



RUGIDO VIRTUAL

Uma publicação do Lions Clube Colatina Centro - Nº 26 - Setembro de 2020.

FATOS SOBRE O LIONS



O Lions Clubs International se encontra entre as maiores organizações sociais de serviços do mundo. Temos 1,40 milhão de sócios espalhados por mais de 46.000 clubes em todo o mundo.

Os Leões estão por toda parte. Somos homens e mulheres atuantes em projetos comunitários em mais de 210 países e regiões

geográficas.

Os Leões têm uma história dinâmica. O LCI foi fundado em 1917 e é reconhecido por sua luta contra a cegueira – isso faz parte da nossa história e também do nosso trabalho atual. Mas também fazemos trabalho voluntário em diferentes tipos de projetos comunitários, como a preservação do meio ambiente, a alimentação dos famintos e a ajuda aos idosos e deficientes.

Os Leões são atuantes. Nosso lema é "Nós servimos". Os Leões integram uma rede mundial de serviços e fazem o que for necessário para ajudar a comunidade em que vivem.

Os Leões proporcionam a visão. Ao realizar exames de vista, equipar hospitais e clínicas, distribuir medicamentos e conscientizar sobre doenças oculares, os Leões trabalham voltados para sua missão de oferecer visão a todos. Ampliamos nosso compromisso com a preservação da visão através de incontáveis projetos comunitários locais, bem como por meio de nosso Programa SightFirst Internacional, que tem por objetivo erradicar a cegueira.

Os Leões servem à juventude. Muitos de nossos projetos comunitários levam assistência a crianças e escolas locais através de bolsas de estudo, recreação e orientação. Internacionalmente, oferecemos vários programas, incluindo o Concurso de Cartaz sobre a Paz, Acampamentos e Intercâmbios Juvenis e o Lions-Quest. E nosso Programa Leo promove o crescimento pessoal por meio de oportunidades de voluntariado para jovens. Há cerca de 144 mil Leos e 5.700 Leo Clubes em mais de 140 países em todo o mundo.

Os Leões oferecem subsídios. Desde 1968, a Lions Clubs International Foundation doou mais de US\$ 700 milhões em subsídios para apoiar projetos comunitários humanitários do Lions no mundo todo. Juntos, nossa Fundação e os Leões estão ajudando as comunidades após catástrofes naturais, suprimindo necessidades imediatas com alimentos, água, roupas e medicamentos, além de ajudarem também na reconstrução a longo prazo.

À FAMÍLIA APLIONS,



Estamos de parabéns pela passagem de aniversário de fundação. A APLIONS vem prestando inestimáveis serviços à Família Leonística, com informações das mais importantes, contribuindo para o desenvolvimento do leonismo brasileiro. Vamos partir para o novo período, com propósito de aperfeiçoar sempre, inovando os métodos e melhorando os conteúdos.

CL Toshiro Governador do Distrito LD-1 2006/2007-
Assessor de Conservação de Associados do DM LD
2007/2010

Uma CONFRARIA que busca, reúne, compartilha, une, irmana, recicla e incentiva para o TRABALHO DESINTERESSADO, pela ÉTICA, pelo conhecimento LEONÍSTICO, pelo AMOR, pela COMPREENSÃO dos povos no BRASIL e no MUNDO

NOSSA PÁGINA - ENTRE, CONHEÇA E DEIXE SUA MENSAGEM

Bem-vindo(a) ao site do Lions Clube Colatina Centro - Distrito LC11. Boa tarde! Colatina(ES), Terça-feira, 15 de Setembro de 2020.

INÍCIO RUGIDO VIRTUAL SOBRE NÓS ASSOCIADOS DIRETORIA ATAS HINOS AMIGOS DO LIONS INSTRUÇÕES LEONÍSTICAS PROJETOS E CAMPANHAS CONTATO

→ RUGIDO VIRTUAL

ACESSE NOSSAS REDES SOCIAIS

Cadastre-se para receber as novidades

Nome

E-mail

Contato

Enviar

ACOMPANHE ESTE VÍDEO EM NOSSO CANAL NO YOUTUBE CLICANDO NO LINK ABAIXO:

YouTube

NOMINATA

Lions Clube Colatina Centro Distrito LC11

Boletim Eletrônico da Fundação de Lions Clubs Internacional

AS INFORMAÇÕES SOBRE AS AÇÕES DO LIONS CLUBS

ACESSE A PÁGINA DO LIONS INTERNACIONAL

2020 DIA 19 SET MUNDIAL DA LIMPEZA

Milhões de voluntários unidos para limpar o mundo.

NOTÍCIAS

- Se não conseguirmos realizar a nossa convenção para eleger dirigentes, o que vai acontecer?

- Se não for possível fazer a convenção e não forem realizadas eleições eletronicamente ou de outra forma, os cargos de dirigentes ficarão vagos e a equipe do governador de distrito será preenchida de acordo com o procedimento adequado de preenchimento de vaga. Caso isso ocorra, o ex-governador de distrito imediato deve entrar em contato pelo e-mail DistritoOfficiais@lionsclubs.org, e serão enviadas instruções sobre o processo de como preencher essas vagas.

- Se nosso clube não puder se reunir, como podemos conduzir nossa eleição anual de dirigentes de clube?

- À menos que seja proibido de acordo com

CONCURSO CARTAZ DA PAZ



O CONCURSO DE 2020-2021

Tema: A paz por meio do serviço

Os Leões lembraram algo muito importante ao mundo, que através do serviço podemos dar e receber tantas coisas - alegria, bondade, esperança e PAZ. Neste ano, os jovens têm a oportunidade de expressar a sua visão da paz sob a ótica do serviço.



Por mais de três décadas, os Lions clubes de todo o mundo têm patrocinado um concurso de arte muito especial em escolas e grupos de jovens. Criar cartazes sobre a paz dá às crianças de todo o mundo a chance de expressar suas visões da paz e inspirar o mundo por meio da arte e da criatividade.

Os Leões têm servido e se conectado com segurança por meio de distanciamento social, reuniões no Zoom, mídias sociais e muito mais, e queremos incentivá-lo a continuar em segurança, ao patrocinar o Concurso do Cartaz sobre a Paz.



Vencedor do Grande Prêmio
2019-20



Zhuo Zhang
12 anos na China
Patrocinado pelo
Lions Clube Shaanxi Datang

Não seja um Leão Secreto!



Usar o "pin" do Lions Clube é motivo de orgulho e demonstra que você faz parte de um grupo de homens e mulheres escolhidos na sua comunidade por seu diferencial. Use o seu PIN!



CHARITY MILES - APP DE CORRIDA



O app de corrida Charity Miles ajuda entidades beneficentes.

Software para Android e iPhone ajuda a emagrecer e ainda faz doações para entidades de combate ao câncer, entre outras.

O aplicativo Charity Miles incentiva seus usuários a praticarem exercícios físicos e, em troca, ajuda entidades beneficentes, como organizações de combate ao câncer, AIDS e outras enfermidades.

Disponível para download grátis em celulares Android e em iPhones (iOS), o app gera dinheiro cada vez que alguém cumpre uma determinada distância.

Com apoio de diversas empresas, a ferramenta usa os exercícios feitos para arrecadar fundos para ONGs e outras entidades. No tutorial abaixo, você confere o passo a passo de como usar o aplicativo Charity Miles para praticar exercícios e perder peso enquanto ajuda outras pessoas. Aplicativos para correr: conheça 4 opções para se exercitar e perder peso.

COMO INSTALAR O CHARITY MILES

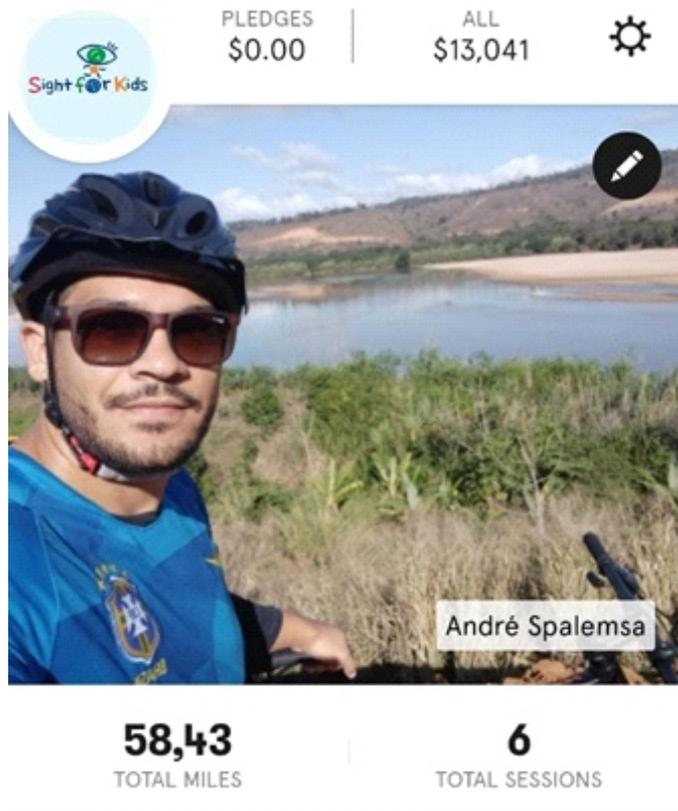
Passo 1. Para começar, é preciso escolher a entidade beneficente que você deseja ajudar. A tela inicial do aplicativo mostra uma lista das organizações. Escolha o **SIGHT FOR KIDS** que a doação vai para nossa fundação **LIONS** e, na tela seguinte, toque no botão verde "Yes" para confirmar a escolha da organização beneficente.

Passo 2. Depois de escolher o SIGHT FOR KIDS, é preciso definir o tipo de atividade física que você fará. Basta tocar nas setas para esquerda ou direita para alternar entre as opções disponíveis, como caminhada e corrida ao ar livre.

Passo 3. Na próxima etapa, o aplicativo pedirá permissão para ter acesso ao GPS de seu smartphone. É assim que ele conseguirá rastrear as suas atividades físicas. Toque em "Ok" para continuar e em "Permitir" no aviso seguinte.

Passo 4. Agora é só começar a praticar o exercício escolhido no passo 2. Um contador na parte inferior da tela mostra a quantidade de milhas (ou metros) que você percorreu.

Obs. Não precisa ser membro do Lions para participar da ação.





As Olimpíadas Especiais Brasil comemoram nesta segunda-feira, 14 de setembro, seis anos de parceria com Fundação Lions Clube Internacional, o maior clube de voluntariado do mundo. No Brasil, a associação atua em todos os estados nacionais e no Distrito Federal.

Da parceria, saíram projetos como Missão Inclusão e a iniciativa Abrindo Teus Olhos. Hoje existem dez Comitês Organizadores envolvendo 62 clubes que estão trabalhando bravamente para transformar a vida das pessoas com deficiência intelectual, suas famílias e a comunidade em geral.

Agradecemos aos Leões, Castores e Léos que caminham conosco, acreditando em nossa causa e nos apoiando sempre. Vamos juntos!

O que é ser leão?

Em um primeiro momento e de pronto podemos responder: Sim, eu sou leão! Sou associado ao meu clube e pago as mensalidades em dia. Compareço as reuniões, campanhas, eventos e onde sou convidado.

Mas ser leão vai muito além de colocar a veste sobre o peito, estampada com o símbolo dos leões de faces opostas, e dizer para todos que é associado de um clube de Leões.

Ser leão vai muito além de pagar as mensalidades em dia, em usar o pin diariamente, vai além de comprar um bloco de rifas ou aparecer estampado em fotos ou jornais.

Analisando a linguagem mais subliminar e o sentido mais subjetivo, o que é ser leão?

Ser leão é prestar serviços voluntariamente, sem remuneração, desinteressadamente, sem qualquer ego ou vaidade.

Ser leão é ser líder, é ser servidor, é ser humilde, é ser amigo.

Ser leão é honrar a pátria, dedicar-se ao clube, à família e ao trabalho.

Ser leão é ser comedido na crítica e generoso no elogio.

Ser leão é estar na comunidade, ajudando o mais fraco, o oprimido, o desassistido.

Ser leão é possuir uma reputação ilibada, é ter uma conduta digna, íntegra, é ser ético, é ter civilidade.

Ser leão é amar ao próximo com o mesmo afincamento que se cuida de um filho.

Ser leão é ser companheiro, é ter compreensão, é ter compromisso.

Ser leão é aceitarmos os erros uns dos outros, é nos ajudarmos, é buscar soluções.

Ser leão é sentir um desconforto em ver as situações mais adversas contra os aflitos, é socorrer os desamparados.

Ser leão é estar presente em corpo e alma, é sentir o leonismo como parte integrante de si próprio, da sua própria vida.

É preciso conhecer no sentimento mais intrínseco o que é ser leão, é preciso sentir a chama ardente do leonismo.

Agindo assim, atingiremos o verdadeiro sentido de ser leão.

Cor da bengala ajuda a identificar o grau de deficiência visual

Você sabia que existe três tipos de deficiência visual? Muitos não sabem dessa informação e acabam generalizando o deficiente visual.

O termo deficiência visual não significa, necessariamente, total incapacidade para ver. Na verdade, sob deficiência visual poderemos encontrar pessoas com vários graus de visão residual.

Entenda a diferença:

Os três tipos de deficiência visual

Cego: É considerado cego aquele que apresenta ausência total da visão. A visão é nula, e não é possível identificar obstáculos, movimentos, ou iluminação através de seu campo de visão. A cor da bengala para o cego é branca

Baixa Visão: Aqueles que possuem visão parcial conseguem identificar a luz, são capazes de contar os dedos a curta distância, enxergam vultos, em alguns casos, podem identificar pessoas e objetos.

Cego-Surdo: A pessoa com surdo-cegueira não enxerga e não escuta, para a sua comunicação é necessário diferentes formas, algumas delas são: língua de sinais, escrita em braille e o tadoma, onde a pessoa surdo-cega coloca o polegar na boca do falante e os dedos ao longo do queixo.

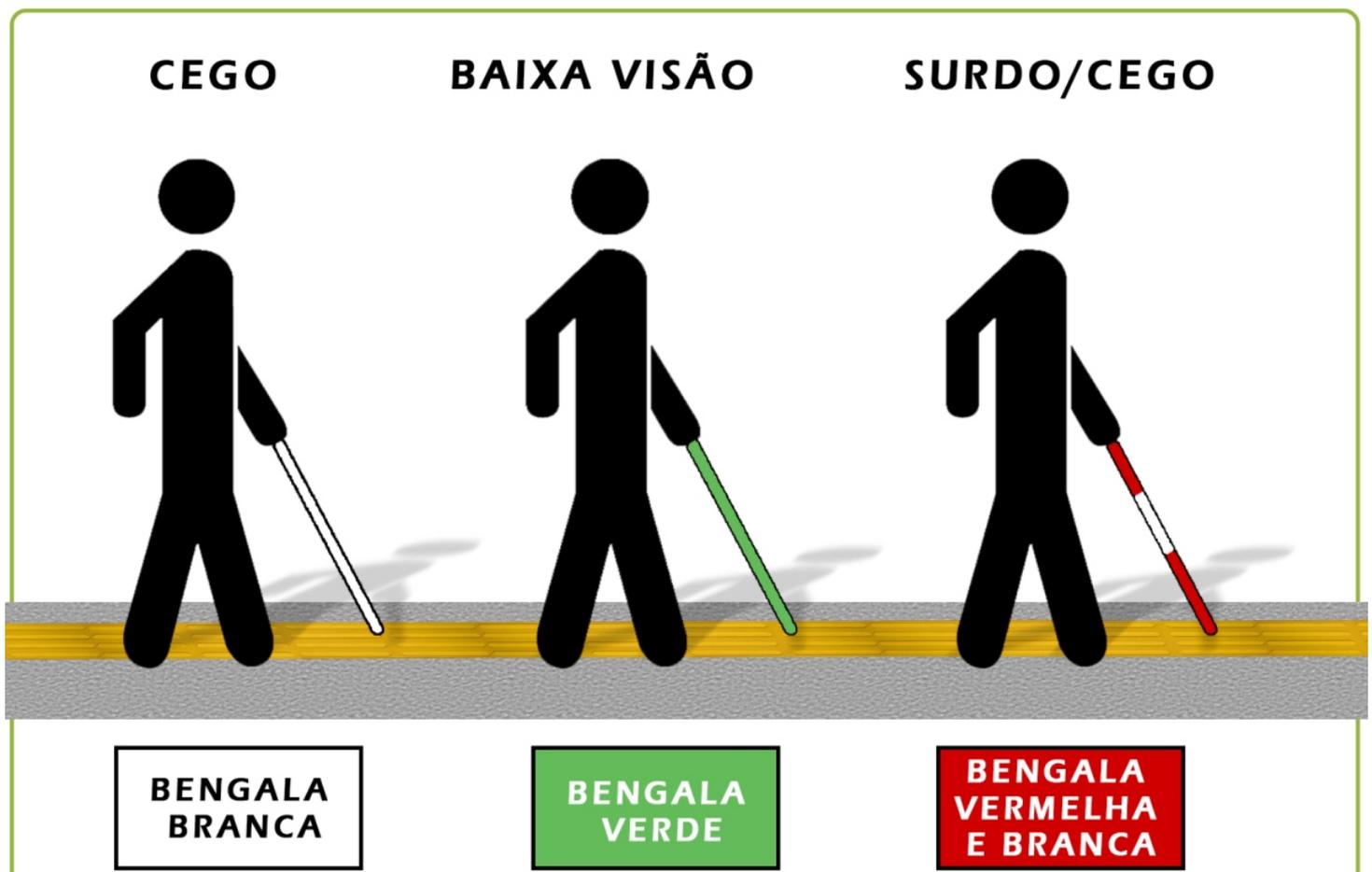
Como identificar o tipo de grau do deficiente visual através das cores de sua bengala

Bengala Branca: Sinaliza a pessoa cega, perda total da visão.

Bengala Verde: Sinaliza pessoas com baixa visão, não são cegas, apenas enxergam com maior dificuldade, possui visão parcial.

Bengala Branca e Vermelha: sinalização a pessoa que são surdas e cegas. Normalmente pode ser sinalizado apenas com um adesivo vermelho sobre a bengala branca.

Existem 3 cores diferentes de bengalas que sinalizam o tipo de deficiência visual. Saiba quais:



Dicas para realizar uma reunião virtual bem-sucedida



Por mais de um século, os Leões têm transformado o mundo. E, às vezes, o mundo nos transforma. O coronavírus (COVID-19) está criando desafios para uma das nossas mais tradicionais experiências de associados - a reunião do clube. Embora muitos clubes não possam se reunir presencialmente devido ao distanciamento social, isso não impede que os Leões se reúnam com segurança.

Veja aqui algumas dicas que vão ajudar você a realizar a reunião do clube on-line.

1 a 2 semanas antes da reunião:

- Escolha sua plataforma de reunião virtual.

Existem muitas ferramentas de videoconferência gratuitas ou de baixo custo para você escolher. Não sabe por onde começar? Veja [este artigo](#) para se ter algumas ideias,.

- Envie dois lembretes. Um no dia anterior e outro uma hora antes da reunião.
- Familiarize-se com a plataforma que você usará, incluindo todas as ferramentas e funcionalidades, para garantir que estará confortável no "assento do motorista" virtual.
- Envie uma agenda da reunião. Inclua links para todos os recursos que você planeja analisar para que qualquer pessoa que não possa participar possa revisar.

30 a 60 minutos antes da reunião:

- Teste seu áudio e vídeo para garantir que ambos estejam funcionando corretamente. Algumas plataformas de videoconferência solicitam que você faça isso antes de iniciar a reunião.
- Caso você planeje compartilhar sua tela, limpe sua área de trabalho e feche todos os aplicativos desnecessários.
- Prepare todos os materiais de apoio que você compartilhará durante a reunião. Abra os arquivos de slides, anúncios ou recursos e carregue todas as webpages para que você possa clicar e fazer referência facilmente.
- Entre na reunião cinco a 10 minutos antes do horário agendado para garantir que tudo esteja configurado e você esteja pronto para receber seus participantes.
- Havendo um número de telefone gratuito disponível para sua reunião virtual, peça a alguém para discar para verificar se está funcionando corretamente.

Durante a reunião:

- Considere usar um slide pré-reunião com o nome da reunião e uma mensagem informando que você começará em breve. Isso ajuda os participantes a saberem que estão no lugar certo e que tudo está funcionando corretamente.
- Inicie sua reunião dois minutos após o horário agendado. É tentador querer esperar mais tempo para que mais pessoas participem, mas é importante respeitar o tempo daqueles que são pontuais.
- Certifique-se de que todos possam ouvir você adequadamente e considere fazer uma chamada ou convidar cada um dos participantes a dar um "olá" rápido para garantir que você possa ouvir todos.
- Se você estiver recebendo retorno ou ouvindo muito ruído de fundo, pode ser necessário pedir a todos para silenciar seus microfones, a menos que estejam falando.
- Se você planeja gravar a reunião e compartilhá-la com aqueles que não puderam participar, informe a todos que a reunião será gravada e distribuída.

- Mantenha seu nível de energia alto, sorria e use o humor como faria normalmente em reuniões presenciais. Isso pode ajudar aqueles que não estão acostumados a reuniões virtuais a se sentirem mais à vontade.
- Crie interações regulares para envolver os participantes. Convide casualmente as pessoas pelo nome para fazerem perguntas ou comentários sem pressioná-las.
- Ao colocar qualquer coisa na tela, tente não se mover muito rapidamente. Pode demorar cerca de cinco segundos para que a tela de todos se ajuste a uma alteração que você fez na sua.
- Mais importante, relaxe e seja você mesmo. Falhas técnicas podem e vão acontecer, mas tente manter o senso de humor. Isso ajudará a todos a se sentirem à vontade e a permanecerem abertos para usar este formato de reunião.

Após a reunião:

- Envie ao seu clube por e-mail a gravação da reunião e todos os recursos que você referenciou durante a reunião.
- Acompanhe o seu clube para solicitar feedback sobre a reunião, incluindo quaisquer ideias para melhorar a experiência.
- Compartilhe suas dicas e o sucesso das reuniões virtuais com outros Leões na página do [Facebook](#) de Lions Clubs Interacional
- Visite lionsclubs.org/coronavirus para mais notícias e informações relacionadas a Lions Clubs International e COVID-19.

Prevenção do suicídio: sinais para saber e agir



Entendendo o suicídio - Saber, agir e prevenir.

O suicídio é um fenômeno complexo, multifacetado e de múltiplas determinações, que pode afetar indivíduos de diferentes origens, classes sociais, idades, orientações sexuais e identidades de gênero. Mas o suicídio pode ser prevenido! Saber reconhecer os sinais de alerta em si mesmo ou em alguém próximo a você pode ser o primeiro e mais importante passo. Por isso, fique atento(a) se a pessoa demonstra comportamento suicida e procure ajudá-la.

Sinais de alerta - Prevenção do suicídio

Os sinais de alerta descritos abaixo não devem ser considerados isoladamente. Não há uma "receita" para detectar seguramente quando uma pessoa está vivenciando uma crise suicida, nem se tem algum tipo de tendência suicida. Entretanto, um indivíduo em sofrimento pode dar certos sinais, que

devem chamar a atenção de seus familiares e amigos próximos, sobretudo se muitos desses sinais se manifestam ao mesmo tempo,

Preocupação com sua própria morte ou falta de esperança.

As pessoas sob risco de suicídio costumam falar sobre morte e suicídio mais do que o comum, confessam se sentir sem esperanças, culpadas, com falta de autoestima e têm visão negativa de sua vida e futuro. Essas ideias podem estar expressas de forma escrita, verbal ou por meio de desenhos

ACDV recebe mantas da Campanha do Agasalho promovida pelo LIONS COLATINA

Expressão de ideias ou de intenções suicidas.

Fiquem atentos para os comentários abaixo. Pode parecer óbvio, mas muitas vezes são ignorados:

"Vou desaparecer."

"Vou deixar vocês em paz."

"Eu queria poder dormir e nunca mais acordar."

"É inútil tentar fazer algo para mudar, eu só quero me matar."

Diante de uma pessoa sob risco de suicídio, o que se deve fazer?

- Encontre um momento apropriado e um lugar calmo para falar sobre suicídio com essa pessoa. Deixe-a saber que você está lá para ouvir, ouça-a com a mente aberta e ofereça seu apoio.
- Incentive a pessoa a procurar ajuda de profissionais de serviços de saúde, de saúde mental, de emergência ou apoio em algum serviço público. Ofereça-se para acompanhá-la a um atendimento.
- Se você acha que essa pessoa está em perigo imediato, não a deixe sozinha. Procure ajuda de profissionais de serviços de saúde, de emergência e entre em contato com alguém de confiança, indicado pela própria pessoa
- Se a pessoa com quem você está preocupado(a) vive com você, assegure-se de que ele(a) não tenha acesso a meios para provocar a própria morte (por exemplo, pesticidas, armas de fogo ou medicamentos) em casa.
- Fique em contato para acompanhar como a pessoa está passando e o que está fazendo.

Instrução em homenagem as Domadoras

Apresentada pelo Marco Antônio Fontana

"DOMADORA: UMA FORÇA NO MOVIMENTO LEONÍSTICO"

Setembro é o mês que Lions Internacional, com muita justiça, homenageia as nossas dedicadas Domadoras.

Extremamente feliz, foi a ideia de dedicar uma homenagem especial às Domadoras, em virtude de sua grande importância para o movimento leonístico.

Poderíamos começar utilizando um dicionário, e dizer que Domadora é aquela que doma, que doméstica. Mas, ser Domadora em um Lions Clube é coisa muito mais importante.

Domadora é aquela grande amiga, que fica para ajudar quando todo mundo se afasta. Domadora é aquela que trata todo mundo da mesma maneira, com amor e cordialidade.

Domadora é aquela que distribui amor a todos, inclusive aos estranhos e menos afortunados, e a isso podemos chamar de amor ao próximo.

A Domadora é um ser evoluído, porque mesmo estando lá na frente, sente à vontade de buscar quem ficou para trás.

A Domadora é sábia por natureza, porque exerce com perfeição o dom da inteligência, para reativar o nosso ânimo quando nos deparamos com os inúmeros obstáculos do cotidiano.

A Domadora é um exemplo de bondade, porque ela adoça com um sabor muito intenso, todas as ações de solidariedade que tentamos praticar perante as pessoas que nos buscam.

A Domadora é companheira eterna, porque jamais abandona a causa do amor e do bem, e com isso, nos acompanha passo a passo, a fim de que alcancemos êxito na nossa jornada da vida. A Domadora é uma verdadeira heroína.

No Lions formamos uma família, e nossos corações vibram na mesma frequência, quando compartilhamos e nos complementamos no ideal de servir.

O Leão tem necessidade de trocar ideias com sua Domadora, precisa de seu senso de melhor detalhar fatos. A Domadora deve incentivar seu Leão a participar plenamente do movimento leonístico.

Deve incentivar seu Leão a participar das reuniões. Deve opinar e acompanhar o desenvolvimento do clube em sua comunidade.

Agindo assim, haverá um caminhar juntos: de Leão e Domadora, para o engrandecimento do movimento leonístico.

A história não mente quando afirma que “atrás de um grande homem existe sempre uma grande mulher”.

E eu afirmo que a história de Lions não mentirá, se um dia em suas páginas registrar que “ao lado de um grande Leão existe sempre uma grande Domadora”.

Parabéns queridas Domadoras: uma força no movimento leonístico.

Extraída de pesquisas realizadas em blogs do Lions e do site Instruções Leonísticas, do CL Paulo Fernando Silvestre do LC São Paulo – Ipiranga – Distrito LC2, e preparada pelo CL Marco Antônio Fontana do LC Colatina Centro – DLC11.

NÓS SERVIMOS

EM QUALQUER DESAFIO

Mais de 1,4 milhão de Leões em todo o mundo estão se mobilizando para servir suas comunidades durante a pandemia de coronavírus (COVID-19). Esses novos desafios mudaram a maneira como vivemos, mas nossa dedicação em ajudar os necessitados é tão forte quanto quando abrimos nossas portas há mais de 100 anos.

A BONDADDE EM AÇÃO

Quando pessoas que se importam se unem, arregaçam as mangas e atuam para melhorar a comunidade, isso é uma coisa linda, uma sensação incrível para todos os envolvidos. Isso é o Lions. Ser um Leão é liderar dando exemplo, construir relacionamentos e melhorar o mundo por meio da bondade. São 1,4 milhões de homens e mulheres que se importam, servindo juntos para que possam ter um impacto ainda maior e mudar mais vidas.

NOSSAS CAUSAS GLOBAIS

Toda jornada começa com um simples passo. Um ato de serviço, uma palavra encorajadora, um presente de generosidade é muitas vezes o suficiente para levar esperança onde ela é mais necessária. Durante os últimos 100 anos, a bondade dos Leões e Leos se multiplicou além das fronteiras, oceanos e continentes. Com mais de 1,4 milhão de associados, nós agora temos a oportunidade de verdadeiramente mudar nosso mundo.

É por isso que estamos unindo nosso serviço global em torno de cinco áreas de necessidade. Essas Causas Globais apresentam desafios significativos para a humanidade e acreditamos que é a nossa vez de enfrentá-los.

Onde há uma necessidade, há um Leão. Nós agimos para fazer a diferença, em nossos quintais e ao redor do mundo, levando bondade e esperança onde é mais necessário. Dê uma olhada nos projetos de serviço que estão acontecendo agora nas comunidades de todos os lugares.



DIABETES

Nós servimos para reduzir a prevalência do diabetes e melhorar a qualidade de vida daqueles diagnosticados



VISÃO

Nós servimos para deter a cegueira evitável e aprimorar a qualidade de vida das pessoas que estão cegas e são portadoras de deficiências visuais.



FOME

Nós servimos para garantir que todos os membros da comunidade tenham acesso a alimentos nutritivos.



MEIO AMBIENTE

Nós servimos para proteger e restaurar de forma sustentável o nosso meio ambiente para melhorar o bem-estar de todas as comunidades.





CÂNCER INFANTIL

Nós servimos para ajudar aqueles afetados pelo câncer infantil a sobreviver e prosperar.



Projeto atendidos pelo Lions Clube Colatina Centro



A Associação Colatinense de e para as Pessoas com Deficiência Visual - ACDV

A primeira ação de apoio dos leões a essa instituição foi a aquisição do imóvel onde hoje é a sede. Após a compra da casa, também participamos dos projetos de reformas, doação máquinas de escrever em braille e, constantemente, doamos bengalas para os deficientes visuais.



Campanha do Agasalho

É uma campanha tradicional realizada todos os anos pelo clube, com o objetivo de arrecadar e distribuir edredons novos às pessoas carentes. Na última campanha foram arrecadados e distribuídos 300 edredons.



Anjos de Resgate

A presença do Lions junto a essa instituição se deu com a doação de materiais para a construção da sede.



Casa Jeová Raífa

A instituição tem como objetivo abrigar pessoas carentes que acompanham doentes internados em hospitais de Colatina. O Lions participa desse projeto ajudando nas contas de energia e água mensalmente, além da doação de alimentos.



Projeto da Visão

Seguindo a bandeira do Lions Internacional, o projeto da visão tem como objetivo identificar, por meio de triagem, as pessoas com deficiência visual nas comunidades carentes e encaminhá-las para um oftalmologista. Após a consulta e constatação, o Lions doa os óculos para os necessitados.



Amigas do Bem Viver

O projeto visa prevenir o câncer de mama e tem o apoio do Lions com o pagamento mensal das contas de energia e telefone.



Projeto Florescendo

O projeto florescendo é realizado em parceria com a escola Américo Forrechi, onde, todos os sábados, os alunos carentes do bairro Santo Antônio e comunidades vizinhas recebem aulas e cursos diversos que contribuem supletivamente em sua formação. O Lions participa doando uniforme, material esportivo e lanche semanal.



Doação de Cadeira de Rodas

Outra ação constante do Lions é a doação de cadeiras de rodas. O Clube faz este tipo de doação toda vez que um membro carente da sociedade solicita.



Entrega de Fraudas a Pessoas acamadas

Com a ajuda a APAE, temos a doação de fraudas perlatras para pessoas acamadas em nosso município.



Recuperação de Nascentes e Reflorestamento

Projeto que visa a recuperação e cercamento de nascentes, bem como o reflorestamento de áreas rurais.

ONDE HÁ UMA NECESSIDADE HÁ UM LEÃO

Projeto de cercamento e recuperação de nascentes



Os projetos foram elaborados pelo professor do IFES Colatina Abraão e produtores rurais, que tiveram um ganho permanente em relação ao cuidado com as nascentes, qualidade e quantidade de água em suas propriedades.

O trabalho de cercamento das nascentes contou com o apoio de professores e alunos do IFES de Colatina, dos Clubes de Lions Colatina Centro e Rio Doce e do Grupo da Pastoral da Ecologia ligado à Igreja Católica além de voluntários.

Os impactos ambientais é a recuperação das matas nativas, que servem de corredor ecológico para muitas espécies. Já os impactos sociais é a qualidade da água usada

pelos produtores, afirmou CL Alex Esterquini, representante do Lions nestas Ações.

Recuperação da nascente - Sr. Devanir Vulpi - Córrego Fortaleza



O projeto de recuperação e melhoria ambiental da bacia hidrográfica do Rio Doce está relacionado, de forma indissociável, à promoção da qualidade de vida e ao processo de proteção dos ambientes naturais, em especial, dos recursos hídricos. O Projeto já passou pelas fases de identificação, implantação das nascentes piloto e agora o cercamento da área, o efetivo plantio de mudas.

“A meta agora é recuperar 90 nascentes da Bacia do Rio Doce. Cada uma delas será cercada em um raio de 50 metros e dependendo do estágio de degradação, receberá o plantio de 200 a 500 mudas, aproximadamente, explicou o coordenador do Lions CL Alex Esterquini de Moura.

“Em linhas gerais, na Bacia do Rio Doce as nascentes estão degradadas, e o principal fator de degradação tem sido a abertura de área para pastagens e criação de gado. Por isso, o cercamento, o aceiro e o plantio, juntamente com

o potencial de regeneração natural da vegetação, vão ajudar a recuperar as nascentes. No domingo 13/09, foi executado o projeto no córrego Fortaleza, na belíssima propriedade do Sr. Devanir José Vulpi.





Entre os diversos recursos fornecidos pela natureza, a água é o mais essencial ao seres vivos. Ela é um recurso natural insubstituível para a manutenção da vida saudável e do bem estar de todos. Mas, mesmo sabendo disso, o homem por meio de suas ações vem desmatando encostas e matas ciliares, usando indevidamente os solos, diminuindo a quantidade e a qualidade da água.

Melhorar a qualidade da água para o consumo e sua utilização em todos os aspectos necessários, além de preservar as nascentes e o meio ambiente devem ser medidas constantes em nossa sociedade a fim de garantir a sobrevivência tanto humana quanto das espécies de plantas e animais que habitam a superfície terrestre.

Quanto aos processos de recuperação e conservação de nascentes, eles se baseiam, principalmente, na adoção de procedimentos que atuam na relação solo x água x planta. Os fundamentos básicos desses procedimentos são a proteção da superfície do solo, a criação de condições favoráveis à infiltração da água no solo e a redução da taxa de evapotranspiração.

Outro método de preservação das nascentes é por meio da construção de cercas, de forma a fechar a área da nascente, evitando a entrada de animais e, por consequência, o pisoteio e compactação do solo. Além disso, deve-se preservar a limpeza nas proximidades da cerca.

Quando as nascentes encontram-se dentro de propriedades rurais, o produtor pode adotar certas medidas de proteção do solo e da vegetação que englobam desde a eliminação das práticas de queimadas até o enriquecimento das matas nativas a fim de preservar e recuperar as nascentes.

Vale ressaltar que quando há presença abundante de água

em uma fazenda ou sítio, isso significa riqueza, facilidade de produção, alternativa de diversas fontes de renda, ou seja, benefícios para o proprietário. Por isso, o produtor deve conhecer todas as técnicas de recuperação e preservação de nascentes, a fim de garantir sempre esses benefícios.

Recuperação de nascente - Córrego Conceição - Sr. Eder Batista Zani



O Programa

O Programa Recuperação de Nascentes e Reflorestamento, foi criado em 2019, numa parceria do Lions Clube Colatina Centro, Pastoral da Ecologia e voluntários. O principal objetivo é promover a restauração ecológica em áreas prioritárias visando a proteção e conservação de recursos hídricos e da biodiversidade.

Juntando diferentes atores, como estas ONG's, empresas privadas e sociedade civil, o programa otimiza e direciona investimentos privados para proteção e recuperação de matas ciliares, nascentes e olhos-d'água.

Mata Ciliar e a Água

As matas ciliares são fundamentais para manter a qualidade da água para todos. Assim como nossos cílios impedem que a sujeira entre em nossos olhos, a vegetação existente no entorno de nascentes, córregos e rios, protege a água. Sem mata ciliar, nascentes podem secar, margens de rios e riachos desabam (solapam) e a infiltração de água no solo diminui, reduzindo as reservas de água do solo e do lençol freático.



CL Mazinho, presidente do Lions Clube Rio Doce com os CCLL Mário Balbino e José Silvano Cristo do Lions Clube Colatina Centro.



Presença do Presidente do Clube de Leo Fernando e Maria Vitória.



Plantio realizado pelo CL Eduardo Côgo e Abraão professor do IFES Colatina





O professor Abraão encerrou as atividades com uma emocionante oração de agradecimento

LEO CLUBE COLATINA SE UNE LIONS COLATINA CENTRO E RIO DOCE PARA LIMPAR O RIO DOCE



Milhões de voluntários
unidos para limpar o mundo.

Dia Mundial da Limpeza em Colatina
Ponto de Encontro

Praça do Sol Poente
19/09/2020
7h

Venha ser um Voluntário



alguém descartou de modo inadequado".

A necessidade desse despertar, dessa conscientização é o nosso trabalho na sensibilização explicando a problemática do lixo" finalizou Mazinho presidente do Lions Rio Doce.

Todos os dias, muitas pessoas embarcam na prática do consumo consciente e na redução de sua geração de resíduos. E isso é uma ótima mudança, afinal, é o que precisamos para garantir um planeta mais saudável. Porém, infelizmente ainda é comum encontrar muito lixo disposto irregularmente em rios, lagos, praias, terrenos baldios, canteiros de flores, etc.

Pensando exatamente na necessidade de mudança desta realidade e na interação entre as pessoas, o Dia Mundial da Limpeza acontece em vários países, em um dia inteiro voltado para a limpeza do nosso planeta a partir de ações locais e a conscientização para os padrões de produção, consumo e descarte.

Colatina participou sábado dia 19 do Dia Mundial da Limpeza. Durante quatro horas seguidas, os garotos do Leo Clube Colatina, juntamente com Leões dos Clubes Centro e Rio Doce retiraram toneladas de resíduos sólidos nas margens do Rio Doce na margem da avenida Beira Rio.

De acordo com Fernando, presidente do LEO CLUBE a escolha do local foi devido importância do Rio Doce para nossa cidade, além de ser o cartão postal da cidade.

Segundo Marcos Carvalho, presidente do Lions Colatina, o trabalho realizado visa sensibilizar a população acerca do descarte regular dos resíduos. "A coleta existe porque





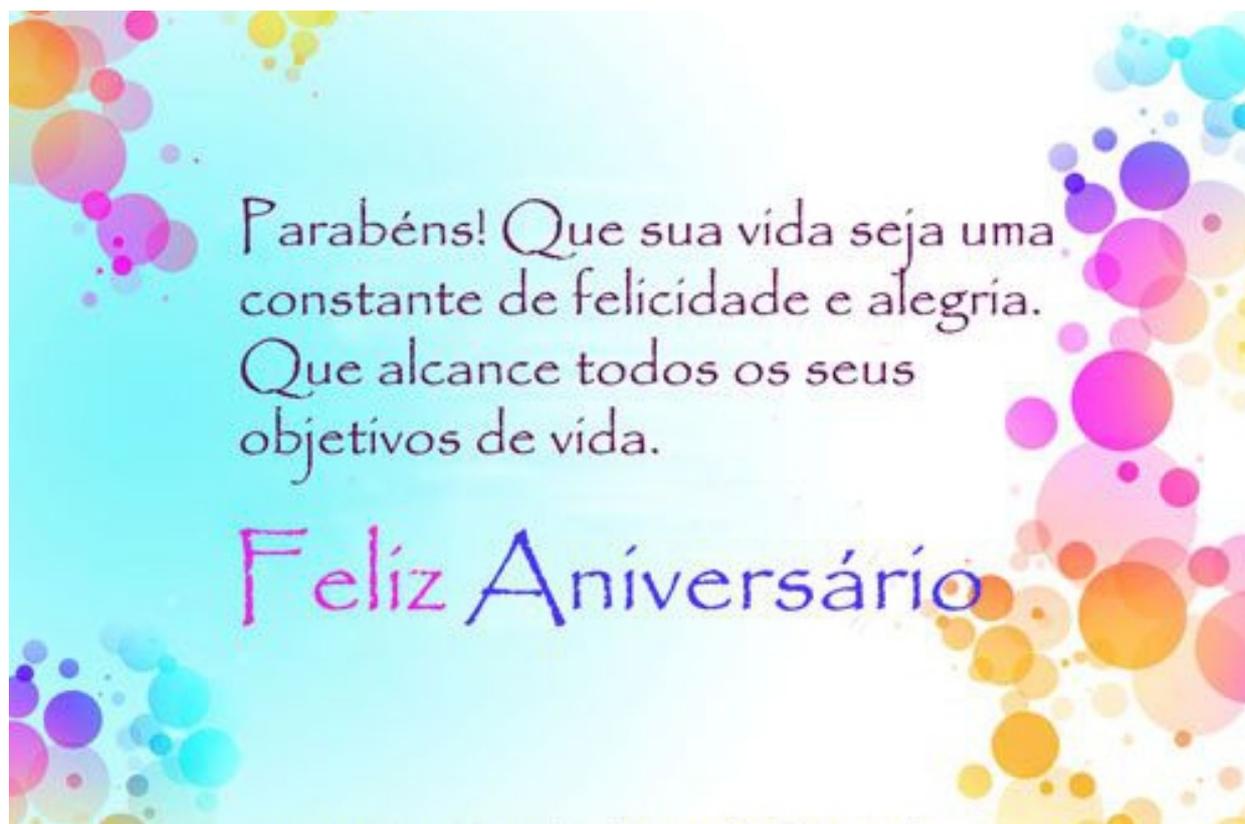
**JUNTOS
NÓS SERVIMOS**

AGOSTO

- 01 - Gleide (DM CL Cristo)
- 03 - CL Giovanni
- 03 - CL Wilson DM Maria Regina (Casamento)
- 08 - Eduardo (F. PDG CL Eduardo Côgo)
- 11 - CL Edivaldo
- 13 - CL Kleser
- 15 - Luizmaik (F. CL Luiz Faitanin)
- 19 - Marcel Victor (F. CL Cristo)
- 19 - CL Léo
- 20 - Deborah (F. CL Motinha)
- 21 - CL Umberto
- 22 - CL Marlon
- 24 - Isabel (DM CL Robson Dalapícolla)
- 24 - João Pedro (F. CL Motinha)
- 25 - Thabata (F. CaL Márcia)
- 26 - Mariza Aparecida (DM CL Alex)
- 29 - Maria de Fátima (DM CL João)

SETEMBRO

- 01 - CL Carlos Zorzaneli
- 01 - CL Wallace
- 02 - Solange (DM CL Paulo Fontana)
- 02 - CaL Rosângela Caliar
- 04 - CL Wanderson G.
- 07 - CL Adênis
- 07 - CL Armênio
- 08 - Ramon (F. CL Roston)
- 10 - Jussara (DM CL Marco Fontana)
- 10 - CL Paulo Fontana e DM Solange (Casamento)
- 13 - CL Ranieri
- 13 - Hudson Neto (F. CL Hudson)
- 15 - Ivanete (DM CL Ranieri)
- 15 - Vitor Hugo (F. CL Motinha)
- 17 - Augusto (F. CL Adênis)
- 19 - Sayonara (DM CL Jobson)
- 22 - Gabriela (DM CL Renato Calefe)
- 23 - CL Robson Dalapícolla
- 24 - CL Joventino Ferrari
- 26 - CL Wanderson R.
- 27 - CL Luiz Faitanin e DM Lucimar (Casamento)
- 30 - Camilla (F. CL Joventino)
- 30 - CL Kleser e DM Érica (Casamento)



AMIGOS DO LIONS



TELEFONE: (27) 3177-7330



LAVAGNOLI
SUPERMERCADOS
Tradição do menor preço.
3722-3611



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



Mineração Granorte Ltda

Extração de Granito

Escritório: Rua Alexandre Calmon, n.º 333
Centro - Colatina - E.S.
Telefone: 3723-5018



"Credibilidade em Representação"



Av. Sívio Avidos, 2690 - São Sívano - Colatina - ES
(Em frente ao Colégio Maria da Luz Gotti)
(27) 3120-2002 * (27) 9 9527-2448



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

27 2101-6600 / 9.9928-9951
Rua Alexandre Calmon, 309 - Centro

ATENDIMOS TAMBÉM NO WHATSAPP

27 3770-4600 / 9.9811-9091
Av. Sívio Avidos, 874 - São Sívano

VENHA CONFERIR NOSSAS OFERTAS



CRECI/ES - 2583-F

Ricardo Vallory
CORRETOR DE IMÓVEIS



Calçada da Rua Geraldo Pereira, 26
Colatina

Fone: 3200-2766

www.claudiamulti.com

27 3722-1732
27 99947-4371
27 98148-5588

Rua D. Pedro II, 20 - B. Esplanada

3722-0598 | 99949-8497

Passo a passo com Você

Belle

99767-8239

Obrigado pela preferência.
Ligue, a gente vai até você!

DUAS LOJAS EM COLATINA

O SEU REVENDEDOR

3722-4094

MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO LTDA

Tels.: (27) 2102-1900 / 99806-5732
belaobra.belaobra@hotmail.com

Colatina - ES (ao lado do Colégio Polivalente)

Conal Contadores
Pedro Costa & Advogados
Costa Consult - Consultores

Campo Society Bola na Rede
Colatina-ES



Contato: 27-3723-4822 / 27-9987-0600

FUNERÁRIA
Shekinah
assistência familiar
Assistência 24 HS
Planos Funerários
Rua Moacir Avidos, nº 215, Vila Nova, Colatina/ES
(ao lado da Padaria Bolão)

Leonardo Costa
CORRETOR DE IMÓVEIS
CRECI 9325-F



SANTA MARIA

Supermercado Principal
Em Vila Lenira
Telefone: 3722-6338

Angeli
FACTORING
Fomento é o nosso negócio.

esana
Contabilidade

ARENORTE
Arca - Brita - Terraplanagem - Serviços de Tratores em Aterro
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

WWW.ANGELIFACTORING.COM.BR
Tel.: (27) 3721-1791 | (27) 99970-2555

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

Clarus
Produtos de Limpeza
DELTA CHEMICALS

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

UNOPAR
www.unoparvirtual.com.br
(27) 3721-7474
Av. Champagnat, 225 - Bairro Marista - Colatina (anexo ao colégio Marista)

GRANITO RIO DOCE
GRD 3721-8358

VOT

pancieri
MADEIRAS E MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

SHIFT
TECNOLOGIA e SERVIÇOS

CAFEX
CAFÉ DO BRASIL
3721-3721

SKOL BRAHMA ANTARES GUARANA ANTARCTICA PEPSI
CAITE
FORÇA, GARRA E DETERMINAÇÃO

