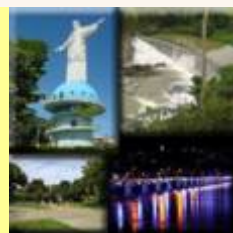




RUGIDO VIRTUAL DO LIONS CLUBE COLATINA CENTRO



Ano I – Nº 08 – Publicação Mensal - Novembro de 2015

A Força de ser LIONS



Ser LIONS de coração e de razão é um desafio que hoje se impõe a todos quantos, de uma maneira ou doutra, estão ligados ao leonismo e o sentem como parte importante da sua vida, como instrumento de serviço e ao serviço dos que precisam, como forma de estar em favor da igualdade de oportunidades e da justiça social. Os problemas das pessoas são grandes, o mundo tende a ser cada vez mais injusto, o bem estar social parece cada vez mais longe.

Assim, para quem é LIONS, faz todo o sentido repensar estratégias e procurar novos caminhos de atuação. Faz, também, todo o sentido fortalecer o entusiasmo e cimentar bases para que os novos tempos tragam mais vitalidade e assegurem a concretização mais pura do código de ética que tantas vezes é lido nas nossas reuniões de trabalho e de convívio.

A nossa atividade leonística no presente ano terá em conta o lema do nosso Presidente Internacional, Dr. Jitsuhiro Yamada – DIGNIDADE, HARMONIA, HUMANIDADE – e centrar-se-á na concretização das suas ideias mestras: melhoria do ambiente para que vivamos em meio saudável; distribuição de alimentos para que não tenham fome as populações necessitadas; melhoria das condições de vida das crianças em todos os seus domínios; combate em favor de boa e adequada visão, com destaque para a luta contra a diabetes. A elas acrescentaremos o aumento das colheitas de sangue, procurando generaliza-las a todos os Clubes, atividade de longa tradição no leonismo e de extrema necessidade nas instituições de saúde.

O aumento do número de sócios é uma das atividades de maior importância e empenho, dando continuidade ao trabalho de excelência realizado no ano Leonístico. Esse aumento deverá ocorrer em cada Clube e, também, através da criação de novos Clubes em centros urbanos onde a densidade populacional e as necessidades das pessoas o justifiquem. Crescer é, pois, um objetivo, mas não uma obsessão, porquanto nunca esqueceremos a sustentabilidade e progresso dos novos sócios e Clubes através de uma formação adequada e de boa liderança.

O trabalho é um instrumento de dignidade, harmonia e humanidade. É também uma forma de fazer Amigos. É meu forte desejo que sejamos cada vez mais Amigos através do trabalho leonístico que formos capazes de realizar. Ser LIONS é Servir, nunca servir-se.

CC Carlos Lopes

Projeto Visão

O Lions Clube Colatina Centro, por intermédio dos Companheiros Anadir, Armenio, Gustavo, Joventino e Vandeson, com ajuda da Raquel, Técnica de Enfermagem da Unidade Básica de Saúde de Jardim Planalto, deu continuidade ao Projeto Visão, no período de 21 a 23 de outubro, junto aos alunos da Escola Lions Club de Colatina, no Bairro Moacir Brotas.

Em um universo de 353 alunos matriculados, foi aplicado o teste de acuidade visual em 325, dentre os quais, 65 acusaram alguma dificuldade na visão, desses, 26 com grau de dificuldade elevadíssimo.

As fichas de encaminhamento para marcação das consultas já estão com a Enfermeira Romaiane, da UBS de Jardim Planalto, que está com o compromisso de encaminhá-los ao Oftalmologista.

Os alunos que necessitarem do uso de óculos, serão encaminhados à Otica. O LC Colatina Centro cobrirá as despesas daqueles que não tiverem recursos para efetuar o pagamento. Garantir a conclusão de todo o processo é o ponto forte do Projeto Visão.



Pedalando com a família & Outubro Rosa

O 7º Passeio Ciclístico foi uma ação promocional de caráter festivo que uniu as famílias para celebrar a vida e que faz parte do calendário de eventos do Lions Clube de Colatina Centro e da Fundação Castelo Branco.

Nas cidades, as pessoas, procuram lazer e entretenimento seja passeando, caminhando ou pedalando.

O passeio ciclístico foi mais uma das formas descontraídas e divertidas de praticar exercícios físicos ao ar livre, e envolveu crianças, adolescentes e adultos, enfim, toda família.

Bicicleta representa harmonia, felicidade, convívio. Dentro do roteiro estabelecido pela organização, as crianças e suas famílias praticaram ciclismo, num clima de muita descontração. No final do percurso, houve sorteio de brindes, pipoca, pula-pula e discurso das representantes do movimento pela prevenção do câncer de mama. A representante da associação do pedal, Gil falou ainda sobre segurança e uso da bicicleta no trânsito.

Pretendemos repetir a parceria com a Associação do Bem Viver, instituição Colatinense que faz belo trabalho de conscientização das mulheres para prevenir o câncer de mama, o passeio ciclístico abordou o tema em todo percurso.

História do Outubro Rosa

O movimento popular internacionalmente conhecido como Outubro Rosa é comemorado em todo o mundo. O nome remete à cor do laço rosa que simboliza, mundialmente, a luta contra o câncer de mama e estimula a participação da população, empresas e entidades. Este movimento começou nos Estados Unidos, onde vários Estados tinham ações isoladas referente ao câncer de mama e ou mamografia no mês de outubro, posteriormente com a aprovação do Congresso Americano o mês de Outubro se tornou o mês nacional (americano) de prevenção do câncer de mama.

A história do Outubro Rosa remonta à última década do século 20, quando o laço cor-de-rosa, foi lançado pela Fundação Susan G. Komen for the Cure e distribuído aos participantes da primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York, em 1990 e, desde então, promovida anualmente na cidade (www.komen.org).

Em 1997, entidades das cidades de Yuba e Lodi nos Estados Unidos, começaram efetivamente a comemorar e fomentar ações voltadas a prevenção do câncer de mama, denominando como Outubro Rosa. Todas ações eram e são até hoje direcionadas a conscientização da prevenção pelo diagnóstico precoce. Para sensibilizar a população inicialmente as cidades se enfeitavam com os laços rosas, principalmente nos locais públicos, depois surgiram outras ações como corridas, desfile de modas com sobreviventes (de câncer de mama), partidas de boliche e etc. (www.pink-october.org). A ação de iluminar de rosa monumentos, prédios públicos, pontes, teatros e etc. surgiu posteriormente, e não há uma informação oficial, de como, quando e onde foi efetuada a primeira iluminação. O importante é que foi uma forma prática para que o Outubro Rosa tivesse uma expansão cada vez mais abrangente para a população e que, principalmente, pudesse ser replicada em qualquer lugar, bastando apenas adequar a iluminação já existente.

A popularidade do Outubro Rosa alcançou o mundo de forma bonita, elegante e feminina, motivando e unindo diversos povos em torno de tão nobre causa. Isso faz que a iluminação em rosa assuma importante papel, pois tornou-se uma leitura visual, compreendida em qualquer lugar no mundo.



TOQUE-SE - A prevenção está em suas mãos.





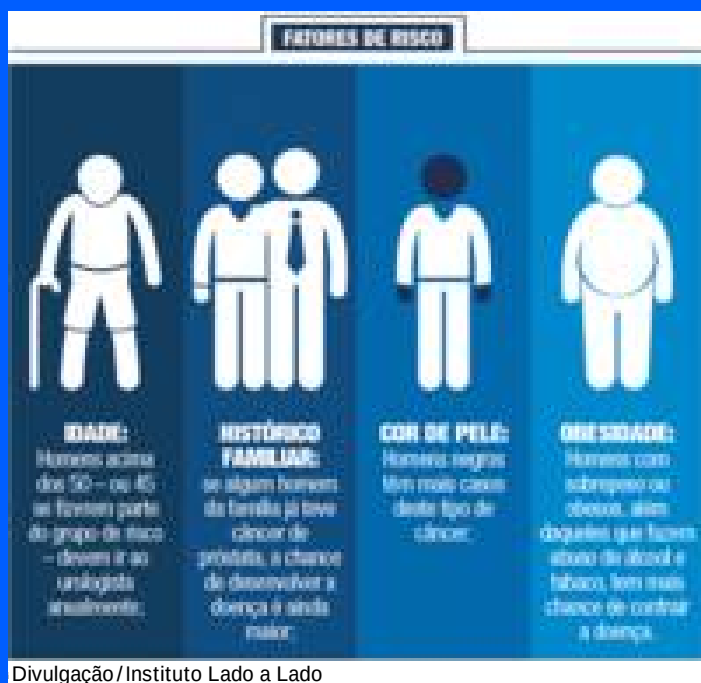
Baile de Gala - 50 anos de Lions Clube Colatina Centro



O Clube irá comemorar seu aniversário no dia 14 de novembro no Cerimonial Simonassi. Os Leões irão confraternizar com a sociedade e os "Amigos do Lions" seu jubileu de ouro.

Foram 50 anos de bons serviços prestados à sociedade colatinense.





O Lions Colatina Centro abordará neste mês o Novembro Azul a Campanha que conscientiza homens para prevenção do câncer de próstata.

No Brasil, doença é uma das principais causas de mortes entre os homens.

Depois de o mês de outubro ser marcado pela campanha de mobilização para prevenção do câncer de mama, conhecida como Outubro Rosa, agora é a vez dos homens. O mês de novembro é internacionalmente dedicado às ações relacionadas ao câncer de próstata e à saúde do homem. O mês foi escolhido pois dia 17 é o Dia Mundial de Combate ao Câncer de Próstata.

O câncer de próstata é o sexto tipo mais comum no mundo e o de maior incidência nos homens. As taxas da manifestação da doença são cerca de seis vezes maiores nos países desenvolvidos.

Cerca de três quartos dos casos no mundo ocorrem em homens com mais de 65 anos. Quando diagnosticado e tratado no início, tem os riscos de mortalidade reduzidos. No Brasil, é a quarta causa de morte por câncer e corresponde a 6% do total de óbitos por este grupo.

Prevenção

A próstata é uma glândula que só o homem possui, localizada na parte baixa do abdômen. Situa-se logo abaixo da bexiga e à frente do reto. A próstata envolve a porção inicial da uretra, tubo pelo qual a urina armazenada na bexiga é eliminada. Ela produz cerca de 70% do sêmen, e representa um papel fundamental na fertilidade masculina.

Uma dieta rica em frutas, verduras, legumes, grãos e cereais integrais e com menos gordura, principalmente as de origem animal, ajuda a diminuir o risco do câncer.

Especialistas recomendam pelo menos 30 minutos diários de atividade física, manter o peso adequado à altura, diminuir o consumo de álcool e não fumar.

Homens a partir dos 50 anos devem procurar um posto de saúde para realizar exames de rotina. Os sintomas mais comuns do tumor são a dificuldade de urinar, frequência urinária alterada ou diminuição da força do jato da urina, dentre outros. Quem tem histórico familiar da doença deve avisar o médico, que indicará os exames necessários.

Exames

O toque retal é o teste mais utilizado e eficaz quando aliado ao exame de sangue PSA (antígeno prostático específico, na sigla em inglês), que pode identificar o aumento de uma proteína produzida pela próstata, o que seria um indício da doença. Para um diagnóstico final, é necessário analisar parte do tecido da glândula, obtida pela biópsia da próstata.

A Sociedade Brasileira de Urologia recomenda que todos os homens com 45 anos de idade ou mais façam um exame de próstata anualmente, o que compreende o toque retal feito e o PSA. Segundo

especialistas, o toque retal é considerado indispensável e não pode ser substituído pelo exame de sangue ou por qualquer outro exame, como o ultrassom, por exemplo.

Tratamento

Caso a doença seja comprovada, o médico pode indicar radioterapia, cirurgia ou até tratamento hormonal. Para doença metastática (quando o tumor original já se espalhou para outras partes do corpo), o tratamento escolhido é a terapia hormonal.

A escolha do tratamento mais adequado deve ser individualizada e definida após médico e paciente discutirem os riscos e benefícios de cada um.

Rede pública

Pesquisa mostra que homens sedentários são mais propensos a sofrer de impotência sexual. A Política Nacional de Atenção Oncológica garante o atendimento integral a todos aqueles diagnosticados com câncer, por meio das Unidades de Assistência de Alta Complexidade em Oncologia (Unacon) e dos Centros de Assistência de Alta Complexidade em Oncologia (Cacon).

Todos os estados brasileiros têm pelo menos um hospital habilitado em oncologia, onde o paciente de câncer encontrará desde um exame até cirurgias mais complexas. Mas para ser atendido nessas unidades e centros é necessário ter um diagnóstico já confirmado de câncer por laudo de biópsia ou punção.

Fonte:

Ministério da Saúde

Instituto Nacional do Câncer

Portal Brasil

Aniversariantes do mês de Novembro

03 - Erlânea (Dm CL Armênio)

04 - CL Eduardo e Dm Marissol (casamento)

05 - Aline (F. CL Adênis)

07 - Lucas (F. CL Edeomir Ferrari)

07 - Arthur (F. CL Henrique)

09 - CL Ranieri e Dm Ivanete (casamento)

09 - CL Acácio e Dm Alessandra (casamento)

10 - Rafael (F. CL Carlos Zorzaneli)

10 - Natalia (F. CL Adilson Pinto)

11 - CL Gustavo Bazoni

15 - Luciano (F. CL Edeomir Ferrari)

19 - Juliana (F. CL Edeomir Ferrari)

21 - Evaldo (F. CL Ivanildo Zanotelli)

30 - Raquel (F. CL Marco Fontana)



Noite do Vinil reúne amantes de Boa Música



Apesar de considerados obsoletos desde a década de 1990, muitos apreciadores da boa música ainda preferem ouvir os discos de vinil por julgarem ser um meio de armazenamento mais fiel que o CD. Para proporcionar um agradável momento de cultura e nostalgia entre esse público, foi realizado no dia 24/10 a "1ª Noite do Vinil" dos CCLL do Lions Colatina Centro.

O evento, com início previsto as 19h, reuniu Leões colecionadores e amantes dos antigos

LPs, que tiveram a oportunidade de ouvir vinis raros, além de expor exemplares de suas coleções pessoais. O encontro aconteceu na residência do PDG José Eduardo Côgo e DM Marissol. A noite foi muito prazerosa e divertida.

O idealizador da "Noite do Vinil", o CL e DJ José Ângelo Dalapicola, disse que o encontro teve como objetivo reunir apreciadores de vinis, colecionadores e criar um grupo que possa dar continuidade à atividade.

Na primeira Noite do Vinil descobrimos que tem muita gente que gosta e coleciona, até jovens. A proposta é justamente agregar essas pessoas em um grupo. Como colecionador, Zé Ângelo possui um acervo com cerca de 300 vinis. "Sou colecionador da obra de vários bons cantores", diz.

Os chamados bolachões surgiram por volta de 1948, para ocupar o lugar dos discos de goma-laca de 78 rotações, utilizados na época. Os vinis caíram logo no gosto do público por serem mais leves, maleáveis e resistentes. Eles também se diferenciavam devido à capacidade de reprodução de um número maior de músicas, além da qualidade sonora superior.

Os velhos LPs entraram em decadência no final da década de 1980 e início da década de 1990, quando começaram a ser produzidos os CDs, que traziam uma maior capacidade de armazenamento, maior durabilidade e clareza sonora. No final do século XX, os vinis quase não eram mais encontrados, tornando-se peças raras.

Agora vamos aguardar a comissão organizadora para divulgarmos o 2º encontro.



Vila Lions

Projeto do Distrito LC11 com financiamento da Fundação de Lions Internacional (LCIF) Relatório apresentado pelo CL Dalton do LC Linhares Construção de 09 Unidades Habitacionais para atender a famílias desabrigadas com a grande enchente de dezembro de 2013

Em dezembro de 2013 a cidade de Rio Bananal foi atingida pela maior enchente dos últimos 34 anos. A cidade foi totalmente atingida. A destruição de enormes proporções deixou muitos desabrigados.

O Distrito LC 11, após o apoio emergencial, elaborou um projeto para construção de 09 casas para atender aos desabrigados sendo o mesmo aprovado pela Fundação de Lions Internacional (LCIF), que forneceu os recursos necessários.

Informações sobre o projeto:

- O projeto está sendo executado em parceria com a Prefeitura Municipal de Rio Bananal.
- O local foi denominado de "Vila Lions", como consta de Lei Municipal nº 1296 de 10 de Agosto de 2015.
- A obra está localizada no Distrito de São Jorge do Tiradentes, Município de Rio Bananal – ES.
- A Prefeitura de Rio Bananal fará a infraestrutura no local, como calçamento, rede de água, esgoto e luz.
- A obra teve início no mês de Julho de 2015.
- As casas estarão logo concluídas.
- A prioridade de ocupação é com pessoas que perderam as suas casas na enchente de dezembro de 2013 e já estão cadastradas.
- O valor investido pelo Lions foi de R\$ 294.000,00.



Nós Servimos



Lions Club International Foundation



Convenção Internacional de 1925

Cedar Point, Ohio, EUA – 30 de junho de 1925

“Eu sou a sua oportunidade. Estou batendo à sua porta. Quero ser adotada... O que lhes ofereço é repleto de oportunidades extraordinárias de serviço humanitário.”

“Apelo para vocês, Leões, vocês que podem ver, vocês que podem ouvir, vocês que são fortes, corajosos e bondosos. Vocês se tornarão os Paladinos dos Cegos na cruzada contra a escuridão?” (Hellen Keller)

A missão de servir representa a essência de LCI. A maior evidência deste serviço é o trabalho desenvolvido por LCIF, servindo a humanidade de forma eficiente e eficaz.

Desde 1968, LCIF tem oferecido financiamento na forma de subsídios para ajudar os Lions clubes e distritos a desenvolver projetos humanitários que não podem ser suportados pelos próprios Leões.

Completados 40 anos de história, LCIF atingiu um período de transformação. O sucesso e o trabalho extraordinário oferecido pelos programas humanitários aumentaram ainda mais o impacto do trabalho de LCIF na esfera mundial.

Afinal, todos compreendem que existe a necessidade de mais serviços humanitários, os quais somente podem ser realizados pelos Leões, através de LCIF.

Inúmeras novas oportunidades para servir estão presentes todos os dias. Há que se determinar para quais os Leões estão melhor equipados para servir; quais as iniciativas que verdadeiramente inspiram e apóiam milhares de Leões ao redor do mundo.

As respostas permitem um plano consistente com as prioridades de financiamento dos Leões do mundo e com as necessidades daqueles a quem esperamos servir.

Nos dias atuais da globalização, o futuro do Lions está nas mãos daqueles Associados que desejam servir sua comunidade em nível local e mundial, impactando e revitalizando a marca Lions.

LCIF, os Leões e os serviços extraordinários que oferecem estão em evidência. LCIF já procurou melhorar vidas, seja construindo uma nova escola ou oferecendo cirurgias de catarata para os carentes, mas, com a expansão, surgem novas oportunidades de serviço.

Uma fundação mais poderosa, comprometida com uma missão básica, tem o poder de transformar todos os aspectos do Leonismo, desde o aumento de Associados até os métodos usados pelos Leões para servir.

**"LEONISMO É UM ESTADO DE ESPÍRITO, NÃO SE DEFINE.
Sente-se e transmite-se aos outros"**

CL Nelcy Pereira Guimarães

LC Colatina Centro detém 21 Títulos Melvin Jones



O título Companheiro de Melvin Jones é a maior homenagem que pode ser concedida a um Leão, pelo Lions Clube Internacional. O prêmio foi criado em 1973 e a partir dessa data o programa Companheiro de Melvin Jones se destina ao reconhecimento pelo trabalho humanitário, o título de Companheiro de Melvin Jones é uma honraria concedida para aqueles que se destacam em trabalhos comunitários pelo Lions Clube . Os Companheiros de Melvin Jones recebem um belo distintivo de lapela, uma placa e uma carta de congratulações. Atualmente, mais de 300.000 sócios já foram homenageados com o título em todo o mundo. Os Companheiros do Lions Clube de Colatina Centro já colecionam 21 títulos. Segue abaixo a relação por clubes dos companheiros que detém esta honraria.

DEIMORE BORGES (+)
SONIA DUARTE BORGES
HERVAL CARARI
ANTÔNIO NIVALDO CASAGRANDE
PAULO R. BRUNORO COSTA
NELSON DAMIÃO DONATO
ECK MOREIRA DA FRAGA
CARLOS A. TEIXEIRA GARCIA
FRANCISCO PESSINI GONÇALVES
VOLMAR CARLOS LOPES
DAVID ALBERTO LOSS
JOSÉ BARBOSA DE OLIVEIRA
FORTUNATO PEREIRA RIBEIRO
GERALDINO POUBEL DA SILVA
CARLOS CESAR VANTIL
IVO VOSS
JOÃO APRIGIO MENESES
ANTÔNIO HORÁCIO CARNEIRO AFONSO
CELSO LUIZ ALTOÉ
PAULO ROBERTO CARVALHO

LC CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM FRADE E FREIRA
DEOCLECiano FONSECA DE ANDRADE FILHO
ALCIDES ZERBONE SOARES
ALDIR MEIRELES DE SOUZA
MARCOS VINÍCIOS DA SILVA BARBOSA
ADÉLIA DE SOUZA FERNANDES

LC CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM RUBEM BRAGA
ARY JOSE GOUVEIA DERCY
CLÁUDIA VALÉRIA SANTOS

LC CAMPOS
NYLTON BARRETO DE ALMEIDA

LC ARACRUZ
JOSÉ ADALBERTO REBELLO DE OLIVEIRA
ARMANDO ANTONIO DE AMORIM
ZOE ANTÔNIO DONATI
JOSÉ VANDERLEI MEDICE
EDESER FRANCISCO PIROLA
LUIZ SORESINE
LUIZ SOARES CORDEIRO
ALTAMIR ZAMPERLINI
PEDRO BUARQUE DE LIMA FILHO

LC ARARUAMA
ANTÔNIO PINTO DE ALMEIDA

LC BOM JARDIM
CECILIA HELENA DE SOUZA BARROS
LYGIA SAADE
LUIZ GONZAGA DE BARROS
HUMBERTO BÉRGAMO JÚNIOR
FIRMO CARLOS ERTHAL

LC BOM JESUS DO ITABAPOANA
JOÃO BATISTA TEIXEIRA BORGES

LC CABO FRIO
RUI BARBOSA LINHARES

LC CACHOEIRO DE ITAPEMIRIM
ODILON RENATO DAVID BASTOS

IRACY ENEIDA FERREIRA GOMES
WILSON PAES (+)
JOSIR GOMES SANGUEDO
BENEDITO M. SANTOS FILHO
WALTER SIQUEIRA
CÍCERO BRUNO
MARCO A. FRANÇA ALVARENGA
JAMIL MACHADO QUEIROZ

LC CAMPOS GOITACASES
DALTON CRESPO DE CASTRO

LC CAMPOS PLANÍCIE
ANTONIO F. RISCADO SILVEIRA
FRANCISCO ROBERTO DE CARVALHO MOREIRA
OSMAR SILVA GONÇALVES

LC CAMPOS TAMANDARÉ
CARLOS A. SIQUEIRA CRESPO

LC CASIMIRO DE ABREU
GUEDES GONÇALVES DA CRUZ
JORGE FORTUNATO (+)
EMERSON JORGE DA ROSA
ERELNILSON JARDIM MARINHO

LC COLATINA CENTRO
ADENIS MELQUIADES DA SILVA
ARMENIO ELIZEU RIBEIRO FILHO
HENRIQUE MARTINELLI
EMERSON LEONARDO LAZARO
CEZAR ROMERO DE RESENDE
DALNECIR MORELO
JOSÉ ANGELO DALPICOLA
IVANILDO ZONATELLI
JOSÉ EDUARDO CÔGO
JOSÉ SILVINO CRISTO
JOVENTINO FERRARI
EDEOMIR FERRARI
MARCO ANTÔNIO FONTANA
RANIERI MILLI
NELSON SCHMIDT DE SOUZA
GERSON SCHMIDT DE SOUZA
ROBSON DALAPICOLA
CARLOS ROBERTO ZORZANELI
ADILSON PEREIRA PINTO
RUBENS TAVARES DA SILVA
WALACE FERRARI

LC GUAÇUI
JOSE HENRRIQUE CAZATI
DANIEL ALVES DE LIMA

LC GUARAPARI
VERA CÉLSA TEIXEIRA FONTOURA
PAULO PEREIRA DE CARVALHO LEAL
MATHILDE MUNIZ
JOSÉ MARIA DE OLIVEIRA (+)
DINO SIMÕES PÁDUA
THEÓCRITO VALLE SANTIAGO

MARIA DA GLORIA COSTA SNTIAGO
DARLY ANACLETO DE VASCONCELLOS
ODALVA FONSECA DE VASCONCELLOS
JOCIMAR FERNANDES
CELSO MAIOLI JUNIOR
JESSY PINHEIRO DA FONSECA

LC ITAPERUNA
GERBERT NOGUEIRA BASTOS
JOÃO C. BOECHAT CHIARELLO
CARLOS SILVIO FARIA
MARCOS ASSIS ABREU
CÉLIO ALENCAR COIMBRA
ANTÔNIO BUSSADE JUNIOR
ISAIAS COELHO MARQUES
LUIS FERNANDO DE SOUZA PADILHA
JOSÉ HENRIQUE MOREIRA PILLAR
DARCY FRIAS RABELO
EDSON FRANCIS DA SILVA SOUZA
ADELTON ABRAHÃO DA SILVA
MARCOS ROOSEVELT DE OLIVEIRA
JADIR DE OLIVEIRA SILVA
SERGIO J. CASSIANO TEIXEIRA
CLÉRIO MARCOS DA COSTA ROCHA
CARLOS ROBERTO DA COSTA ROCHA
FRANCISCO ANTONIO G. DE BARROS
GLAUCIO BOECHAT COSTA
WANDERLEI DE SOUZA GONTIJO
ALVARO MARTINS LANNES
SERGIO MAGGINI LEITE
NORTON W. DE PINHO MARTINS
ADEMIR RAMOS DE OLIVEIRA
LEONARDO PINHEIRO DA SILVA
MARCOS FROES TERRA

LC IUNA (CLUBE FECHADO)
LAERCIO CASINI
EBERTH ALVES MACHADO

LC LINHARES
EDESIO JOSE MARGOTTO
DALTON COELHO DUARTE

LC MACAÉ
MARIA MAGDALENA GOMES DE CASTRO
GUMERCINDO MOURA
CLEDILSON AZEREDO CARVALHO
ARIVAL JOSE VIEIRA DIBAI

LC MANTENÓPOLIS
ERLI BASÍLIO COLETA

LC NITERÓI FONSECA
GUSTAVO SEBASTIÃO LESSA RAFARE

LC NITERÓI SÃO FRANCISCO
ANACIETE LIMA DE CARVALHO
CLARA RODRIGUES DA CUNHA
IVAN LINDENBERG
VERGINIA DIAS LINDENBERG

ALBERTO GUERCHON

LC NITERÓI VITAL BRASIL (CLUBE FECHADO)
LOUHER BASTOS

LC NOVA FRIBURGO
JOÃO LUIZ AGUILERA CAMPOS (+)
ELIAS ANTÔNIO YUNES JÚNIOR (+)
CELSO LUIZ PIMENTEL NOVAES
JUSIMAR DA COSTA AGUILERA CAMPOS
MARIA DE FÁTIMA SIMÕES OLLIVER

LC NOVA VENÉCIA
NESTOR AMORIM FILHO
ALCY BOLDRINI
JUDAS TADEU COLOMBI
JOSÉ BRASILEIRO DOURADO
JOSÉ CARLOS TAGLIAFERRE
ANTÔNIO MOREIRA
ZENOR DAHER ROCHA
CARLOS CRYSANTHO SOARES JUNIOR
MARCOS DE SALES SOUZA
JOVELINO VENTURIM FILHO

LC PEDRO CANÁRIO (CLUBE FECHADO)
IVAN EPICHIN

LC PINHEIROS
GERALDO ALVINO COVRE
CARLOS ANDRÉ COVRE
WILSON TÓTOLA

LC PORCIÚNCULA
LUZIA MONTEIRO GUEDES DE OLIVEIRA DUARTE
LUIZ CAMPOS FRANÇA
LUÍS CARLOS GUEDES
AILTON TELLES GONÇALVES
CARLOS SÉRGIO PAULA PORTO
ZURAIDE DE FIGUEIREDO GUEDES
MARIA DA CONCEIÇÃO SOUZA
SOLANGE DE CARVALHO LANNES
MARIA DE LOURDES ALVES DE SOUZA

LC RIO DAS OSTRAS COSTA AZUL
JOEL JORDÃO RAMOS

LC SANTA TEREZA COLIBRI
MANOEL SCHWARTZ

LC SÃO GABRIEL DA PALHA
JOSÉ MARIA DE OLIVEIRA

LC SÃO GONÇALO
JOÃO CARLOS DE O. LEMOS

LC SÃO MATEUS CRICARÉ
IOSANA FUNDÃO AZEVEDO
LOURENÇO SIQUEIRA BALTAZAR
DANIEL AZEVEDO BARBOSA (+)

NATANAGILDO BELTRAME
SEBASTIÃO PEDRO DE FREITAS
MARCIO DOMINGOS PALOMBO LYRIO
MARIA CRISTINA PINTO DOS SANTOS
CARLOS GABRIEL DE OLIVEIRA
LUIZ QUINQUIM
GLEUSA FUNDÃO RIOS
ANTONIO C. CARVALHO SANTOS
JOAQUIM HENRIQUE RODY VIANA
RITA DE CASSIA SOUZA DA CONCEIÇÃO
GENTIL FRANCISCO MATEDI

LC SÃO PEDRO DA ALDEIA
ANTONIO HENRIQUE MENEZES (+)
J. EVANGELISTA DE SOUZA

LC SAQUAREMA
HELICIO DE OLIVEIRA COUTINHO
MANOEL GOMES DE SÁ

LC SERRA
JOSIAS MARQUES DE AZEVEDO
LEILA GIANI PEREIRA AZEVEDO
LAUDIR POLTRONIERI ROSA

LC VILA VELHA
LUIZ KELLY MARTINS DOS SANTOS

LC VILA VELHA GLÓRIA
IVAN LUCIO FONSECA
JOAQUIM FRANCISCO NTRA
TÂNIA REGINA ALVES INTRA

LC VITÓRIA
JAIR LUIZ FAVA
HENRIQUE C. MIGUEL (+)
MAURO ROBERTO S. PASCHOAL
WERNER CARLOS SCHMIDT
RÔMULO LEITE TEIXEIRA
ALOMAR CASSIANO BORGES

LC VITÓRIA INDEPENDÊNCIA (CLUBE FECHADO)
NEWTON VALLADÃO

Lions Clube Rio Doce realiza exposição de flores

Foi realizada a 12ª festa de flores e plantas de Colatina.

A realização foi orquestrada pelo Lions Clube Rio Doce, com flores e plantas de Holambra/SP. “ Foi uma festa para quem ama a natureza”, informou Euclides Stange presidente do Clube produtor do evento.

A exposição para vendas aconteceu na Praça Sol Poente (antiga estação ferroviária), no bairro Esplanada, de 26/09 a 04/10, das 9h às 21h, com entrada franca. É a “festa do verde”, oferecendo boas oportunidades para enfeitar residências, quintais e toda cidade, com flores e plantas de várias espécies. Não obstante a crise econômica e à escassez de água na região, mas com preços variados e acessíveis a todos, a exposição foi sucesso total afirmou o presidente.

Parabéns ao Lions Rio Doce e toda equipe organizadora.

Vale registrar que toda renda será revertida em ações sociais que o clube promove junto aos carentes colatinenses.



Atividades Leonísticas no mês de outubro

- Foram doados em média 50 pacotes de fraldas.
- Doação semanal de lanches aos alunos do projeto Florescendo no Colégio Américo Forrechi no Bairro Santo Antônio.
- Doação de 4 caixas de embalagem para refeição ao projeto da pastoral dos moradores de rua da CARITAS de Colatina.
- Doação do granito e das mesas do laboratório de informática da ACDV, iniciativa CL Mário Balbino.
- Doação de leite especial e mantimentos (cesta básica) a uma família carente de Boapaba iniciativa CL Cezar Rezende e CL José Silvino Cristo.
- O CL Diego transporta em sua van, semanalmente os membros do projeto Anjos de Resgate da Catedral até a sede no Bairro Fazenda Vitali, próximo à estação ferroviária.
- Realização de palestra no SESC de Colatina sobre água, Rio Doce, problemas e soluções, realizada pelo CL Eduardo Côgo e Rafael Albane engenheiro do IDAF local.
- Pagamento das contas de água e energia da casa Josafá Rafá que acolhe pessoas carentes que acompanham doentes internados em hospitais de Colatina
- Doação de uma cesta básica, pelo CL Ranieri, a uma família que teve a casa queimada no bairro Airton Senna.
- Tudo que foi realizado contou com apoio dos amigos do Lions relacionados abaixo.

Visita do Governador



O Lions Clube Colatina Centro e Rio Doce receberão, no próximo dia 27 de novembro, a visita do Governador do Distrito do Lions Clube (LC11), DG Jovelino Venturim Filho, acompanhado de sua esposa, Dm Sandra. É um momento de muita importância para os leões colatinenses conhecer de perto os projetos do governador. Anualmente, o Governador visita os clubes pertencentes ao Distrito, para verificar a situação e pregar o leonismo de acordo com suas metas.

Diversão

Bêbado e o Verme

Em uma reunião dos alcoólicos anônimos (AA), o médico faz uma exibição dos efeitos do álcool, e coloca um copo cheio de pinga em uma mesa, jogando um verme dentro. O Verme começa a se contorcer todo e acaba morrendo. Daí ele pergunta:

– Viram só! Que conclusões vocês chegam depois disso?

Um bêbado lá no fim da sala grita:

– Que quem bebe não tem verme!!!

O Solução

Em um belo dia a sogra do Manoel bate na porta da casa dele, o Manoel vai atender e fica surpreso com a visita de sua sogra com malas, vendo que seu genro fica surpreso em lhe ver com as malas, a sogra pergunta:

– O Manoel por que a surpresa? A minha filha não te falou que eu viria passar as férias com vocês?

O Manoel responde:

– Sim, sim, ela falou sim, mas eu pensei que ela tinha falado isso para passar o meu soluço...

Dirigentes Leonísticos

DIRIGENTES ANO LEONÍSTICO 2015/2016 INTERNACIONAIS

Sede Internacional

300w, 22nd street
The International Association of Lions Clubs
Oak Brook - Illinois - 60523-8842 - USA
Fone: 630 571-5466 - Fax: 630 571-8890

Sede Internacional

The Internacional Association of Lions Clubs -
Brasil
Rua Botucatu, 979 - 4º andar
Tele fax: (0xx) 11 5081-6301 / 5081- 6732

Sede Fiscal do DMLC

Rua Botucatu, 979 - térreo /SP
CEP: 04023-062 - São Paulo /SP

Presidente Internacional

IP Jitsuhiro Yamada
CaL Toshiko Yamada
Minokamo, Gifu, Japão
Minokamo Lions Club

Ex Presidente Internacional Imediato

Presidente da Fundação Internacional de
Lions Clube
PIP Joseph "Joe" Preston
CaL Joni
Dewey, Arizona, USA
Bradshaw Montain Lions Club

1º. Vice Presidente Internacional

IP Robert "Bob" E. Corlew
CaL Dianne
Milton, Tennessee, USA
Murfreesboro Lions Club

2º. Vice Presidente Internacional

2VIP Naresh Aggarwal
CaL Navita
Deli, India
LC Batala Smile

DISTRITO MÚLTIPLO LC (DMLC)

SEDE FISCAL DO DMLC
Rua Botucatu, 979 - 4º Andar
CEP 04023-062 São Paulo – SP

SEDE ADMINISTRATIVA DO DMLC
Av. Silva Lobo, 1820 - Grajaú/MG - CEP: 30431-
360
Tele fax: (0xx) (31) 3771 1093 / 3318 0791
Site: lionslc4.org.br
E-mail: lions.lc4@gmail.com

Presidente do CG DMLC

PCC CaL Vilma Raid Fernandes
PDG Jarbas Fernandes Soares
Rua Francisco Bahia, 229, CEP 33.600.000 /
Pedro Leopoldo / MG
Fones: (31) 3661 2059 / 9982 0412
E- mail: vilmaraid@yahoo.com.br /
vilmaraid.f@gmail.com
Lions Clube de Pedro Leopoldo



Datas Comemorativas - Novembro

- | | |
|---|--|
| 01 - Dia de Todos os Santos | 15 - Dia da Proclamação da República |
| 02 - Dia de Finados | 16 - Dia Nacional dos Ostromizados |
| 04 - Dia do Inventor | 17 - Dia da Criatividade |
| 05 - Dia do Cinema Brasileiro | 19 - Dia da Bandeira |
| 05 - Dia do Radioamador | 20 - Dia Nacional da Consciência Negra |
| 05 - Dia Nacional da Cultura Brasileira | 21 - Dia de Nossa Senhora da Apresentação |
| 05 - Dia Nacional do Design | 21 - Dia da Homeopatia |
| 07 - Dia do Radialista | 22 - Dia de Santa Cecília |
| 08 - Dia do Radiologista | 22 - Dia do Músico |
| 08 - Dia Mundial do Urbanismo | 25 - Dia Nacional do Doador de Sangue |
| 09 - Dia do Manequim | 26 - Dia do Ministério Público |
| 12 - Dia do Diretor de Escola | 27 - Dia de Nossa Senhora da Medalha Milagrosa |
| 14 - Dia do Bandeirante | 28 - Dia Mundial de Ação de Graças |
| 14 - Dia Nacional da Alfabetização | 30 - Dia da Reforma Agrária |
| 14 - Dia Mundial do Diabetes | 30 - Dia do Teólogo |

Dicas para um verão saudável



- As altas temperaturas favorecem a desidratação. Beba muita água, várias vezes ao dia. No mínimo, 1,5 litro, diariamente.
- A água de coco é uma excelente bebida, já que fornece carboidratos e minerais importantes para o organismo. Mas cuidado, ela é calórica.
- Evite os alimentos e preparações ricos em gorduras. No verão, a digestão desses alimentos é prejudicada, causando sensação de mal estar.
- Para se refrescar, prefira os picolés de fruta que são menos calóricos em comparação com os sorvetes em massa.
- Comece a refeição com uma porção grande de salada. Elas são ricas em fibras e água, dando maior sensação de saciedade.
- Na praia, preste atenção na qualidade e higiene dos alimentos que são oferecidos. O calor favorece a proliferação de fungos e bactérias reduzindo o tempo de vida útil do alimento.
- Verduras e legumes são alimentos ricos em água e, por isso, eles ajudam a hidratar o corpo. Ingira, no mínimo, 3 porções por dia.
- As frutas são boa fonte de água, carboidratos, vitaminas e minerais. Elas podem ser consumidas como sobremesas e, também, como opção para pequenos lanches entre as refeições principais. Ingira, pelo menos, 3 frutas por dia.
- Na praia, as batidas de frutas são excessivamente calóricas. Prefira sucos de frutas naturais ou água de coco para se refrescar.
- Uma boa opção para quem for à praia é levar uma bolsa térmica cheia de frutas e água. Quando a fome bater, dispense as frituras e batidas dos quiosques e consuma alimentos mais saudáveis.



LAVAGNOLI
SUPERMERCADOS
Tradição de menor preço.
3722-3611



CRECIRES - 2583-F
Ricardo Vallory
CORRETOR DE IMÓVEIS



CENTRO OTORRINOLARINGOLÓGICO
• Cirurgia de ouvido, nariz e garganta;
Videolaringoscopia, Videonasofaringoscopia,
Audiometria, Impedanciometria, Otoemissões
Acústicas (teste da orelhinha)
Dr. Romildo Ribeiro de Castro Filho
Dr. Newton Cid Araujo de Castro
Rua Álvaro Antolini, 162 - Vila Nova - Colatina
Telefones: 3711-0177 • 3721-5831



TELEFONE: (27) 3177-7330



INSTITUTO DENTÁRIO DE COLATINA
ORTODONTIA
CIRURGIA
RESTAURAÇÕES
CLAREAMENTO
IMPLANTES
PERIODONTIA
ENDODONTIA
Dr. Luciano Feres
Dr. Roberto
Feres
3721-7779



LOJAS MERCADÃO
Vestindo você e sua casa.
Av. Getúlio Vargas, 230 e 296
3723-2651



Calçada da Rua Geraldo Pereira, 26
Colatina
Fone: 3200-2766
www.claudiamulti.com



Produtos para sorveteria, doces, embalagens e artigos para festas
Telefones: 2101-6600 / 9928-9951
Rua Alexandre Calmon, 309 - Centro - Colatina



Mineração Granorte Ltda
Extração de Granito
Escritório: Rua Alexandre Calmon, n.º 333
Centro - Colatina - ES.
Telefone: 3723-5018



SUPERMERCADO DOS TÊNIS
Passo a passo com Você



Belle



INTERVENDAS CASTRO
Intervendas Castro Ltda.
"Credibilidade em Representação"



CONCORD
DUAS LOJAS EM COLATINA
O SEU REVENDEDOR
vivo
3722-4094



INSTITUTO EMPRESARIAL
Contabilidade
Auditoria
Fiscal
Planejamento
Fiscal
Rua Cassiano Castelo, 127 - Centro - Colatina/ES



CARLITO Contabilidade
Delegado do CRC-ES em Colatina
Contador - Registro nº 5.9250-1
www.carlito.cnt.br
carlito@carlito.cnt.br
Av. Brasil, 44 - Bairro Lacerda
CEP 29703-032 - Colatina - ES
Tels.: (27) 3722-3819 / 9987-2277



LATICÍNIOS COLATINA



Campo Society Bola na Rede
Colatina-ES
Contato: 27-3723-4822 / 27-9987-0600



Dona Irene
RESTAURANTE SELF-SERVICE
Disque Entrega
3711-1429 / 9852-9851
Rua Cassiano Castelo, 127 - Centro - Colatina/ES



PRIMAVERA
MATERIAL DE CONSTRUÇÃO
Rua Alexandre Calmon, 299 - Centro - Colatina
Telefones: 3723-5222 / 3723-4992



FRISA



SANTA MARIA



Supermercado Principal
Em Vila Lenira
Telefone: 3722-6338



ANGELI
FACTORING
Fomento é o nosso negócio.
WWW.ANGELIFACTORING.COM.BR
Tel.: (27) 3721-1791 | (27) 99970-2555



sesana
Contabilidade
Fone: 3770-1300
E-mail: sesana@sesanacontabilidade.com.br
Site: www.sesanacontabilidade.com.br

FUNERÁRIA
Renascer
FUNERÁRIA DO BACURAU
3711-8813 / 9931-7060
Av. José Zouain 955 - Centro - Colatina/ES

CÃO LATINA
(27) 3723-7676
(27) 8116-7227
(27) 9617-5377

ACERTEAMENTO
CONSULTORIA PARA
RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS
COMPLEMENTARES
• HOSPEDAGEM PARA CÃES
• BANHO E TODA
TAXA BOM

ARENORTE

Aréia - Brita - Terraplanagem - Serviços de Tratores em Alcega
Locação de Máquinas e Equipamentos em Geral

(27) 3721-1220 / 3200-7220 / 9947-2071

Rodovia BR 259 - Km 50 - Bairro IBC - Colatina/ES - arenorte@yahoo.com.br

Clarus

Produtos de Limpeza

DELTA CHEMICALS

Microlins
EDUCAÇÃO & PROFISSÃO

MÓVEIS
Locatelli

Telefone: 3721-4883
Av. Getúlio Vargas, 489 - Centro - Colatina

FARMÁCIA
SANTA TEREZINHA
"A Farmácia que olha e cuida da sua saúde"
DISK ENTREGA
(27) 3722-4706
Rua Exp. Abílio dos Santos, 209 - Centro - Colatina - ES

UNOPAR
(27) 3721-7474
www.unoparvirtual.com.br

Av. Champagnat, 225 - Bairro Marieta - Colatina (anexo ao colégio Marieta)

GRANITO RIO DOCE
GRD 3721-8358

Castelo Branco
FUNDAÇÃO EDUCACIONAL

SCHMIDT
CONTABILIDADE
Nelson e Leandro
Telefone: 3721-5626



pancieri
MADERAS E MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

COLOR
Lertoff
Limpador de Uso Geral
27 3711-5593 | 9 9767-0841 | lertoff@hotmail.com

STO PLAR
VOCÊ VAI PARAR AQUI.
TEL.: (27) 3722-0829

CAFEX
CAFÉ DO BRASIL
3721-3721

TADEU
VEÍCULOS

REGISTRO CONTÁBIL
Contadores Associados
Ana Regina Borghi CRC-ES 8939-0-0 Denilson Sarmiento CRC-ES 14960/O
Telefax: (27) 3711-0642 / 3120-0642
Rua Pedro Epichino, 29 - Ed. Novo Centro - Sala 304 - Centro
CEP 37700-423 - Colatina - ES
E-mail: contabilidade@registrocontabil.com.br

Café Sol Poente
CAFÉ TORRADO E MOÍDO
"TACADA EM CUBO E MOÍDO"

CAITE
FORÇA, GARRA E DETERMINAÇÃO

CAMATA
VEÍCULOS
CNPJ: 02.595.880/001-84 TELEFAX: (27) 3200-7999
RSC: ESTADUAL 691.961.9-7
AV. SILVIO AYELOS, Nº 2011 - SÃO SILVANO - COLATINA - ES - CEP 37763-148

DEFAGRO
Planta esta ideia
Rod. BR 262 - Km 10
Viana - ES
Tel.: 27 2122-6200
REPRESENTANTE COMERCIAL
GUSTAVO BASSETTI BAZONI
CEL.: (27) 9978-9191

NOBRE
VEÍCULOS

Portaflux

COCAL
Café
Corretora / Compra e Venda

3729-1629
9722-4957

Rua José Bonifácio 27 - Centro
São Roque de Colatina

Sorveteria e Açai Picolés e Sorvetes

Natural

3722-1631 / 99780-4958

Av. Heitor Sales Nogueira, nº18 - São Vicente
naturalssorvetes@gmail.com

JC *Serviços Contábeis*
J.C. Serviços Contábeis Ltda. ME
CNPJ: 11.732.461/0001-46 Ins. Municipal: 30172

ARMAZÉM
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

Av. Silvío Ávidos, nº 2635
www.armazem-pr.com.br
Tel: (27) 3770-1600

café
EXPEDICIONÁRIO
O verdadeiro sabor

Ipiranga **POSTO ARNALDO LTDA.**
Telefax: (27) 3722-5544

AVENIDA SILVIO ÁVIDOS,
N.º 2311 - SÃO SILVANO
CEP 29706-297 - COLATINA - ES
Email: postarnaldo@uol.com.br

ABASTECENDO 30 LITROS
DE GASOLINA OU ALUMÍNIO
GANHE UMA DUPLA

SR
CONTABILIDADE

Luiz Carlos Souza Ramos | CRC 2889-ES
3732-5888 / 3731-1860
contabil@srcontabil.com

Riva
Contabilidade
Cuidando bem dos seus negócios

Rivadar Maia Fonseca
Contador - CRC-ES 10.926/9-0

3721-5642 / 9947-3980

rivacontabilidade@hotmail.com
Rua Cassiano Castelo 05 - Sala 102 - Ed. Vitória - Centro - Colatina

BRUNO VEÍCULOS
COMPRA - VENDE - TROCA

BRUNO CÉSAR

Telefone: (27) 3726.1436

Av. 13 de Maio, s/n, Centro - CEP: 29.750-000 - Pancas - ES

Mário Balbino

SOUSA MÁQUINAS

SOUSA MÁQUINAS E FERRAMENTAS LTDA.
TEL.: (27) 3721-3667 / FAX: (27) 3721-4162
CEL.: (27) 9947-1175

Ruanda Urbica, 671A - Cep: 29705-022 - email: vendas@somafar.com.br

Salão da CREUSA
F: (27) 9937.7929

Atendo
a domicílio

Marque
sua
Hora!!!

Cabeleireira e Estética / Massagem Corporal
Depilação / Cortes em Geral / O dia da Noiva

Mineração

M B

Borchardt

VEJA
AUTO
CENTER

PANCIERI
MINERAÇÃO - INDÚSTRIA - EXPORTAÇÃO

MD
MARMORARIA

MARMO DALLAS
MARMORES E GRANITOS - HENRIQUE & MARINHO LTDA ME
CARECEIRA DO CORREGO DO CAFÉ - ÁGUA BRANCA - ES - BRASIL
CEP: 29.795-000 Tel: (27) 3745-1900 - E-mail: marmodallas@hotmail.com

Supermercado FERRARI

São Vicente - Colatina - ES
tel: (27) 3721-0964

CONTACTO
CONSULTORIA E ASSESSORIA
EMPRESARIAL LTDA

Av. Getúlio Vargas, 659 - Centro - Colatina - ES
Fone: (027) 2101-5071 E-mail: contacto.contacto@gmail.com

GRUPO PRETTI

FABINHO
RESTAURANTE SELF-SERVICE

ACEITAMOS ENCOMENDAS - PÃO CASEIRO
LASANHA - EMPADÃO - TORTA

A melhor comida caseira
da cidade.
Atende de Segunda a Sábado

TEL.: (27) 3722-3989
Rua Jacinto Bassetti, 312 - São Silvano - COLATINA - ES

Bella Lanches

Praça Frei José - 05 - Centro - Colatina - ES

Arogran
granitos

CATTEGRAN
Granitos do Brasil

ÓTICA COLATINA
A MELHOR VISÃO DA CIDADE

Rações

AGROMAIS
Comercial WGM

Telefax: (27) 3732-8791
Tele vendas: (27) 3732-3848



Rua Expedicionário Abílio dos Santos, 65 - Centro
Colatina/ES - Cep 29.700-070 - Tel.: (27) 2102-7000
E-mail: elodilson@logica.cnt.br / logica@logica.cnt.br
home page: www.logica.cnt.br



Leandro B. Pancieri
Gerente Comercial
(27) 3120-0099
(27) 9991-99666

Independente do estilo do seu evento, o sucesso é garantido

