o sanitário foi completamente remodelado no padrão dorense, com divisórias de mármore e portas de vidro, além de outros ajustes estruturais.



### SANITÁRIOS DO SALÃO NOBRE

Na edição passada da Dorense em Revista, foi noticiada a revitalização dos sanitários do Salão Nobre. Completamente remodelados, eles foram concluídos e colocados em funcionamento ainda na primeira quinzena de abril, no jantar Baixinhos em Ação. Na segunda metade do mês, os a equipe de revitalizações concluiu o trabalho dos sanitários masculino (21) e feminino (22) do mezanino, iniciados no mês anterior.





# REVITALIZAÇÕES

Para manter o Clube Dores sempre repleto de novidades, a equipe de obras está sempre trabalhando a todo vapor. Saiba um pouco mais sobre as novas obras dorenses

## SEDE CENTRAL



### EDIFÍCIO ADMINISTRATIVO

Associados que costumam utilizar o estacionamento da Sede Central provavelmente perceberam a realização de uma obra no segundo andar do edifício (23). O local, anteriormente utilizado como arquivo, foi completamente remodelado. A nova função do aposento está relacionada à reorganização do Departamento de Obras (a qual será abordada na próxima edição da Dorenses em Revista). Modificada totalmente, a sala recebeu novo reboco, piso, pintura, iluminação, mobiliário e condicionador de ar (22). Com a realocação do arquivo, foi colocada em prática uma recomendação de colocá-lo o mais baixo possível, pois salas com grande volume de papel promovem muita pressão no piso — em outras palavras, “pesam” muito. A nova sala (24) do arquivo foi construída no segundo subsolo do estacionamento (25), o andar mais baixo do edifício.





**CONSTRUINDO**  
A VIDA COM VOCÊ.

55 3223.1999  
WWW.BKCONSTRUÇOESRS.COM.BR

gatinha.com.br



## CONHECENDO E RESPEITANDO CULTURAS

A cada ano, a Escola de Educação Infantil Doritos elabora um PPGE (Projeto Político Pedagógico da Escola) no qual aponta o norte para as ações do próximo período letivo. Em 2019, o projeto foi intitulado de “Brincar Para Descobrir e Aprender” e tem por objetivo o trabalho com as múltiplas identidades culturais brasileiras.

Através da interdisciplinaridade, a temática será desenvolvida ao longo de todo o ano letivo. Norteadas as atividades, o projeto é ponto de partida para que a comunidade escolar rompam fronteiras em busca de novos conhecimentos sobre as origens, as peculiaridades e aspectos culturais de cada região brasileira.

As formas de abordagem ao tema proposto no PPGE, conforme a Base Comum Curricular, são diversas: conviver, brincar, participar, explorar, expressar, conhecer-se e assim por diante. Busca-se, assim, interligar os diversos espaços de experiência: o eu, o outro e o nós.

Conforme a coordenadora pedagógica da Doritos, **Michelle Turra**, os pequenos terão a oportunidade de tomar conhecimento sobre a valorização

do trabalho em equipe; vivenciar e conhecer diversos tipos de danças tradicionais na cultura brasileira; reconhecer os aspectos culturais regionais; conhecer e respeitar o modo de vida de diferentes grupos sociais, entre outros. *“Os alunos terão a oportunidade estabelecer vínculos afetivos e de troca com adultos e colegas, fortalecendo a autoestima e ampliando gradativamente suas possibilidades de comunicação e interação social”*, aponta.

Independentemente da faixa etária, todos os estudantes da Doritos terão estimulados o interesse e a curiosidade quanto aos aspectos culturais brasileiros. Contudo, cada nível de desenvolvimento pressupõe uma forma diferente de abordagem, o que é especificado e explicitado através do projeto “Brincar Para Descobrir e Aprender”.



# CONSTINTA®

## ESPECIALISTA EM TINTAS

SE O ASSUNTO É TINTA,  
A CONSTINTA É ESPECIALISTA!



f /CONSTINTA

WWW.CONSTINTA.COM.BR

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

# CONSTINTA

A loja mais completa da cidade

Av. Medianeira, 1133 | (55) 3223 3030

Av. Dores, 2357 | (55) 3286 1100

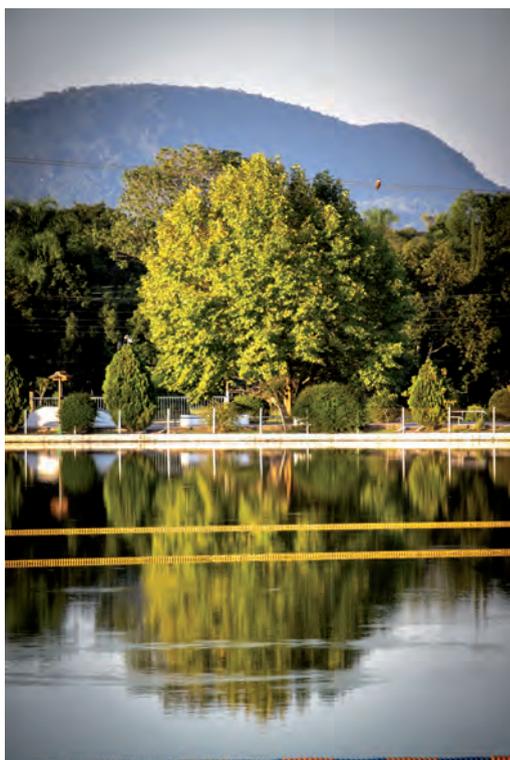
Santa Maria - RS



# OLHAR DORENSE

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

Originalmente não existiam fotografias coloridas. A arte, por definição, é composta pelas impressões do contraste entre luzes e sombras, das gradações entre preto e branco. Diferentemente do verão, extremamente iluminado, o outono é uma estação cuja oferta de luzes é mais "cênica". Variação, esta, que permite que mais "drama" seja impresso nas fotografias. Atentos ou não a estas questões, os associados dorenses enviaram seus primeiros cliques do outono na Sede Campestre do Clube Dorens. Admire!



MARCOS  
BASTIDE



LUISA  
BEVILACQUA



VANDRÉIA  
BRASIL



## CLICK DORENSE

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



FOTOS DE VIAGENS

# I LOVE CLUBE DORES



AGORA VOCÊ PODE MOSTRAR SEU AMOR AO DORES  
DE UM NOVO JEITO! FOTOGRAFE EM FRENTE  
AO BRASÃO DO CLUBE, NA SEDE CENTRAL!





## CORRENDO CLUBE AFORA

Entre as modalidades mais inclusivas do atletismo, as corridas de longa distância também figuram como algumas das mais amadas por seus praticantes. Na Academia Dores Fitness, surgiu um grupo de amigos, cujo ponto em comum era a preparação para eventos desse tipo.

Hoje, o “Mais correria” extrapola os limites do Clube Dores, apesar de ainda ser composto, em sua maioria, por associados dorenses. Além disso, mesmo realizando treinamentos “de rua”, o grupo mantém a parte de preparação muscular na academia dorense, tanto por motivos da excelente infraestrutura e atendimento quanto pelo fator afetivo.

O surgimento do grupo foi há pouco mais de um ano, pensando em participar de corridas na cidade. Devido à pouca oferta de competições na região, o grupo passou a investir em competições mais distantes. Recentemente, participaram do TTT Travessia Torres-Tramandaí, com um percurso de 82Km.



Os associados competiram na modalidade octeto, da qual participaram os dorenses Rosa Cezar, Ruti Marchezan, Ronize Lampert, Vanessa Dutra e Maurício Teixeira. Além deles, o Correria foi representado por Itamar Godoy, que completou os 82Km sozinho, conquistando o 4º lugar na categoria master.

Acima, os integrantes do Correria que participaram do 15º TTT: Rosa Cezar, Ruti Marchezan, Ronize Lampert, Vanessa Dutra, Maurício Teixeira, Carmen Dotta, Simone Sartori, Antão Teixeira e Itamar Godoy. A comissão técnica foi composta pelos dorenses Fabricio Ribeiro e Marcelo Delanoy. Ao lado, a turma posa em frente ao Clube Dores, onde tudo começou e onde realizam todos os treinamentos físicos.

# BOCHÓFILOS ENCERRAM O ÚLTIMO E MAIOR TORNEIO DO VERÃO DORENSE

Após seis emocionantes etapas, o Torneio de Verão de Bocha do Clube Recreativo Dores chegou ao seu encerramento. A final foi realizada no dia 24 de março, culminando com a vitória dos melhores entre os mais de trezentos atletas participantes.

A competição, ocorrida ao longo de todo o verão, foi realizada em formato eliminatório — o mata-mata. Sem a preocupação com tabela de pontuação, os bochófilos sabiam que cada partida valia tudo. De cada uma das etapas, duas equipes foram classificadas, somando 12 trios.

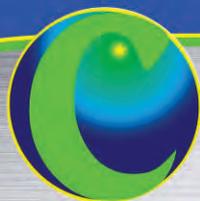
No dia 24, os jogos começaram no início da manhã e transcorreram até o final da tarde. No intervalo, o associado Roberto serviu um espetacular churrasco para o almoço dos atletas, como é de praxe nos eventos do Departamento de Bocha.

Ainda no final do dia, os campeões receberam seus troféus. Como grandes vencedores, sagraram-se Fabiano, Jandir e Ivori,

seguidos de Dinei, João Goulart e Vico, em segundo. O bronze ficou com o trio Garcia, Claudir e Ildo e o quarto lugar foi de Toniolo, Índio e Edson.

A cerimônia de premiação foi realizada pelo vice-presidente de Bocha, Gilmar Cruz Arruda. Em sua fala, agradeceu a todos os presentes, bem como a todos os mais de trezentos participantes do torneio, por manterem acesa a chama do amor ao esporte. O vice-presidente também agradeceu aos seus assessores, ao apoio da Secretaria de Esportes, por meio do estagiário Leonardo, e à presença do presidente Executivo, Cleber Ruviano, no evento.

Em uma breve fala, o presidente parabenizou a todos os envolvidos em mais este evento de sucesso. Cleber Ruviano aproveitou, ainda, para comentar com os bochófilos sobre as constantes revitalizações de canchas e arredores, sempre tendo em mente a oferta de um clube cada vez melhor para cada associado.



**Orgatec**  
Contabilidade

*Amauri J. Londero*  
CRC-RS: 38.968/O

*Michel B. Bevilacqua*  
CRC-RS: 73.248/O

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

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

Fones: |55| 3222.2733  
3225.3203 - 3226.2683

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



**Acompanhe as novidades, galeria de imagens e eventos também nas mídias digitais do Clube!**

CLUBE RECREATIVO



# GINÁSTICA PARA A TERCEIRA IDADE

Quanto mais velhos ficamos, mais importante se torna um estilo de vida ativo. Pode parecer um contrassenso mas se existe alguém que necessita de praticar exercício físico regularmente, são os idosos. Por quê? É simples: ajuda-os se a manter saudáveis, com energia, confiança e boa disposição. Saúde para dar e vender, independentemente da idade.

## 1. LUTA CONTRA A DEPRESSÃO

O exercício físico pode muito bem ser um dos melhores remédios contra a depressão, a tristeza e a falta de rumo, que afeta muitos idosos nesta fase das suas vidas. A prática regular de uma atividade física produz endorfinas, os "hormônios da felicidade", que desencadeiam sentimentos de bem-estar e autoconfiança.

## 2. MANTÉM O CÉREBRO ALERTA

Para além dos benefícios físicos, psicológicos e emocionais, o exercício físico tem uma contribuição importante em manter o cérebro dos idosos alerta e ativo. A atividade física assegura o funcionamento pleno das funções cognitivas o que, por sua vez, pode prevenir a perda de memória, a demência e até desacelerar a progressão da doença de Alzheimer. A lucidez e clareza de mente num idoso pode ainda incentivá-lo a fazer outras coisas como manter os hábitos de leitura e escrita, entre outras atividades.

## 3. MENOS DOENÇA, MAIS SAÚDE

Praticar exercício regularmente é ainda crucial para todos os idosos porque reduz o impacto das doenças crônicas e não crônicas a que podem ser suscetíveis. Alguns dos benefícios de saúde que a ginástica traz aos idosos incluem o fortalecimento do sistema imunitário e digestivo, um coração e uma tensão

arterial mais saudáveis, ossos mais fortes e resistentes. Os idosos que praticam algum tipo de atividade física têm um risco menor de virem a sofrer de osteoporose, diabetes, obesidade, doenças cardíacas, Alzheimer, câncer do cólon e da mama.

## 4. UM SONO MELHOR

A idade traz muitas vezes com ela perturbações de sono que afetam as noites dos idosos. A prática de exercício físico regular contribui substancialmente para um sono melhor, mais profundo, mais regenerador e que chega mais depressa na hora de deitar a cabeça na almofada. O resultado? Um idoso que acorda com mais energia para o seu dia a dia.

## 5. GARANTE UMA AUTOESTIMA ELEVADA

É certo e sabido que quem pratica exercício físico regularmente sente-se muito melhor com a sua imagem física e isso é importante para qualquer pessoa, independentemente da sua idade. Quem é que não gosta de se olhar ao espelho e sorrir porque aprecia a imagem que vê lá refletida? Sentirmo-nos bem conosco próprios é meio caminho andado para nos sentirmos bem com a vida e com as pessoas que nos rodeiam – e os idosos ainda têm muito que dar ao mundo!



## HORÁRIO

Terça e quinta  
8h às 9h

Idade  
A partir de 40 anos

Sala de Ginástica

“A verdade é que os idosos que praticam exercício físico de forma regular vão parecer e sentirem-se mais novos, durante mais tempo”



#### 6. MANTER O PESO IDEAL

Com o avanço da idade, o metabolismo do organismo desacelera, o que significa que se torna mais difícil o idoso assegurar o seu peso ideal. Para evitar engordar ou emagrecer em demasia, nada como o idoso manter-se ativo – o exercício físico não só acelera o metabolismo, como ajuda a criar massa muscular o que, por sua vez, contribui para queimar calorias indesejadas. Manter o peso ideal é muito importante para um idoso porque isso implica inúmeros benefícios de saúde e um bem-estar geral.

#### 7. CORPO EM FORMA

A melhor forma de combater a falta de mobilidade e aparente

fragilidade dos idosos é praticar exercício físico, que vai ajudá-los a melhorar a sua força, flexibilidade e postura, o que por sua vez vai otimizar a sua mobilidade, equilíbrio e coordenação. Com o seu corpo em forma, um idoso sentir-se-á mais capaz de levar a sua vida normal, sem medo de executar as suas próprias tarefas e com muito menos medo das quedas habitualmente associadas à terceira idade.

#### 8. UMA MAIOR INDEPENDÊNCIA

A verdade é que os idosos que praticam exercício físico de forma regular vão parecer e sentir-se mais novos, durante mais tempo. Proporcionalmente, vão manter-

se ativos durante mais tempo, o que significa que vão trocar uma vida sedentária por uma vida mais ativa e dessa forma, para além de ganharem saúde e bem-estar, vão continuar a fazer as suas coisas pelas próprias mãos – vão manter-se independentes e felizes com isso, por isso, motive o idoso da sua vida a mexer-se!

Entre as diversas possibilidades de atividades físicas oferecidas pelo Clube Recreativo Dores, há uma especialmente criada para os associados mais experientes. A Ginástica 3ª idade tem aula duas vezes por semana, nas manhãs de terças e quintas-feiras. Experimente!

# SEGURANÇA É TUDO!

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

Venâncio, esquina Liberdade - 55 3222.3333 - [comercial@manutecseg.com.br](mailto:comercial@manutecseg.com.br) - Santa Maria

**TECNOLOGIA TOTAL · PESSOAL TREINADO · VOCÊ TRANQUILO**

# O DEPARTAMENTO DE FUTEBOL DORENSE

Desde o final de 2018, o Departamento de Futebol do Clube Recreativo Dorenses vem sendo repensado. Em 2019, esta reestruturação começou a ser posta em prática. Somados às adições do ano passado, os novos associados coordenadores e colaboradores serão responsáveis pela gestão do futebol junto à Secretaria de Esportes.

Com uma equipe mais robusta na organização, o objetivo é manter os bons resultados das equipes existentes e alcançar novos títulos, com as novas equipes. Além disso, uma novidade será a estruturação de uma coordenação para o futebol sete, até então inexistente. A partir dela, os grupos já estabelecidos poderão interagir com a Secretaria de Esportes e planejar seu calendário para 2019.

## NOS CAMPOS E QUADRAS DA REGIÃO

Ainda no primeiro semestre, as equipes de futebol de campo dorenses participarão da 33ª Copa Afuvesma de Veteranos. Quase 200 associados estarão envolvidos nas disputas das categorias 40, 45, 50, 55 e 60 anos, entre atletas, dirigentes e auxiliares.

Já no futsal, as equipes possuem uma série de possibilidades ao longo de todo o ano. Entre as



**Departamento de Futebol** | Da esq. para a dir.: Rogério Ferigollo, coordenador futebol sete; Worney Mendonça, assessor especial do Departamento de Futebol; Adelar Tâmbara, coordenador futebol de campo; Tiago Lima, coordenador de Futsal.



**Coordenação futebol de campo veteranos** | Da esq. para a dir.: Rogério Ferigollo - Dorenses 40 anos; Rodrigo Fontoura, Dorenses Locomotiva 40 anos; José Antonio da Luz Medeiros e Aírton Alegranci, Dorenses Locomotiva 45; Adelar Tâmbara, coordenador futebol campo e Dorenses 55 anos; Arthur Farion, Dorenses Locomotiva 50 anos; Neri Rodrigues de Souza e Gentil Otacílio da Rosa, Dorenses 60 anos.

competições de destaque na região, os dorenses buscam realizar boas participações no Campeonato Citadino de Santa Maria e na Copa Santiago de Futsal. Além destas, o próprio Clube Dorenses é sede do maior campeonato de futsal de categorias de base — O Dorenses/Pampeiro, que, este ano, chega a sua décima quarta edição.

Nos gramados, naturais ou sintéticos, ou nas quadras, o Clube Dorenses fará muita bola rolar. Com a nova estruturação do Departamento de Futebol, bons resultados são esperados, mas uma coisa é certa: independentemente dos resultados, ganham o esporte e o companheirismo.

### Também atuam como colaboradores:

Gustavo Tochetto – Dorenses 40 anos  
 Luciano Pereira – Dorenses Locomotiva 40 anos  
 Eriuelto Hernandes – Dorenses Locomotiva 50 anos  
 Eduardo Barrichello – Dorenses 55  
 Roberto Bisogno – presidente do grupo Locomotiva  
 Elton Cervo – colaborador do futsal  
 Umberto Pereira De Lima – colaborador do futsal  
 Giovani Martini – colaborador futebol sete



# LAÇOS DE AMIZADE REALIZA ENCONTRO

O grupo de associado Laços de Amizade realizou seu primeiro evento do ano no dia 29 de março, O chá, realizado no Galpão Crioulo, foi uma oportunidade dos integrantes reunirem-se e deliberarem sobre o calendário da turma para o restante do ano.

Na confraternização, os associados decidiram que o primeiro evento aberto do grupo será o tradicional chá em homenagem ao mês das mães. A previsão de realização do evento foi estipulada para o dia 9 de maio, numa quinta-feira.

Participaram da reunião o presidente do grupo, **João Morales**, a vice-presidente, **Alice Vargas**, a rainha do grupo, **Sandra Regina**, e diversos membros da turma. Como de hábito, o grupo foi acompanhado pela funcionária **Luiza Peixe**, professora de dança do Clube.



O grupo Laços de Amizade realizou sua primeira reunião do ano, discutindo o calendário de atividades para o ano de 2019.

procurou? tá no **guiacidade**



**32906000**  
www.guiacidade.com.br



## Serviço de Informações

Uma central de informações gratuita garante ao consumidor segurança e agilidade nas consultas. **3290-6000**



## Guia Impresso

Guia Impresso de vigência anual com distribuição gratuita dirigida ao comércio, profissionais liberais e prestadores de serviço.



## Guia Mobile

Acessando **m.guiacidade.com.br** do seu celular ou tablet é possível acessar todas as informações de maneira fácil e com discagem rápida.



## Guia OnLine

O Guia OnLine é um site dinâmico e atualizado diariamente que disponibiliza o acesso a mais de 200.000 cadastros no: **www.guiacidade.com.br**



No final de janeiro, o Clube Recreativo Dores sediou a quarta edição do Torneio Merendão de Duplas. O evento homenageia o tenista dorense **Marco Zillig**, falecido em 2015.

Com excelente participação por parte dos tenistas, o Merendão reuniu 40 competidores, divididos em 20 duplas. Entre os dias 24 e 27, os dorenses disputaram o título nas duas categorias do torneio. Além de um teste de habilidade, os jogos exigiram muito da resistência física dos atletas, uma vez que o sol forte e calor foram uma constante, ao longo dos três dias.

Ao final das competições, ainda no dia 27, foram realizadas as premiações do IV Torneio Merendão de Duplas. Para realizar a entrega dos troféus, esteve presente o vice-presidente de Tênis do Clube Dores, **Ricardo Dal Ponte**, além de familiares e amigos do tenista homenageado.

Na categoria A, os vencedores foram os tenistas **Antônio Largura** e **Antônio Mortari**. Já na categoria B, o ouro foi conquistado por **Juliano Costa** e **Alexandre Gelain**.

Conforme a professora



CATEGORIA A

Campeões: Antônio Largura e Antônio Mortari

Vice-campeões: Edson Silva e Osmar Dri



CATEGORIA B

Campeões: Juliano Costa e Alexandre Gelain

Vice-campeões: Nilton Oliveira e Luiz Francisco

de tênis dorense, **Juliana Appel Mortari**, o encerramento foi coroado com uma grande confraternização entre todos os participantes. O cardápio foi churrasco e a animação ficou por conta da já tradicional roda de samba.



wellness especial

# mães



**25** | **15h**  
MAIO | SALÃO  
NOBRE

CLASSIFICAÇÃO:  
**15 ANOS**

INSCRIÇÕES NA  
SEC. DE ESPORTES

**VAGAS LIMITADAS**



*ginástica*

*bike indoor*  
*e mais!*

# É DADA A LARGADA DO CIRCUITO DE TÊNIS DO CLUBE DORES

Na última semana de março, foi realizado o primeiro evento do calendário anual oficial do Departamento de Tênis do Clube Dorenses — o Torneio de Abertura da Temporada 2019. Entre os dias 25 e 31, aproximadamente 80 tenistas entraram em quadra no parque tenístico da Sede Campestre para mostrar suas habilidades.

De acordo com a professora de tênis do Clube, **Juliana Appel Mortari**, o primeiro torneio oficial tem por objetivo a realização de um nivelamento entre os tenistas dorenses. De acordo com suas idades e níveis técnicos,

os atletas foram divididos da melhor forma possível entre as seis categorias oferecidas.

Ao final da competição, levantaram os troféus de vencedores: **Antônio Largura**, na categoria A; **João Gustavo Kraetzig**, na categoria B; **Alan Preigschadt**, na categoria C; **André Chagas Jr.**, na categoria D; **Waldomiro Aita Jr.**, na categoria Sênior B; e **Juliano Costa**, na categoria Sênior C.

Como competição de nivelamento, o Torneio de Abertura da Temporada 2019 ainda não faz parte da disputa do



#### **Categoria A:**

Campeão: Antonio Largura (esq.)

Vice-campeão: Thiago Schmitt (dir.)



O vice-presidente de Tênis, e a professora de tênis, Juliana Appel Mortari, realizaram a entrega dos troféus do torneio de abertura.

#### **Categoria B:**

Campeão: João Gustavo Kraetzig (dir.)

Vice-campeão: Fabrício Zanatta (esq.)



#### **Categoria C:**

Campeão: Alan Preigschadt (dir.)

Vice-campeão: Daniel Rangel (esq.)

**Categoria D:**

Campeão: André Chagas Jr. (esq.)  
Vice-campeão: Ricardo Guerra (dir.)

**Categoria Sênior B:**

Campeão: Waldomiro Aita Jr. (dir.)  
Vice-campeão: Edson Silva (esq.)

**Categoria Sênior C:**

Campeão: Juliano Costa (dir.)  
Vice-campeão: Cleito Puerari (esq.)



Ranking anual. A partir da próxima competição, cada resultado obtido pelos tenistas em eventos do Clube contará pontos para o Ranking 2019 de Tênis. Ao final do ano, os melhores colocados na competição serão premiados.

O ranqueamento interno também

abre as portas para a última competição do calendário do Departamento de Tênis do Clube Recreativo Dorenses. Aqueles atletas que conseguirem os resultados mais consistentes durante as etapas do Ranking conquistarão vaga para o Master.

Prepare sua raquete e mantenha os treinos em dia, pois um ano animadíssimo de muito esporte começou!



# DIEGO FURLAN

## REFORMAS

Reparos domésticos, dentre outros serviços.

**CONFIRA!**

- REFORMAS EM GERAL
- CONSTRUÇÃO
- SERVIÇOS ELÉTRICOS E HIDRÁULICOS
- SERVIÇOS DE PEDREIRO E PINTURA

**Fornecemos  
todo material  
necessário**

Contatos:  9 9198 5369 (55) 3027 1988  
9 9615 1055 (55) 3033 0888

**Aceitamos cartões**

# QUEBRANDO O TABU DO BALLET MASCULINO

A dança é uma atividade praticada tanto por mulheres quanto por homens. Porém, é fácil notar que estilos como o ballet masculino sofrem com o preconceito, causado pelo desconhecimento de uma parte da sociedade.

Por isso, a presença de homens no ballet é um assunto que precisa de debate. Neste artigo, busca-se mostrar um pouco da importância dos bailarinos ao longo da história, discutir os desafios dos dançarinos e entender os benefícios da prática.

## BALLET: NO COMEÇO, SÓ PARA HOMENS

Para quem acha que *“ballet é coisa de menina”*, um pouco de história pode fazer muito bem. O ballet clássico surgiu nas cortes italianas por volta do século 15, criado por homens e praticado apenas por eles. As mulheres só apareceram na dança em 1681.

Mesmo depois que as mulheres passaram a ser aceitas nas academias de ballet, os homens mantiveram o papel de destaque. Um dos motivos é que as bailarinas eram obrigadas a usar roupas longas e pesadas, que dificultavam o movimento.

## MUDANÇAS

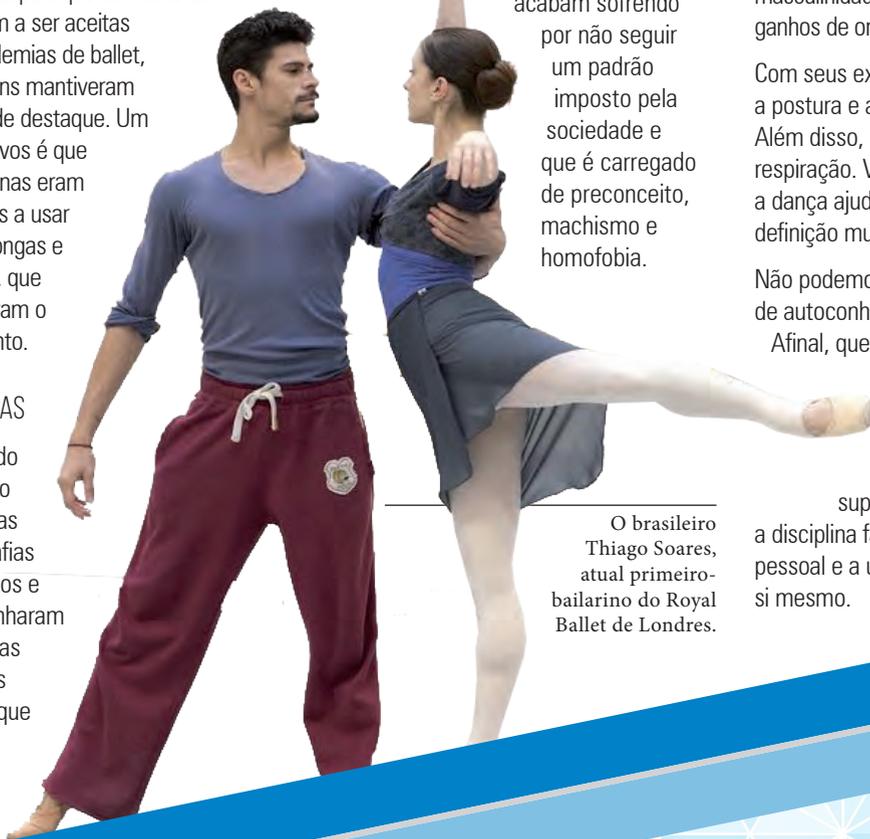
A partir do momento em que as coreografias com saltos e giros ganharam espaço, as mulheres tiveram que buscar uma

solução para aparecer mais. A bailarina belga Marie Ann Cupis encurtou suas saias e baixou os saltos de seus sapatos a fim de desenvolver melhor os passos, revolucionando o ballet.

Ao longo do Romantismo, no século 19, as mulheres ganharam destaque na dança, em histórias que as colocavam como o ideal do amor. Assim, a figura da bailarina como um ícone da delicadeza, da suavidade e do mistério se consolidou — e passou a definir o modo como encaramos o próprio ballet de maneira geral.

Esse imaginário contrasta com um ideal de masculinidade que ganhou força nos séculos 19 e 20 e tem como alguns de seus valores a heterossexualidade, a virilidade, a rigidez e mesmo a

brutalidade. Logo, até hoje, homens que praticam ballet acabam sofrendo por não seguir um padrão imposto pela sociedade e que é carregado de preconceito, machismo e homofobia.



O brasileiro Thiago Soares, atual primeiro-bailarino do Royal Ballet de Londres.

## UMA ARTE PARA TODOS

Ballet não tem nada a ver com gênero, sexualidade, etnia ou nacionalidade: é uma arte universal, que pode ser praticada e apreciada por qualquer um. Por isso, defender que não se trata de algo para homens é uma visão nociva, que causa dificuldades para os profissionais e pode constranger os jovens que desejam entrar para a dança.

A participação de dançarinos de alto nível é fundamental para o ballet de qualidade. Tanto é que, ao longo da história, vários homens se destacaram e foram reconhecidos, como o brasileiro **Thiago Soares**, atual primeiro-bailarino do Royal Ballet de Londres.

## BENEFÍCIOS DO BALLET MASCULINO

O ballet traz diversos benefícios para os homens que o praticam. Além de ajudar a desconstruir uma visão deturpada da masculinidade, o estilo oferece vários ganhos de ordem física e mental.

Com seus exercícios, o ballet melhora a postura e a elasticidade do corpo. Além disso, aperfeiçoa o controle da respiração. Vale destacar também que a dança ajuda no emagrecimento e na definição muscular.

Não podemos nos esquecer dos ganhos de autoconhecimento e autoestima.

Afinal, quem pratica ballet passa a conhecer melhor o próprio corpo, a descobrir as próprias limitações e como superá-las. Assim, o treino e a disciplina favorecem o crescimento pessoal e a uma maior confiança em si mesmo.

# CAMPANHA DO AGASALHO, PARTICIPE!

Todos os anos a solidariedade do associado dorense ajuda a tornar mais confortável a vida de quem mais necessita. A cada inverno, com as doações de roupas quentes e cobertores, o Clube Dorenses ajuda entidades de toda Santa Maria a aliviarem as dificuldades da população mais pobre.

A doação de agasalhos, além de ajudar a organizar armários e ainda aquecer quem precisa, também é um exercício de solidariedade e cidadania, que faz bem tanto para quem recebe quanto para quem doa. Todo mundo tem aquele casquinho velho, mas inteirinho, que não usa mais. Aquela meia de lã verde limão com bolinhas cor de rosa — “Alguém usa isso hoje em dia?” — pode muito bem esquentar os pés de quem se importa mais com o frio do que com a aparência da roupa.

A caixa de doações está disponível durante todo o período de funcionamento da Sede Central e ficará lá até o final do



A caixa com os agasalhos fica ao lado dos guichês de entrada, na Sede Central do Clube Recreativo Dorenses.

inverno. Faça sua parte e mostre que o Clube Dorenses é grande, porque é grande o espírito de seus associados!

Sua entidade precisa de agasalhos?

Se sua entidade tiver interesse em receber as doações feitas pelos associados do Clube Dorenses, entre em contato com o setor de Eventos pelo telefone (55)2103.2835.

WPB

Para **abrir caminhos**, é preciso ir fundo. O serviço de escavações abre os caminhos da **Brita Pinhal**.

**BRITA PINHAL**

COMÉRCIO DE BRITAS • USINA DE ASFALTO  
SANEAMENTO • MUROS DE CONTENÇÃO • PONTES  
PAVIMENTAÇÃO • ESCAVAÇÃO • TERRAPLANAGEM

# HANDEBOL RETORNA AO CLUBE DORES

Um dos pedidos mais frequentes dos jovens dorenses adeptos do esporte é a criação de turmas de handebol. A maior parte deles não tem como lembrar, mas o Clube Dorenses já ofereceu turmas do esporte. A boa notícia é: depois de quase 20 anos de hiato, o handebol volta à lista de esportes das escolinhas dorenses.

O mérito do retorno do esporte, conta a gerente de Esportes, **Adriana Corrêa**, é da própria garotada. *“No ano passado, o pessoal, de 13 a 15 anos, sempre pedia bola de handebol para jogar nas quadras. Compramos algumas e a garotada aderiu. Na época do projeto verão, resolvemos experimentar oferecer a modalidade e deu certo”*, conta.

A título de teste, foi oferecida apenas uma turma de handebol, no Projeto Verão 2019. Para a satisfação da organização, a recepção por parte dos associados foi excelente e a turma lotou rapidamente.

Como a lista de entusiastas pelo esporte cresceu e o interesse se consolidou, a Secretaria de Esportes organizou duas novas turmas para o ano de 2019.

## HANDEBOL NO BRASIL

Apesar da pouca visibilidade na mídia tradicional, o handebol é um esporte muito apreciado. Mesmo não figurando entre os desportos mais praticado no Brasil, o país é o 5º com mais adeptos da modalidade em todo o mundo.

Nas escolas de Ensino Fundamental e Médio, o handebol tem papel significativo na formação em Educação Física. Apenas atrás do futsal, o esporte é o segundo mais praticado no ensino regular. De certa forma, este dado explica o contexto que trouxe a modalidade de volta ao Dorenses, pois foram justamente os associados em idade escolar os mais interessados.

## UM ESPORTE COM HISTÓRIA E RESULTADOS

A história do handebol surgiu no Brasil após a 1ª Guerra Mundial, trazido por imigrantes alemães que vieram ao país estabelecendo-se na região sul por conta das

semelhanças climáticas. A rápida expansão do esporte pelo território nacional, a partir da década de 1960, fez com que em 1979 fosse criada a Confederação Brasileira de Handebol.

Em 1991, as Seleções Brasileiras Masculina e Feminina, participam pela primeira vez dos Campeonatos Mundiais Juniores, respectivamente na Grécia e na França. Já no ano seguinte, a Seleção Brasileira Masculina participa pela primeira vez dos Jogos Olímpicos. A seleção Feminina só iria participar pela primeira vez dos Jogos Olímpicos na edição de 2000, em Sydney. Atualmente, as seleções masculina e feminina ocupam, respectivamente, o

27º e 16º lugares do ranking mundial.

## HORÁRIOS

**Handebol Feminino**  
segundas e quartas  
às 14h, na Quadra A

**Handebol Masculino**  
segundas e quartas  
às 15h, na Quadra A



# CARATECAS DORENSES NOS TATAMES

No dia 13 de abril, os caratecas dorenses visitaram a academia Dojo X, para a disputa do torneio da Associação Karate Sul. A Karate Sul é a entidade na qual o Clube Dores é filiado para assuntos desta arte marcial.

Representando o Clube Recreativo Dores, cinco adeptos do karate subiram aos tatames da competição. Ao todo, conquistaram três medalhas de bronze, mostrando que a prática da arte marcial está se solidificando.

Segundo o professor dorense, **Andrei Rolim**, a participação dos cinco dorenses representa também todos os colegas que não puderam competir. *"Nossa qualidade técnica está crescendo cada vez mais e sei o potencial dos alunos que tenho. E eles podem ir muito mais além. Esta competição serviu para termos uma ideia o que precisamos melhor para competição grandes como o campeonato estadual, campeonato brasileiro e o Dores Open, competição de peso para qualquer karateca"*, avaliou o professor.

Um dos pontos mais positivos do torneio, contudo, nada teve a ver com resultados e medalhas. O professor Andrei destacou a presença de pais e familiares dos atletas na torcida. *"Isso é muito importante, quanto um atleta tem o apoio da família e eles o acompanham nas competições"*, ressaltou.



O carateca dorense Bernardo Vargas da Silva mostrou suas habilidades na competição de Kata, na categoria Sub 8.



Lucas Marchesan da Silva competiu nas categorias Kata Cadete e Júnior e garantiu o bronze.



No Kata Sub 8, o associado Bernardo Vargas da Silva conquistou o terceiro lugar.



Os dorenses João Gabriel Pires Correa e Nicolas Betat Basilio ganharam medalhas de participação em Kata Sub 14.



Na categoria Kata Sênior Open, o instrutor dorense, Andrei Rolim, participou e levou o bronze.



# PÁSCOA ANIMADA CLUBE DORES

Uma das datas favoritas da garotada dorense é o domingo de Páscoa. Nesta data, o Departamento de Lazer sempre organiza um dia inteiro de atividades para toda a família, com direito a chegada do coelhinho e muito mais.

Desde o início da tarde, cada família de associados foi recepcionada com muita alegria pelas Rainhas de Festas adulta, **Giovanna Fighera**, e infantil, **Giulia Zampieri**, além das equipes dos Departamentos de Lazer e Eventos. Também participou da recepção a nova Rainha de Festas infantil, **Bibiana Cardoso**, que tomaria posse na semana seguinte. Logo na chegada, as primeiras trezentas crianças receberam um brinde muito especial: um boné fofofíssimo do evento com orelhas de coelho!

## LAZER PARA A FAMÍLIA

É de conhecimento geral dos dorenses que, em eventos como os realizados

na Páscoa, no Natal e outras datas comemorativas, ninguém fica de fora da diversão. Para isso, uma série de atividades foi preparada, começando pela mateada, realizada em parceria com a **Ervateira Vier**, e o Happy Hour, com **Patrick Cortez**.

Apenas com os brinquedos montados em frente ao Restaurante do Lago, a alegria dos pequenos estava garantida. Contudo, além dos brinquedos infláveis, da cama elástica e do touro mecânico, a garotada também ganhou pintura facial de coelhinho, para entrar ainda mais no clima da data.

Páscoa sem doces já não é mais a mesma coisa. Por isso, a organização do evento garantiu a distribuição de kits (em forma de cenoura!) com guloseimas para a criançada.

Enquanto os maxilares dos pequenos dorenses trabalhavam, os olhos se encantavam com as apresentações



Acima, uma pequena dorense curte seu boné comemorativo. No topo, momentos do Coelho da Páscoa com a garotada; da mateada com a **Ervateira Vier**; da distribuição de doces, com as equipes dos Departamentos de Eventos e de Lazer; e da Rainha de Festas adulta, **Giovanna Negrini**, entregando os bonés para as crianças que chegavam pela portaria da CTG.



À lado, a apresentação das meninas da Dance One Clube Recreativo Dorens. Abaixo, à esquerda, o Happy Hour. Logo à direita, a apresentação da invernada mirim do Departamento Tradicionalista Querência das Dorens.

no palco. As turmas do baby class e do ballet infantil da Companhia Dance One Clube Recreativo Dorens realizaram coreografias temáticas de Páscoa, seguidas de uma apresentação da invernada mirim do Departamento Tradicionalista Querência das Dorens.

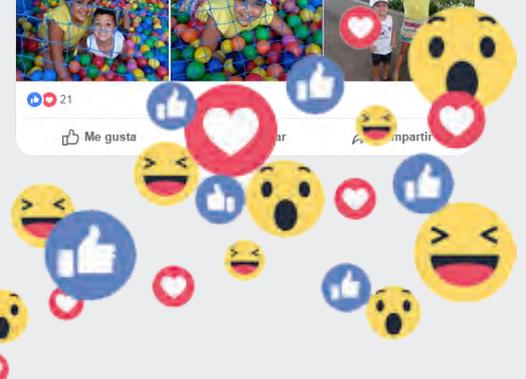
### FABRICANDO RECORDAÇÕES

O grande momento da Páscoa Animada 2019 aconteceu no final da tarde. Recebido com muito carinho e alegria, o Coelho da Páscoa brincou com os pequenos dorenses e posou para muitas fotos.

Sempre presente, o casal presidente do Clube Dorens, Ana e Cleber Ruviano prestigiaram o evento e agradeceram à adesão massiva dos associados. Para o presidente, é muito importante que o Clube Dorens promova atividades que mantenham as famílias dorenses unidas.

## #pascoanimadaclubedores no Facebook

Ainda no domingo, os associados já estavam publicando seus momentos no evento. E você, participou do evento? Compartilhe suas recordações com a hashtag #pascoanimadaclubedores ou envie para a Dorens em Revista pelo e-mail [revista@clubedores.com.br](mailto:revista@clubedores.com.br).



# ATIVIDADES ESPORTIVAS

## VENHA PRATICAR NO DORENS

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



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



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

## ATESTADO MÉDICO É A SUA SEGURANÇA



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

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

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

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

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

### MEU ATESTADO VENCEU, E AGORA?

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

# ATIVIDADES ESPORTIVAS

## VENHA PRATICAR NO DORES

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



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

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



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

## LUTAS



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



## NATAÇÃO

## HIDROGINÁSTICA

14 anos +

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

## TURMAS

6 meses a 2 anos

2 a 4 anos

5 a 8 anos

9 anos +

Adulta

Horários variados, consulte junto à Secretaria.

# HIIT | TREINAMENTO INTERVALADO DE ALTA INTENSIDADE | TERÇAS E QUINTAS ÀS 16h30min

O HIIT atualmente é uma das melhores alternativas para quem busca emagrecimento.

A primeira de suas vantagens é o grande consumo de oxigênio. O corpo demora horas para voltar ao normal (processo de homeostase) e, durante esse período, o metabolismo continua acelerado. Dessa forma, o gasto de calorias continua bastante acima do normal nas 48 horas seguintes à aula.

O HIIT é um conjunto de exercícios realizados de forma acelerada com momentos de descanso curtos ou moderados. A aula tem duração máxima de 30 minutos com aquecimento e alongamento.

A prática do HIIT acelera o metabolismo e aumenta a queima de gordura, uma proposta irrecusável para aqueles que querem ver transformações em curto prazo. Mesmo a duração curta da aula é uma excelente pedida para aquelas pessoas que possuem uma rotina corrida e pouco tempo livre.

Gostou da ideia? Quer experimentar? As aulas são nas terças e quintas-feiras, das 16h30min às 17h. Para mais informações ou fazer a inscrição, basta dirigir-se à Secretaria, na Sede Central.

*Lembre-se que todas as atividades esportivas do Clube requerem um atestado médico, que libere o associado para a prática.*



# ATIVIDADES ESPORTIVAS

## VENHA PRATICAR NO DORES

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



# MUSCULAÇÃO



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

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



# PILATES



PARA QUEM **VIVE**  
O **ESPORTE**

O CORPO  
NÃO PODE  
**ESFRIAR.**



**Jaqueta  
Fila  
Square  
R\$189**



**Agasalho  
Fila  
Emboss  
R\$319**



**Agasalho  
Penalty  
Digital  
R\$259**

**Agasalho  
Penalty  
Digital  
R\$249**



**UNIFORMES  
OFICIAIS DO  
GRÊMIO.**

**Jaqueta  
Umbro  
Grêmio  
R\$459**



**Jaqueta  
Umbro  
Grêmio  
Viagem  
R\$339**



**Calça  
Umbro  
Grêmio  
R\$229**



No calçadão de Santa Maria, 1333 ☎ 3225.2200

# INFORMAÇÕES AOS ASSOCIADOS

## HORÁRIOS

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

## VALOR DA MENSALIDADE

Categorias	Idade	Valor a partir de 11/6
Efetivo A	< 21 anos	87,50
Efetivo B	> = 21, <24 anos	131,25
Efetivo C	> =24, <70 s/depend.	175,00
Efetivo D	> =70 anos	131,25
Efetivo E	> = 24, <70 anos c/dep.	262,50
Individual A	< 21 anos	87,50
Individual B	> = 21, <24 anos	131,25
Individual C	> =24, <70 anos	175,00
Individual D	> = 70 anos	131,25
Patrimonial A	< 21 anos	87,50
Patrimonial B	> = 21, <24 anos	131,25
Patrimonial C	> =24, <70 anos	175,00
Patrimonial D	> =70 anos	87,50
Patrimonial A/N	dois títulos	87,50
Patrimonial Especial A	< 21 anos	87,50
Patrimonial Especial B	> = 21, <24 anos	131,25
Patrimonial Especial C	> =24, <70 anos	175,00
Patrimonial Especial D	> = 70 anos	87,50
Taxa de dependente		21,00

- Todas as mensalidades/taxas são cobradas com valor atualizado;
- **Dia de vencimento das mensalidades/atividades: 10 de cada mês;**
- Bancos conveniados para débito em conta: Banco do Brasil, Banrisul, Santander, Sicredi, Itaú, Bradesco, Caixa Federal;
- **Autorização/cancelamento de débito em conta deve ser realizado até dia 3 de cada mês;**
- Estacionamento: 6 horas, R\$ 2,00 para associado e R\$15,00 para não-associado; mensal, apenas para associado, R\$ 30,00;
- **Taxa da piscina térmica com exame médico dermatológico R\$12,00 (com validade de 30 dias), R\$24,00 (com validade de 60 dias), R\$36,00 (com validade de 90 dias);**
- Dentro das dependências do Clube, portar sempre a carteira social em dia;
- **Proibido entrar com animais nas sedes do Clube;**
- Ao encerrar atividades como academia, natação e/ou qualquer escolinha, solicite, imediatamente, o cancelamento da matrícula na secretaria;
- **Mantenha seus dados atualizados por meio do [www.clubedores.com.br](http://www.clubedores.com.br) (Área exclusiva para Associados). Caso não consiga acessar, envie para [secretaria@clubedores.com.br](mailto:secretaria@clubedores.com.br);**
- Em caso de perda da carteira social, comunique, imediatamente, a secretaria;
- **Sugestões, dúvidas, reclamações: [ouvidoria@clubedores.com.br](mailto:ouvidoria@clubedores.com.br).**

SOLUÇÕES E CONSULTORIA DE  
GERENCIAMENTO DE ENERGIA

# MERCADO LIVRE DE ENERGIA

LIBERDADE DE ESCOLHA  
REDUÇÃO DE CUSTOS  
PREVISIBILIDADE

 **Ludfor**

[www.ludfor.com.br](http://www.ludfor.com.br)

 LudforEnergia  ludforenergia

# T-Cross

Faça o test drive  
e surpreenda-se!

Agende:  
55 3220.6000



Design



Conectividade



Diferenciais



Performance



Conforto

📞 55 3220.6000   📍 Rua Serafim Valandro, 1133  
🌐 [www.pampeiro.com.br](http://www.pampeiro.com.br)   📱 PampeiroSa   📧 [pampeiro.sa](mailto:pampeiro.sa)

**Pampeiro** 