



Certel recebe Prêmio Cooperativa do Ano da OCB



Hennemann (e) e Lazzari (d) com o presidente da OCB, Márcio Freitas. Página 3

União de Carneiros é o campeão da 17ª Copa Certel Sicredi



União de Carneiros, o grande campeão. Página 9

Cooperativas permissionárias têm as maiores notas em pesquisa feita pela Aneel

Página 6

Peso Leve encerra edição
com 800 quilos eliminados
em três municípios

Página 3

Cadastro Ambiental Rural já inclui 130
milhões de hectares

Página 5

Encontro nacional da Infracoop
tratou de temas importantes
e polêmicos

Página 6

Sipat da Certel enfocou prevenção de
acidentes e qualidade de vida

Página 7

Direção reuniu-se
com Líderes de Núcleo

Página 8

5º Congresso da Juventude encerra
com Carta e caminhada

Página 9

Editorial

Luz dos Sonhos presenteou felicidade

Centenas de crianças de Teutônia tiveram um Natal mais feliz. Através de uma iniciativa solidária de colaboradores da Certel e da Certel Energia, coordenada pelo Departamento de Relações Institucionais, a campanha social Luz dos Sonhos Certel, em sua quarta edição, presenteou comunidades carentes do município com momentos de muita alegria e emoção.

No Turismóvel da Prefeitura de Teutônia, colaboradores e diretores das cooperativas, acompanhados pelo Bom Velhinho, percorreram várias localidades para distribuir brinquedos doados pelos colaboradores das empresas e também por empresas parceiras. Não é possível saber quem ficou mais feliz, se as crianças que foram beneficiadas pela campanha, ou os colaboradores que viveram a forte emoção de poder apresentar alguém que enfrenta necessidades.

Foi um gesto nobre, uma atitude louvável idealizada há quatro anos e que vem se fortalecendo com o passar do tempo. Baseada nos princípios solidários da doutrina cooperativista, a campanha encontra na doação de brinquedos um meio de possibilitar que não pensemos somente em nós, mas também em nossos semelhantes.

A entrega dos brinquedos ocorreu no loteamento Meneghetti, no Bairro Alesgut; no loteamento KS, na Vila Popular, no Travessão, na Ferroria, nas Posses, no loteamento Morada do Sol, na Vila Esperança e na Fazenda São José, no Bairro Canabarro.

Sem dúvida alguma, o maior presente foi ver o sorriso das crianças e de suas famílias, e saber que não é tão difícil assim ajudar o próximo. A toda equipe de colaboradores que se engajou nesta nobre causa, os nossos agradecimentos por terem representado tão bem as cooperativas Certel e Certel Energia, e por terem contemplado com muita felicidade os nossos futuros associados.

A todos os apreciadores do Jornal Choque, sejam associados, clientes ou apenas leitores, desejamos que este novo ano seja de muita saúde, alegria, união e cooperação. Obrigado por acompanharem mensalmente as nossas notícias, e um feliz e harmonioso 2015.

As fotos da campanha estão publicadas no Caderno do Xaquinho, confira na página 4.

Mensagem do Presidente



Fatos marcantes de 2014 e perspectivas para 2015

O ano de 2014 foi marcado por relevantes acontecimentos que envolvem as nossas cooperativas, e vale lembrarmos do que aconteceu.

Eleição da nova diretoria

Nas últimas Assembleias Gerais Ordinárias da Certel e da Certel Energia, realizadas em março, foram eleitos novos membros do Conselho de Administração e Fiscal, assumindo importante compromisso com o quadro social, para a próxima gestão.

Substituição do último poste de madeira

Entre os bons acontecimentos para a Certel Energia, salientamos a substituição, no dia 19 de fevereiro, do último poste de madeira por concreto das suas redes de distribuição de energia elétrica. O ato ocorreu na Avenida Benjamin Constant, nº 7.176, no Bairro Moinhos D'Água, em Lajeado, junto à propriedade dos associados Beno e Loraini Reiter, e também marcou o 58º aniversário da Certel, comemorado no mesmo dia.

Incremento do consumo

Felizmente, 2014 registrou um importante incremento de mais de 10% no consumo de energia elétrica, superando todas as expectativas.

Reconhecimento e premiações

A Certel e a Certel Energia também tiveram suas atividades reconhecidas com premiações em nível estadual e nacional:

*** Ser Humano Oswaldo Checchia**

A Certel Energia foi agraciada com o prêmio Ser Humano Oswaldo Checchia, da Associação Brasileira de Recursos Humanos (ABRH-Nacional), com o projeto "Capacitação Compartilhada:

a construção coletiva de empresas produzindo segurança e qualidade de serviços". Este projeto detalhou a qualificação dos profissionais da área elétrica, através do Centro de Treinamento em Eletricidade do Colégio Teutônia.

*** Melhores Fornecedores**

A Certel Artefatos de Cimento foi agraciada com o prêmio Melhores Fornecedores da AES Brasil, que destaca empresas prestadoras de serviços e de materiais, contemplando critérios de segurança, qualidade, produtividade, meio ambiente e social.

*** Top Ser Humano**

A Certel foi laureada com o Prêmio Top Ser Humano, da seccional gaúcha da Associação Brasileira de Recursos Humanos (ABRH-RS). A cooperativa concorreu com o projeto "Para o eSocial, assuntos burocráticos e funcionais ainda são dever do RH: mas a gestão pode ser diferente, com estratégia e criatividade".

*** Responsabilidade Social**

A Certel Energia esteve entre as organizações reconhecidas pela 15ª edição do Prêmio de Responsabilidade Social da Assembleia Legislativa do Rio Grande do Sul, que reconheceu todas as iniciativas socioambientais em prol dos associados.

*** Cooperativa do Ano**

A Certel foi agraciada pela 9ª edição do Prêmio Cooperativa do Ano da Organização das Cooperativas Brasileiras (OCB). Desta vez, a cooperativa concorreu com o projeto que detalhou os serviços do seu provedor de Internet, denominado "CertelNET: disponibilizando Internet para cidades do interior".

também fabrica postes com até 40 metros de altura, destinados ao mercado gaúcho de transmissão de energia.

Pesquisa da Aneel

No Índice Aneel de Satisfação do Consumidor (IASC 2014), pesquisa realizada pela Agência Nacional de Energia Elétrica, a Certel Energia obteve neste ano a nota 85,94, considerada excelente. O IASC é o resultado da pesquisa junto ao consumidor residencial que a Agência realiza todo ano, desde o ano 2000, para avaliar o grau de satisfação dos consumidores residenciais com os serviços prestados pelas distribuidoras de energia elétrica.

Revisão tarifária

Desde 26 de junho, a Certel Energia recebeu, com surpresa, uma redução na tarifa de venda de -6,64%, em média, vigorando até junho de 2015. Para os associados consumidores da classe de alta tensão a redução foi de -2,94% e para os de baixa tensão -8,63%.

Com relação à compra de energia que a Certel Energia efetua das concessionárias, a Aneel determinou um aumento de 36,85% sobre a tarifa atual.

Esta equação, que eleva o preço de compra do produto e reduz o preço de venda, resultou na redução e até inexistência de margem necessária para a realização dos investimentos previstos.

Perspectivas para 2015

Para 2015, muitos desafios estão lançados. O principal deles será conseguir manter o atendimento de qualidade no fornecimento de energia elétrica, considerando-se o aspecto negativo da revisão tarifária, que diminuiu a receita da Certel Energia. Mesmo com menos recursos em caixa, precisamos manter o atendimento que sempre colocou a Certel Energia no topo do ranking de qualidade na distribuição de energia elétrica.

Neste sentido, e auxiliados pelo Sistema Fecoergs, Infracoop e OCB, estamos buscando um realinhamento da composição das tarifas em busca do equilíbrio econômico e financeiro, visando exatamente manter os desafios para melhor atendimento aos associados no que se refere à qualidade da energia distribuída.

A Construtora Cigha, ainda no primeiro trimestre de 2015, lançará outro grandioso empreendimento na cidade de Lajeado, o Condomínio Horizontal Conventos Blumen Park, um projeto espetacular que será orgulho para toda a região.

A Certel Artefatos de Cimento será fortalecida como fornecedora para a região Sul do Estado na linha de postes especiais de até 40 metros de altura, atendendo um mercado em crescimento graças aos fortes investimentos em geração e transmissão de energia dos governos estadual e federal.

As atividades desenvolvidas pela CertelNET, geração de energia e varejo também estarão sendo contempladas com recursos, alocados dentro do planejamento estratégico para os próximos anos, sempre com o objetivo voltado para a qualidade da prestação de serviços.

Erineo José Hennemann

Expediente

Choque

Órgão Informativo da Certel e da Certel Energia

Registrado no Cartório de Documentos sob nº A1-54v-18
Redação, Circulação e Publicidade

Departamento de Relações Institucionais - Certel Energia

Coordenação:
Marco Aurélio Weber
(CRA/RS 27.439)

Editor e jornalista responsável:

Samuel Dickel Bünecker
(MTB/RS 12.547)

Revisão: Elaine Costa

Diagramação: Ana Paula Thesing

Colaboração: Hubert Kalkmann, Harry Lied e Carlos Diedrich

Tiragem: 54 mil exemplares

Endereço Eletrônico

imprensa@certel.com.br

www.certel.com.br/comunicacao

Impressão

Rede Vale de Comunicação (Lajeado)

Distribuição gratuita aos associados e clientes da Certel.

Artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores.

Cooperativa de Distribuição de Energia Teutônia
Certel Energia
Rua Pastor Hasenack, 370
Fone/Fax: (51) 3762-5555
CEP 95890-000
Teutônia - RS

Conselho de Administração Presidente

Erineo José Hennemann
Vice-Presidente
Egon Édio Hoerlle
Secretário
Silvério Brune
Conselheiros
Adelino Leo Horn
Augusto Domingos Favaretto
Claimar Domingos Kohl
Dirceu Bayer
José Inácio Flach
Nelson Nikolai
Pedro Afonso Klein
Remi Elói Klein
Rudi Pedro Kunrath
Silvo Landmeier

Conselho Fiscal

Efetivos: Inácio Krindges, Irene Zimmer e Orlandino Caliar
Suplentes: Inácio Zacarias Dilli, Ingo König e Zeno Seibel

Hidrelétrica Cazuza Ferreira

Também é importante destacar o início das obras de construção da Hidrelétrica Cazuza Ferreira, no Rio Lajeado Grande, na localidade de Capão Alto, no Distrito de Cazuza Ferreira, São Francisco de Paula. A obra da hidrelétrica tem previsão de término para março de 2016. Sua potência instalada será de 9,1 megawatts, o que irá atender a mais de 27 mil pessoas. No empreendimento, a Certel é majoritária.

München Open Mall e München Residence

A Construtora Cigha – fruto de sociedade entre Certel e Imojel – lançou em setembro, em Santa Cruz do Sul, seu mais novo empreendimento comercial e residencial de alto padrão arquitetônico: o München Open Mall e o München Residence. Trata-se de um investimento superior a R\$ 80 milhões, um dos maiores do setor privado já realizados no município.

Indústria de Artefatos de Cimento

Além de industrializar postes de distribuição, agora a Certel Artefatos de Cimento, localizada no Distrito Industrial de Teutônia,

Cooperativa Regional de Desenvolvimento Teutônia
Certel
Rua Pastor Hasenack, 240
Fone/Fax: (51) 3762-5555
CEP 95890-000
Teutônia - RS

Conselho de Administração Presidente

Erineo José Hennemann
Vice-Presidente
Egon Édio Hoerlle
Secretário
Silvério Brune
Conselheiros
Alfonso Décio Schneider
Carmo Both
Hari Brust
Ito José Lanias
Jacy Arnaldo Mörschbacher
Mário Silvério Favaretto
Nelson José Werner
Romeu Silvio Kayser
Roque Schäfer

Conselho Fiscal

Efetivos: Asido Osterkamp, Domingos Acadroli e Meljor Astor Ritter
Suplentes: Arno Luiz Pozzebom, Irio Luiz Lottermann e Livo Landmeier



Peso Leve encerra 23ª edição com 800 quilos eliminados em três municípios

Os participantes da 23ª edição do programa de reeducação alimentar **Peso Leve**, em Lajeado, Teutônia e Santa Clara do Sul, comemoraram em dezembro um emagrecimento coletivo de 800 quilos. O encerramento da edição foi comemorado em encontros nos três municípios, com a participação do presidente da Certel e Certel Energia, Erineo José Hennemann.

A nutricionista, Helena Conrad dos Santos, acompanhada das professoras de educação física Débora Ritter e Indianara Gonçalves, apresentaram todos os resultados conquistados pelo grupo. Em Santa Clara do Sul, foram diminuídos 259 quilos; em Lajeado, 124; e em Teutônia, 418.

Relembaram a importância que tem a reeducação alimentar, com dieta balanceada e prática de atividades físicas, para o bem-estar das pessoas. “Cumprimos cada um de vocês, pois todos se esforçaram e conseguiram diminuir as suas medidas. Que os ensinamentos do programa sirvam para melhorar a saúde e a autoestima a cada dia”, afirma Helena.

A campeã em eliminação de peso foi Patrícia Regina Landmeier, de Teutônia, que emagreceu 23,5 quilos. Juntamente com o marido Ricardo, que eliminou 17,6 quilos, Patrícia sente-se feliz e realizada. “Estou mais bonita e minha autoestima melhorou bastante. Entramos no programa por orientação de um cardiologista, pois estávamos com sobrepeso. É um belo exemplo que levamos também para dentro de casa, tanto que nossos filhos estão comendo mais verduras e frutas



Em Lajeado, eliminação foi de 124 Kg



Em Teutônia, emagrecimento chegou a 418 Kg



Em Santa Clara do Sul, diminuição foi de 259 Kg

agora. Me sinto mais leve e ágil e entro nas roupas que há tempo estavam guardadas e não serviam mais. Não me privei de nada, continuo comendo tudo, mas em menor quantidade. Só aumentei a quantidade de frutas, verduras e água, e incluímos a caminhada e andar de bicicleta como um hábito gostoso e saudável”, relata Patrícia.

Em Lajeado, o participante com maior eliminação de peso foi Sérgio Luis Ritter, com 17,9 quilos, e em Santa Clara do Sul, Paulo Busch, com 18,5 quilos.

Longevidade

Em sua saudação, o presidente Erineo Hennemann, comentou que os investimentos na área social, a exemplo do **Peso Leve**, renderam à cooperativa o reconhecimento da Assembleia Legislativa do Rio Grande do Sul, que concedeu recentemente à Certel Energia o Certificado de Responsabilidade Social. “Cumprimos os senhores pelos bons resultados obtidos através do **Peso Leve**. É uma mudança no estilo de vida favorável a nossa longevidade, a uma vida com saúde e felicidade”, afirmou.

Próxima edição

Já estão abertas nas Lojas Certel as inscrições para a 24ª edição do programa. As vagas estão disponíveis para Teutônia, Santa Clara do Sul e Estrela, sendo necessários grupos de, no mínimo, 50 pessoas em cada município.

9º PRÊMIO COOPERATIVA do ano

Certel foi agraciada pelo Prêmio Cooperativa do Ano da OCB



Representantes de todas as cooperativas premiadas pela OCB

A Certel foi agraciada pela 9ª edição do Prêmio Cooperativa do Ano da Organização das Cooperativas Brasileiras (OCB). Desta vez, a cooperativa concorreu com o projeto que detalhou os serviços do seu provedor de Internet, denominado “CertelNET: disponibilizando Internet para cidades do interior”.

A premiação ocorreu na noite do dia 25 de novembro, no Centro de Convenções Brasil 21, em Brasília. A cooperativa esteve representada pelo presidente, Erineo José Hennemann, e pelo gerente do provedor, Marcus Vinícius Lazzari.

Avaliação

“Foi uma honra muito grande representar a cooperativa nesta premiação.

Sem dúvida, a maior solenidade de reconhecimento de atividades que as cooperativas realizam em benefício de seus associados”, afirma Hennemann.

O presidente enfatiza que a CertelNET foi premiada em função de uma parceria com comunidades e prefeituras para levar o sinal de Internet aos associados do meio rural. Ele enaltece a importância deste trabalho porque, além de haver a fixação do homem ao campo, principalmente do jovem que permanece na sua propriedade com acesso à Internet e inclusão digital, o associado tem a possibilidade de realizar pesquisas, assim como conhecer novas tecnologias e melhorar sua produtividade.

Para o gerente do provedor, o prêmio trouxe o reconhecimento ao trabalho que a Certel já realiza há muitos anos, possibilitando condições às comunidades rurais de terem a sua disposição o acesso à Internet. “Tais comunidades, na maioria dos casos, não possuem sequer cobertura das operadoras tradicionais (fixas e celulares) para realizarem ligações telefônicas. Desta maneira, e sempre considerando o equilíbrio econômico-financeiro, a cooperativa realiza a efetiva inclusão digital de famílias, auxiliando no desenvolvimento das comunidades e procurando manter os jovens no campo”, assinala Lazzari.

Tetra

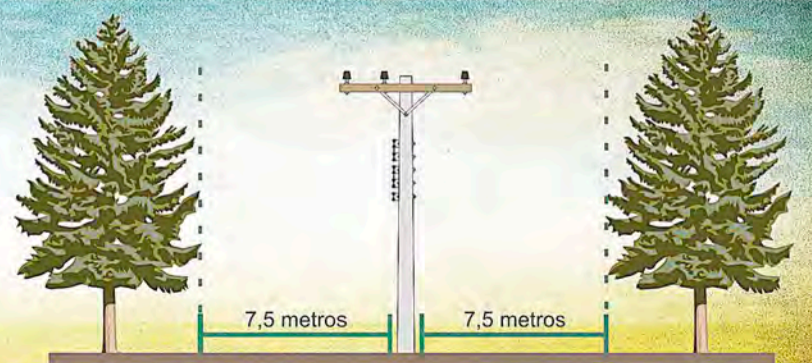
Esta é a quarta vez que a cooperativa é agraciada pela premiação da OCB. Em 2007, a Certel foi contemplada pelo programa de recuperação ambiental desenvolvido na Hidrelétrica Salto Forqueta; em 2009, pelo programa de reeducação alimentar **Peso Leve**; e em 2010, pelo programa Energia Verde em Harmonia Ambiental.



RECOMENDAÇÕES PARA O PLANTIO DE ÁRVORES PRÓXIMO À REDE ELÉTRICA

ASSOCIADO

Ajude a evitar os riscos de interrupção de energia elétrica. Ao plantar árvores, é preciso sempre muito cuidado para os galhos não invadirem a faixa mínima de domínio de 7,5 metros para cada lado da rede elétrica.



Relacionamento com o Cliente

Dicas e informações da Certel Energia

Eletrificação de empreendimentos habitacionais: responsabilidade do empreendedor

* Márcio Daniel Schilling

O crescimento da demanda por imóveis tem despertado o interesse de investidores na construção de empreendimentos habitacionais. A regularização destes, por sua vez, está sujeita ao cumprimento das normas e dos procedimentos estabelecidos por legislação municipal específica, dentre as quais, a exigência da construção pelo interessado das obras de infraestrutura básica para atendimento dos futuros imóveis, inclusive, das redes de distribuição de energia elétrica.

A Resolução Normativa nº 414/2010, da Agência Nacional de Energia Elétrica – Aneel, que estabelece as Condições Gerais de Fornecimento de Energia Elétrica, prevê que a responsabilidade financeira pela construção das redes de distribuição de energia elétrica destinadas à regularização fundiária de interesse específico (loteamentos ou fracionamentos) e ao atendimento dos empreendimentos de múltiplas unidades consumidoras (condomínios horizontais ou verticais) é do responsável pela implantação dos mesmos.

Ou seja, para eletrificação desses empreendimentos, o interessado deverá contratar profissional ou empresa legalmente habilitada no mercado, tanto para

elaboração do projeto elétrico quanto para execução da rede de distribuição de energia. O papel da Certel Energia, nesses casos, limita-se às atividades de análise preliminar do projeto, de fiscalização da obra e de incorporação da rede para fins de operação e manutenção.

A partir disso, solicita-se aos empreendedores que os custos com eletrificação sejam considerados e previstos na fase de projeto, mesmo em se tratando de um simples fracionamento. Também é importante chamar a atenção para a necessidade de planejamento prévio bem definido quanto ao alinhamento das ruas e divisas dos lotes, evitando assim futuros deslocamentos e/ou retiradas de rede ou poste, o que gera transtornos para os futuros proprietários dos imóveis, bem como para a Certel Energia.

Maiores esclarecimentos sobre o assunto em questão poderão ser obtidos nos Postos de Atendimento da Certel Energia ou, ainda, na Central de Teletendimento, através do fone 0800-516300.

* Coordenador de relacionamento com o cliente

Campanha Mãos Dadas com a Saúde contempla morador do Bairro Languiru



Divulgação/HOB



Darci Brust (e) foi o contemplado

No sorteio da Campanha Mãos Dadas com a Saúde do mês de novembro, o contemplado foi Darci Brust, residente no Bairro Languiru, em Teutônia, premiado com um vale-presente das Lojas Certel.

A campanha é realizada numa parceria entre o Hospital Ouro Branco (HOB), de Teutônia, e a Certel Energia. Arrecada mensalmente cerca de R\$ 4,5 mil por meio das doações espontâneas de associados da cooperativa, debitadas nas faturas de energia elétrica, englobando em torno de 1,5 mil contribuintes da microrregião abrangida pelo hospital.

Para saber mais, contate a recepção do HOB pelo fone (51) 3762-1222 ou diretamente com a Certel Energia, pelo 0800 516300.

Número da Sorte



Confira abaixo o Número da Sorte de novembro do Seguro Residencial Certel, formado pelas unidades dos cinco prêmios da

Loteria Federal. O Número da direita a um prêmio de R\$ 5 mil.

Novembro

51775
42765
61762
86357
22140

55270

Estenda sua mão e ajude o hospital da sua região!

Entre em contato com o hospital e contribua com uma doação através da fatura de energia elétrica.

Hospitais participantes:

Hospital Ouro Branco, Hospital São José, Hospital São Salvador, Hospital Comunitário de Marques de Souza, Hospital Dr. Anuar Elias Aesse, Hospital de Caridade São José.





Cadastro Ambiental Rural já inclui 130 milhões de hectares

Divulgação/Emater



Assistente técnico da Emater, Dirceu Islongo

Divulgação/STR Teutônia



Presidente do STR de Teutônia, Liane Brackmann

Cerca de 130 milhões de hectares já foram cadastrados no Cadastro Ambiental Rural (CAR), uma exigência da Lei Florestal para regularização ambiental e a obtenção de financiamento público para produção. O governo federal estima que deverão ser cadastrados, até maio de 2015, 329 milhões de hectares – o total de imóveis e posses rurais do País. A região Norte lidera o número de cadastramentos, seguida pelas regiões Centro-Oeste, Sudeste, Sul e Nordeste.

Criado pela Lei 12.651/12, o CAR é um registro eletrônico obrigatório para todos os imóveis rurais. A partir dele, é formada uma base de dados estratégica para o controle, o monitoramento e o combate ao desmatamento das florestas

e demais formas de vegetação nativa do Brasil, bem como para planejamento ambiental e econômico dos imóveis rurais.

Segundo o secretário nacional de desenvolvimento agropecuário e cooperativismo do Ministério da Agricultura, Pecuária e Abastecimento (SDC/Mapa), Caio Rocha, o CAR é um importante instrumento de planejamento para o produtor rural. “É fundamental para a preservação e monitoramento de áreas degradadas, contribuindo para a melhoria da qualidade ambiental”, afirma.

Os produtores rurais devem ficar atentos ao prazo de inscrição no Sistema de Cadastro Ambiental Rural (Siscar) – sistema eletrônico que comporta todas as informações da propriedade – que vai até o mês de março de 2015. No momento do cadastro, o produtor identifica a localidade e as delimitações da propriedade e deve fornecer ainda imagens por satélite. Por isso, agricultores que não tiverem as informações necessárias para realizar o cadastro, devem procurar a ajuda de um técnico.

Para realizar o cadastro o produtor pode acessar o endereço eletrônico <http://www.car.gov.br/#/> para baixar o Módulo de Cadastro, preenchê-lo e enviá-lo para análise por meio da Internet.

Importante e útil

Segundo o assistente técnico estadual da Emater/RS, Dirceu Islongo, o CAR é uma ferramenta importante e útil para o gerenciamento ambiental, principalmente nas áreas com vegetação nativa do Estado. Para a realização de um bom cadastro, com orientação e responsabilidade, recomenda-se conhecer bem a propriedade. Islongo considera o cadastro importante porque

vai acelerar o processo de adequação ambiental das propriedades. “Depois de efetuar o CAR, o produtor poderá aderir ao Programa de Regularização Ambiental (PRA), e aí terá um tempo, baseado na sua capacidade física e de investimento, para fazer esse plano de recuperação ambiental”, afirma.

O assistente técnico recomenda que o produtor não tenha receio em fazer o cadastro, bastando procurar um órgão de sua confiança, como entidade de classe ou extensão rural, para ter a orientação adequada. “Temos que pensar que a propriedade rural não é apenas um lugar para produzir, mas para viver com qualidade de vida, e o cadastro ambiental pode contribuir para isso”.

O prazo para inscrição é 25 de maio, um ano após sua instituição, com possibilidade de prorrogação por mais um ano. Não existe uma multa para quem não o fizer. “Mas, o que acontecerá lá em 2017, é que quem não o fizer terá dificuldade de acessar políticas públicas, como crédito. Como técnico, diria que o produtor está perdendo uma boa oportunidade para buscar de fato a recuperação de suas áreas degradadas ou algum passivo ambiental cometido ao longo da existência da propriedade. Há tempo para isso depois de inscrito”, enaltece.

Em termos quantitativos, o Brasil pode ser uma referência se levar a bom termo o cadastro ambiental em todo o País. “Como estamos num País continental, seria o maior cadastro ambiental do mundo, pois nenhuma outra nação tem algo desse tamanho”, frisa.

Prazo insuficiente

A presidente do Sindicato dos Trabalhadores Rurais de Teutônia com extensão em Westfália, Liane Brackmann,

vê como positiva a instituição do cadastro, salientando que até foi uma luta da classe sindical que o CAR substituiu a averbação cartorial. No entanto, observa que o prazo de maio de 2015 não será suficiente para a inscrição de todos os produtores. “Em primeiro lugar, porque as fotos datam de 22 de julho de 2008, e desde então muitas coisas se consolidaram para a agricultura familiar para quem fica dentro dos quatro módulos. Além disso, as imagens não são nítidas. Já participamos do treinamento e tivemos de usar fotos recentes de 2014 e transportar para o programa do cadastro em si. É um desafio para regularizar nossas propriedades e imóveis rurais. Em relação àquilo que está consolidado, estamos tranquilos, porque tivemos uma vitória dentro da discussão do Código Florestal que foi esse interesse social dentro da agricultura familiar”, adverte.

O importante, segundo Liane, é que o cadastro seja o documento de regularização ambiental da propriedade. “Até para evitar denúncias, coisa que nós, no dia a dia, estamos lidando também, devido a infrações ou por falta de informação”.

A líder sindical enaltece que é possível produzir preservando e preservar produzindo. “Já estamos tranquilizando o nosso agricultor de que não se trata de um bicho de sete cabeças, e temos a segurança de estar consolidando tudo que tínhamos na propriedade até 22 de julho de 2008”.

Ainda de acordo com Liane, quem buscará recursos já a partir de 2015, precisará já ter feito o CAR. “Queremos que os produtores fiquem tranquilos, pois o sindicato está do lado deles”.



Ricardo Jasper *

Há muitas vantagens no CAR

O novo Código Florestal, Lei nº 12.651, criada em 2012, estabelece que todos os imóveis rurais sejam registrados no Cadastro Ambiental Rural (CAR). O CAR será solicitado para licenciamento ambiental e o proprietário de terras que não o fizer poderá sofrer restrições por parte dos órgãos públicos. Os bancos, a partir de maio de 2017, não poderão gerar operações de crédito sem o recibo do CAR.

Há muitas vantagens no CAR. O produtor que o fizer evitará uma série de autuações por infração administrativa o crime ambiental. Além disso, poderá ter benefícios na contratação de seguro agrícola pela preservação ambiental que faz.

O cadastro, a princípio, é bastante simples de fazer. Algumas questões precisam ser ajustadas no sistema de cadastro para que mais produtores o façam, até por que há prazos a serem cumpridos que, aliás, poderão ser adiados por um ano.

Uma questão importante a lembrar é que o CAR poderá gerar a necessidade de corrigir algum passivo ambiental, o que deverá ser adequado através de um Programa de Regularização Ambiental, que será orientado por técnicos do setor público municipal ou estadual. O que significa passivo ambiental? Alguma área de preservação permanente ou áreas degradadas que precisavam ser melhoradas considerando a legislação ambiental.

O CAR é uma excelente oportunidade para demonstrar ou estimular a melhoria da qualidade ambiental das propriedades e, certamente, contribuirá como instrumento de planejamento para o produtor diante das pressões que o mercado de produtos agropecuários está colocando.

*Engenheiro Agrônomo Consultor de Meio Ambiente

Para sua EMPRESA

Para VOCÊ

CertelNET soluções em conectividade

www.certelnet.com.br facebook.com/certelnet

Cooperativas permissionárias têm as maiores notas em pesquisa feita pela Aneel

A nota média das cooperativas permissionárias, segundo o ranking do Prêmio Índice Aneel de Satisfação do Consumidor (Iasc) de 2014, divulgado pela Agência Nacional de Energia Elétrica, é maior do que a das concessionárias brasileiras. O Iasc é o resultado da pesquisa junto ao consumidor residencial que a agência realiza todo ano, desde o ano 2000, para avaliar o grau de satisfação dos consumidores residenciais com os serviços prestados pelas distribuidoras de energia elétrica.

Mais de 25 mil consumidores residenciais, em 537 municípios, avaliaram a qualidade dos serviços prestados pelas 63 concessionárias e 38 permissionárias de distribuição, entre julho e setembro de 2014.

As cooperativas obtiveram 77,03 de aprovação, ao passo que as demais empresas de distribuição de energia alcançaram 67,74.

A pesquisa abrange a área de concessão das 63 distribuidoras no País, sendo realizadas em torno de 19.470 entrevistas. A intenção é estimular a melhoria da prestação de serviços de energia elétrica, orientada

para a satisfação dos consumidores.

No total, nove cooperativas obtiveram o conceito excelente na categoria até 10 mil unidades consumidoras. Outras 11, entre elas a Certel Energia, obtiveram o mesmo conceito, mas na categoria acima de 10 mil consumidores.

Para o presidente da Organização das Cooperativas Brasileiras (OCB), Márcio Lopes de Freitas, o resultado do Iasc 2014 coroa o trabalho e a dedicação das cooperativas permissionárias de energia elétrica. "Nós sabemos o quanto os gestores dessas cooperativas têm atuado de forma a mitigar as dificuldades regulatórias do setor e garantir mais e mais qualidade na prestação de seus serviços", avalia Márcio Freitas, parabenizando cada cooperativa vencedora pelo resultado de excelência.

O presidente da Certel Energia, Erineo José Henneemann, salienta que a pesquisa comprova a importância das cooperativas de eletrificação para o desenvolvimento do País. "Estamos muito felizes com o resultado desta pesquisa científica, que em nossa área de atuação

foi realizada nos municípios de Teutônia, Boqueirão do Leão e Barão. Foram avaliados os quesitos Qualidade Percebida, Confiança na Gestão e Satisfação Global, e a Certel Energia ficou com a nota 85,94. Sentimo-nos honrados com as respostas e agradecemos aos associados que contribuíram com a pesquisa da Aneel".

Para o presidente da Confederação das Cooperativas de Infraestrutura (Infracoop), Jânio Stefanello, ao analisar o conjunto (cooperativas e concessionárias) do Iasc 2014, comparando os desempenhos, as cooperativas estão muito melhores do que as concessionárias. "É muito importante frisar que 53% das cooperativas listadas possuem notas consideradas excelentes, ao passo que as concessionárias alcançaram apenas 13% das notas avaliadas como excelentes. A partir daí, concluímos que, quanto menor as empresas, maiores e melhores são os índices de qualidade na prestação dos serviços", avalia Stefanello.

Encontro nacional da Infracoop tratou de temas importantes e polêmicos



Certel e Certel Energia estiveram representadas pela direção

Cooperativas de infraestrutura debateram pontos polêmicos e vitais no processo de enquadramento pela Agência Nacional.

A Confederação Nacional das Cooperativas de Infraestrutura (Infracoop), junto com a Organização Nacional do Cooperativismo (OCB) e as seis federações estaduais, realizou o 35º Encontro Nacional do Sistema Infracoop, no dia 27/11, nas dependências do hotel Slaviero Executive Viacatarina, em Palhoça/SC. Estiveram presentes representantes das seis federações estaduais, com 42 cooperativas, mais de 110 representantes, entre presidentes, dirigentes, técnicos e assessores.

Representando a Organização Nacional do Co-

operativismo (OCB) esteve presente Marco Oliveira.

Na ocasião, foram debatidos temas importantes sobre o processo de enquadramento das cooperativas pela Agência Nacional do Setor Elétrico (Aneel) e bem como à defesa do trabalho realizado pelas cooperativas há mais de 70 anos junto ao pequeno produtor e a agricultura familiar.

Dentre os objetivos macros do encontro foram destacados os trabalhos que estão sendo desenvolvidos pela OCB e Infracoop, em defesa do ramo infraestrutura e a necessidade de organização e preparação de dados e informações consistentes, para subsidiar as ações administrativas, jurídicas e políticas.

São três tipos de enquadramento das cooperativas, em andamento na Agência Nacional: o das 38 enquadradas como permissionárias, o das 14 ainda não enquadradas e o das 14 autorizadas enquadradas.

Na abertura do evento, o presidente da Infracoop, Jânio Vital Stefanello, apresentou os trabalhos que estão sendo desenvolvidos, a fim de garantir e melhorar a ação das cooperativas, salientando que "as ações políticas, jurídicas e administrativas visam à continuidade dos trabalhos das cooperativas e, apesar dos processos estarem em estágios dife-

rentes, eles não são excludentes e todos estão e continuarão merecendo a devida atenção." Destacou e parabenizou o prêmio Iasc Aneel, satisfação dos associados, recebido pelas cooperativas, em especial a Cermisões/RS, pela ótima qualidade da energia distribuída. "São pequenos agentes mostrando ao governo que a maior proximidade do consumidor gera, melhor qualidade na prestação dos serviços. Vamos propor que a Agência Nacional faça pesquisa, também, junto aos consumidores rurais". Stefanello finalizou sua apresentação, afirmando: "está sendo importante o acompanhamento e o apoio institucional da organização nacional OCB, em defesa das cooperativas".

Durante o evento houve apresentações técnicas e pontuais sobre os dados e as informações necessárias para a defesa, mais consistente das cooperativas, perante o governo federal e, em especial, junto à Aneel. Estas apresentações foram realizadas pelo engenheiro Luiz Osório, da Federação das Cooperativas do Rio Grande do Sul (Fecoergs) e pelos consultores João Carlos Martins e Gilberto Pelegrini, da Força e Luz Engenharia e da Sinapsis. "Houve uma evolução muito grande na qualidade das informações das cooperativas, porém precisamos fazer com que todas as cooperativas estejam no mesmo nível", disse Martins.

Popular FM (96,9 Mhz), de Teutônia; Germânia FM (88,3 Mhz), de Teutônia; Tirol FM (87,5 Mhz), de Teutônia; Imperial FM (104,5 Mhz), de Nova Petrópolis; Emoção Fm (90,1 Mhz), de Arroio do Meio; Líder FM (98,3 Mhz), de Westfália; Do Vale AM (820 KHz), de Estrela; Independente AM (950 KHz), de Lajeado; e Nova Salvador (87,5 Mhz), de Salvador do Sul.

**contato
direto**

Disponível na Internet, pelo www.certel.com.br/comunicacao.





XOQUINHO

Ano XIX - Janeiro de 2015 nº 239

CHOQUE

DESENHO PREMIADO

Confira os dois desenhos, enviados pelos amiguinhos do Xoquinho, escolhidos para a publicação deste mês.

Envie você também o seu desenho!

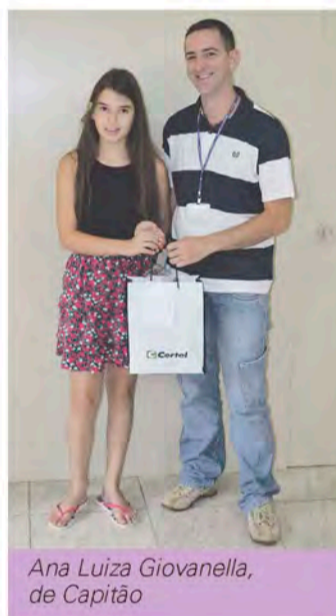
PRISCILA GIL DA C. NEVEZ, 11 ANOS, Cazuza Ferreira



FERNANDO LUÍS KOCHHAM, 12 ANOS, São Vítor, Linha Babilônia, São Pedro da Serra

Premiação

Os criativos autores dos desenhos relacionados ao mascote Xoquinho, publicado mês de novembro e dezembro no Jornal Choque, receberam a sua premiação. Willian Rian Brum, de Picada May, Marques de Souza, teve o seu desenho publicado no mês de novembro e Ana Luiza Giovanella, de Capitão, e Adriane Noll, de Forquetinha, tiveram seus desenhos publicados no mês de dezembro. Os premiados receberam um presente da Certel e da Certel Energia. Faça também o seu desenho e mostre o artista que existe dentro de você!



Ana Luiza Giovanella, de Capitão



Willian Rian Brum (c), de Picada May, Marques de Souza



Adriane Noll, de Forquetinha

Olá amiguinhos,

Faça um desenho relacionado a mim, o Xoquinho, e entregue em um dos Postos de Atendimento da Certel Energia ou envie para o e-mail comunicacao@certel.com.br.

A cada mês, os dois melhores desenhos serão publicados no jornal Choque e receberão um presente surpresa do Xoquinho.

O desenho deve estar identificado com nome, endereço e telefone.

Participe!



GENTE MIÚDA e GENTE BONITA



Júnior Ebeling, de Linha Rodrigues da Rosa, Barão, completará seu primeiro aninho dia 16 de janeiro. É homenageado pelos pais Rosane e Claudir Ebeling. Parabéns!



Davi Matte, de Arroio Abelha, Sério, completou seu primeiro aninho dia 17 de dezembro. É homenageado pelos pais André e Rosana e irmãos Lucas e Luisa. Parabéns!

Rayla Anabelle Schroer, de Castro Alves, Imigrante, completou dois anos dia 2 de dezembro. É homenageada pelos pais Odair e Roseli e irmã Ohana. Parabéns!

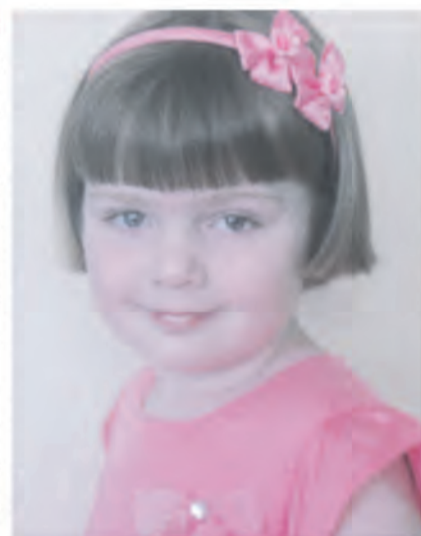


Shayane Volpato dos Santos, de Barão, completará cinco anos dia 24 de janeiro. É homenageada pelos pais Mariane Volpato e Claudio Rafael dos Santos, avós e padrinhos. Parabéns!



Matheus Garcez da Costa, do Bairro Canabarro, Teutônia, completou seu primeiro aninho dia 15 de dezembro. É homenageado pelos pais Celso e Marlene, irmã Milena, avós, Cleci e Remidio, tios, padrinhos e primos. Parabéns!

Natália Anícia Wahlbrinck, de Picada Horst, Westfália, completou quatro anos dia 17 de dezembro. É homenageada pelos pais Mileni e Luciano, avó, Vali, demais familiares e amigos. Parabéns!



Leticia Escher Aquino, do Bairro Canabarro, Teutônia, completou cinco anos dia 15 de dezembro. É homenageada pelos pais Márcia e Fábio. Parabéns!



Adriel Renan Fritsch, de Westfália, completou seu primeiro aninho dia 20 de novembro. É homenageado pelos pais Adriano e Quírcia, avós e demais familiares. Parabéns!

Fernanda Schnorenberger, de Poço das Antas, completará seis anos dia 27 de janeiro. É homenageada pelos pais Marcos e Fabiana, avós, padrinhos e demais familiares. Parabéns!



Nicole Eduarda Markus, de Linha Clara, Teutônia, completou oito anos dia 6 de dezembro. É homenageada pelos pais Jorge e Patrícia e irmão Braylan. Parabéns!

Gabriela Eggers Haas, do Bairro Canabarro, Teutônia, completou quatro anos dia 18 de outubro. É homenageada pelos pais Valmir e Elisiane, avós e padrinhos. Parabéns!



Curta as férias preparando uma deliciosa Nega maluca

INGREDIENTES:

- 3 ovos
- 1 e 1/2 xícara (chá) de açúcar
- 2 xícaras (chá) farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de chocolate em pó ou achocolatado
- 1/2 xícara (chá) de óleo
- 1 colher (sopa) de fermento em pó
- 1 pitada de sal
- 1 xícara (chá) de água quente
- Cobertura:
- 4 colheres (sopa) de leite
- 1/2 xícara (chá) de chocolate em pó
- 1 colher (sopa) de manteiga
- 1 xícara (chá) de açúcar

MODO DE PREPARO:

Bata os ovos com o açúcar, óleo, achocolatado e farinha, depois adicione a água quente e por último o fermento em pó
 Asse em forno com temperatura média por 40 minutos, desenforme quente
 Cobertura:
 coloque todos os ingredientes em uma panela e leve ao fogo até que levante fervura, despeje ainda quente em cima do bolo
 Informações Adicionais
 A receita pode ser preparada também no microondas em forma própria para esse forno. O tempo de espera é de 7 a 9 minutos na potência alta. Aguarde 20 minutos e desenforme Uma cobertura de brigadeiro também fica divina.

Fonte: <http://www.tudogostoso.com.br/receita/54-nega-maluca.html> _ Acessado dia 22 de dezembro de 2014.

CAÇA-PALAVRAS

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

Procure e marque, no diagrama de letras, as palavras em destaque no texto.

Tons da moda

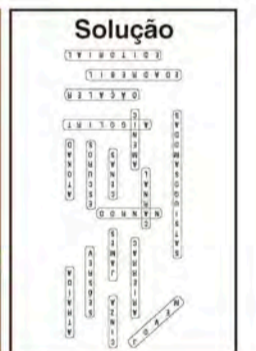
De vez em quando, um novo fenômeno do mercado **EDITORIAL** surge, tornando-se febre em um público específico. "50 Tons de **CINZA**", escrito pela norte-americana E. L. **JAMES**, é o primeiro volume de uma **TRILOGIA**.

A trama, seguida pelos livros "50 Tons Mais **ESCUROS**" e "50 Tons de **LIBERDADE**", conta a história de uma **JOVEM** estudante de literatura que, após entrevistar um homem de negócios mais velho para o jornal de sua faculdade, se descobre **ATRAÍDA** por ele, sendo correspondida. Entretanto, a **RELAÇÃO** entre ambos se estabelece de forma extremamente **CARNAL** e com requintes **SADOMA-SOQUISTAS**.

A série virou líder de vendas em alguns países e já está em produção no **CINEMA**. O filme será protagonizado por Jamie **DORNAN**, do seriado "Once Upon a Time", e **DAKOTA** Johnson, que não possui ainda um papel de destaque na **CARREIRA**. Por causa das **CENAS** mais tórridas, o estúdio chegou a cogitar lançar duas **VERSÕES** do longa.

T	M	F	O	J	R	C	C	O	R	F
R	S	N	O	E	H	I	Y	T	N	A
A	C	V	H	E	C	N	R	R	D	T
A	E	T	O	A	H	Z	S	S	Y	R
M	Y	B	I	R	T	A	A	E	C	A
H	N	C	R	I	B	I	N	Õ	N	Í
R	M	H	M	E	H	A	M	S	I	D
R	O	N	D	R	H	J	Y	R	C	A
M	I	E	L	R	F	A	N	E	T	F
S	D	H	H	A	H	M	G	V	T	D
A	N	O	E	C	I	E	A	S	Y	C
T	C	M	N	I	S	S	N	H	A	H
S	R	D	C	H	G	F	S	C	N	F
I	H	N	A	N	R	O	D	O	T	T
U	D	N	R	O	I	L	N	E	E	I
Q	E	T	N	A	A	C	R	S	S	A
O	O	L	A	L	G	E	E	C	N	T
S	T	L	L	I	O	N	R	U	I	O
A	T	B	E	A	R	A	R	R	R	K
M	M	G	N	M	F	S	I	O	E	A
O	N	F	Y	E	L	R	D	S	H	D
D	O	M	F	N	D	N	A	N	S	F
A	L	T	A	I	G	O	L	I	R	T
S	S	N	N	C	F	T	M	M	A	S
B	G	C	M	M	T	H	N	F	E	T
L	H	R	H	O	Ã	Ç	A	L	E	R
R	L	B	A	H	E	B	T	M	O	A
E	D	A	D	R	E	B	I	L	L	I
N	E	I	T	F	E	G	E	F	N	M
O	Y	E	D	I	T	O	R	I	A	L

27



Xoquinho no Regional



João Catavento e Xoquinho, Anta Gorda



Em Anta Gorda



Em Lajeado

Luz dos Sonhos

A maior meta alcançada é proporcionar aos colaboradores da Certel a satisfação de SENTIR O VERDADEIRO ESPÍRITO DE NATAL, através do brilho no olhar das crianças que terão um Natal mais feliz.



Construindo obras sólidas com você!



**Blocos de Concreto.
Pisos Intertravados.
Postes de Concreto.**

51 3762 6250

artefatos@certel.com.br

www.certel.com.br



Sipat enfocou prevenção de acidentes e qualidade de vida

Uma diversificada programação integrou os colaboradores da Certel e da Certel Energia na 31ª Semana Interna de Prevenção de Acidentes de Trabalho (Sipat), entre os dias 24 e 28 de novembro. Os variados segmentos das duas cooperativas foram contemplados com a abordagem de temas que estimulam a prevenção de acidentes e a melhoria da qualidade de vida. “São 31 anos de Sipat na cooperativa, uma forma de prevenir acidentes e incentivar o bem-estar de nossos colaboradores”, pontuou o presidente, Erineo José Hennemann, em sua saudação, ressaltando que a prevenção de acidentes existe no dia a dia da Certel e da Certel Energia.

Escola, pais e filhos

A primeira palestra foi da psicóloga Graziela Ely, de Lajeado, sobre a responsabilidade das escolas, dos pais e dos filhos. Educar uma criança é um grande compromisso e, muitas vezes, os pais acabam transferindo esta responsabilidade para terceiros. Segundo a profissional, o principal é que haja diálogo entre pai e filho. “Mesmo a criança pequena, que nem tenha a linguagem desenvolvida ainda, entenderá alguma coisa através do diálogo, seja com a expressão facial ou com o tom de voz”, afirma.

Quanto mais diálogo houver, mais crítica a criança se torna, através de pensamentos e conexões. Graziela enfatiza que os pais devem ter em mente o que querem para o seu filho e quais caminhos são necessários percorrer para chegar lá. “Geralmente, a criança aprende mais vendo o que os pais fazem do que ouvindo, e os pais, às vezes, ensinam muito mais sem saber que estão ensinando”, relata.

Superação I

A segunda palestra enfocou a superação e retratou a realidade do lutador profissional de Artes Marciais Mistas (MMA), o teutoniense Dirlei Bronstrup, popular Mão de Pedra. Nas vésperas de conquistar o cinturão na categoria médio pesado do *Jungle Fight*, em São Paulo, contra o argentino Otaviano La Maquina, Mão de Pedra, acompanhado do mestre Fabiano Montes Doca, disse que entrou no MMA para livrar-se da obesidade. “Comecei a treinar e me apaixonei”, frisou. Como recompensa, ganhou condicionamento físico, bem-estar, disposição, saúde, disciplina, lealdade, respeito e amor ao próximo. “As artes marciais mudaram a minha vida”, sintetizou.

Dirlei começou a competir como amador e, ao ganhar diversas lutas, viu que tinha futuro e que estava rumando



Empresário emocionou a plateia

na direção certa. Hoje, está colhendo o que plantou, como ele próprio diz, e se preparando para lutar nos melhores eventos do mundo. “Minha meta é o UFC, e pretendo alcançá-la até 2015. Sei que estou próximo disso, mas ainda preciso treinar muito e superar alguns desafios”, acentuou, enfatizando que quem luta, não briga.

Superação II

A terceira palestra, sobre superação e empreendedorismo, foi proferida pelo proprietário da Pizzaria *Delivery Chef Leon*, de Lajeado, Márcio Dal Cin. Tétraplégico em decorrência de um acidente de trânsito sofrido enquanto trabalhava, Dal Cin disse que a prudência deve ser a palavra de ordem para quem trafega nas estradas. Com o acidente, lesionou a medula na altura do pescoço, quebrando as vértebras C-6 e C-7, perdendo os movimentos do peito para baixo e a sensação de frio e calor na parte inferior do corpo. Tem a limitação física de não poder andar e ser totalmente dependente de alguém, por mais que faça muitas coisas com algumas adaptações.

“Fecham-se algumas portas e abrem-se outras, e aí você tem uma escolha a fazer. Eu preferi entrar naquela nova porta que se abriu. Assim vou evoluindo e desenvolvendo novas capacidades, aprimorando e buscando uma força que, até então, achava que não existia”, emociona-se, ressaltando o vital apoio da família e dos amigos. “Me cerco de gente boa, feliz e com caráter, e toco em frente”, ensina.

Segundo o palestrante, quem está no trânsito deve ter a noção de que “temos o nosso espaço, e não podemos entrar no espaço do outro”. Ele enaltece a necessidade de respeito às normas, às pessoas e ao ambiente em que vivemos.

Furtos, roubos e delitos

A quarta palestra, sobre furtos, roubos e outros delitos, foi ministrada pelo capitão da Brigada Militar de Lajeado, Luciano da Silveira Johann. O capitão salientou que furto é a subtração de coisa alheia móvel sem violência ou grave ameaça, enquanto que roubo é o ato de subtrair coisa móvel alheia mediante

grave ameaça ou violência à pessoa. A pena para o furto é reclusão de quatro a dez anos, e para o roubo, de um a quatro anos e dois a oito anos para furto qualificado. Johann sinaliza que estes crimes têm forte vínculo com o consumo de drogas na região, considerando-se que o crime sustenta o vício.

Para evitar problemas, o capitão recomenda não deixar portões e acessos abertos, nem objetos em locais de fácil acesso; manter luzes ligadas somente à noite, portas com fechaduras reforçadas, grades nas janelas internas e dispositivos de alarme; reconhecer os vizinhos; não manter objetos de valor dentro do veículo; não estacionar em locais ermos ou escuros; manter nos veículos dispositivos de segurança, como alarmes; após acionar alarme/travas, revisar se o veículo realmente ficou fechado; nunca reagir; evitar circular de veículo em locais de pouca movimentação; não andar com vidros abertos; não ostentar objetos pessoais de valor, como joias, celulares, etc.; e observar a movimentação de suspeitos quando for parar o veículo.

Capoeira na Apae

Os colaboradores também assistiram à apresentação de capoeira dos alunos da Apae de Teutônia, orientados pelo professor Reginaldo Pinheiro Pereira. Além de se impressionarem com o belo desempenho do grupo, foram elencados pelo professor os benefícios da capoeira, que trabalha condicionamento físico, lateralidade, reflexo, equilíbrio, flexibilidade, agilidade, concentração, disciplina e autocontrole.

Pereira também observou ser um trabalho diferenciado, por incentivar a inclusão social de pessoas com necessidades especiais. “A capoeira desenvolve vários sentidos, muita noção de espaço e de tempo. Na Apae, ela não objetiva contato, e sim preservar o colega, o que exige muito deles”, disse.

Multas mais caras

Colaboradores de Progresso e São Pedro da Serra também assistiram a palestras sobre trânsito seguro e a elevação de valores das multas a partir de 1º de novembro, conforme a Lei N°

12.971. O instrutor do CFC Reichert, Aldair da Rosa, que palestrou em Progresso, destacou como evitar acidentes pode preservar a vida. Disse que, infelizmente, uma das maneiras de educar também é punindo. “É importante utilizar da educação e do bom-senso, mas vemos que ainda há muitos motoristas imprudentes”, enfatizou.

A multa de ultrapassagem pelo acostamento, que era de R\$ 127,69 e cinco pontos na carteira, passa para R\$ 957,70 e sete pontos. A de ultrapassagem em local proibido, que era de R\$ 191,00 e cinco pontos, passa a R\$ 957,00 e sete pontos. E a de ultrapassagem forçada, mesmo que em local permitido, em que o condutor no sentido contrário é obrigado a ir para o acostamento, passou de R\$ 191,54 para R\$ 1.915,40, e carteira de habilitação suspensa. Na reincidência, o valor é dobrado. “As estatísticas comprovam que as infrações por ultrapassagem correspondem a apenas 3% em relação a todas as infrações, porém, representam 40% do número de mortes no trânsito”, assinala.

Caminhada e vôlei

Os colaboradores também participaram de uma caminhada orientada na pista atlética do Colégio Teutônia, sob a orientação do professor Laudenor Brunne, e de um campeonato de vôlei, na Associação Atlética Certel.

Violência na sociedade

Os colaboradores também assistiram à palestra sobre violência na sociedade, com o delegado de polícia civil de Teutônia, Dr. Humberto Messa Roehrig, que abordou questões locais que envolvem abuso sexual, violência doméstica, número de homicídios e as atribuições da Polícia Civil.

Para evitar furtos, o delegado recomenda precaução em relação a descuidos, como trancar bem a casa, fechar janelas e portas, golpes de telefone e de venda de carro. No caso de crimes graves, nunca se deve reagir. “Patrimônio a gente adquire, mas a vida é uma só”, enfatizou.

Quanto ao crime sexual, Dr. Humberto citou que há um aumento de denúncias na região. É um crime hediondo, extremamente grave que, além do físico, afeta muito o psicológico da criança.

Segundo o palestrante, o que pode incentivar a criminalidade são o consumo de drogas, álcool, diferença social, falta de oportunidades, ganância e o próprio meio. “Sempre que houver um crescimento econômico, infelizmente a criminalidade também aumentará”, observou.



Nossa Terra, Nossa Gente!



Aline Luiza Rambo, de Westfália, completará 13 anos dia 22 de janeiro. É homenageada pelos pais Ademir e Arlete, irmãos: Alexandre, Carla, Camila e Aline, e demais familiares. Parabéns!

Ademir Rambo, de Westfália, completa 51 anos dia 9 de janeiro. É homenageado pela esposa Arlete, filhos: Alexandre, Carla, Camila e Aline, e demais familiares. Parabéns!



Luiz Emilio e Nair Schneider, de Boa Vista, Poço das Antas, comemoraram Bodas de Ouro dia 2 de janeiro. São homenageados pelas filhas: Irene, Adriane, Andréia, Sandra e Greice, genros, sogra, netos e bisneta. Felicidades!



Cintia Bergmann, de Linha Clara, Teutônia, formou-se Técnica em Administração, no Colégio Teutônia. É homenageada pelo pai, madrasta, irmãos, namorado e sogro. Sucesso.



Anderson Roberto Post, de Westfália, completará 26 anos dia 22 de janeiro. É homenageado pela namorada Carla e pelas famílias Rambo e Post. Parabéns!



Olinda Habeck, de Campestre Baixo, Salvador do Sul, completou 80 anos dia 11 de novembro. É homenageada pelos familiares. Parabéns!

Direção reuniu-se com Líderes de Núcleo



Reunião em Salvador do Sul



Reunião em Sério



Reunião em Teutônia

Os líderes de núcleo da Certel e da Certel Energia reuniram-se em dezembro com a direção das cooperativas. As reuniões ocorreram em Salvador do Sul, Lajeado, Sério e Teutônia, contemplando também as lideranças dos demais municípios que integram estas microrregiões.

Foi uma oportunidade de a direção informar sobre o que as cooperativas estão realizando em todas as áreas de atuação.

O presidente, Erineo José Henneemann, destacou principalmente a elevação do consumo de energia elétrica registrado até outubro, 10% superior se comparado ao mesmo período de 2013. Também frisou sobre a construção da Hidrelétrica Cazusa Ferreira, em São Francisco de Paula, cujas obras estão em andamento; sobre a Certel Artefatos de Cimento, que passou a produzir postes de até 40 metros de altura e está com pedidos aceitos até abril de 2015; sobre a construção do Residencial München, em Santa Cruz do Sul, da empresa Cigha; e sobre o Prêmio Cooperativa do Ano 2014, concedido pela Organização das Cooperativas Brasileiras (OCB) em reconhecimento aos relevantes serviços da CertelNET em municípios do interior.

“Agradecemos a participação destas lideranças que, juntamente com a direção, contribuem para que consigamos realizar bons serviços”, enfatizou.



Marlise Ebeling completará 51 anos dia 12 de janeiro, **Glaci Ebeling** 20 anos dia 29 de janeiro, **Nicole Bourscheid** sete anos dia 19 de janeiro, **Junior Ebeling** completará seu primeiro aninho dia 16 de janeiro e **Emily Luisa Bourscheid** dois meses dia 24 de janeiro. A família reside em Barão. São homenageados pelos familiares e amigos. Parabéns!

Mara Cintia Winhelmann, de Boa Vista Fundos, Teutônia, formou-se Engenheira Agrônoma pela Faculdade Eliseu Maciel, Universidade Federal de Pelotas. É homenageada pelo noivo Maico Estevam Pletsch. Sucesso!





União de Carneiros é o campeão da 17ª Copa Certel Sicredi

A noite do dia 9 de dezembro foi marcada pela solenidade de encerramento da 17ª Copa Certel Sicredi, na sede da SER São Cristóvão, em Lajeado. Um total de 41 clubes da região que participaram do campeonato organizado pela Associação de Ligas do Vale do Taquari (Aslivata), além de autoridades, patrocinadores e imprensa, festejaram a conclusão de mais uma exitosa integração esportiva. Na categoria Titulares, a Sociedade União de Carneiros, de Lajeado, foi a grande campeã. O título de vice-campeão coube ao Cruzeiro, de Anta Gorda.

Para o presidente da Sociedade União de Carneiros, Márcio José Gerhardt, o resultado reflete no esforço de toda a equipe e na adoção de novas estratégias. “É uma alegria muito grande, pois fomos campeões nos Titulares e nos Aspirantes. Estamos todos de parabéns e não há palavras para descrever tamanha alegria. É uma conquista que vai ficar para o resto da vida”, comemora.

Gerhardt destaca a aposta do clube em atletas jovens, a base do “segundinho” dos Aspirantes do ano passado. “Todas as comunidades devem gastar menos e se organizar, procurar algum patrocínio, que o resultado vem. Tem muita gurizada boa por aí para jogar”, frisa.



Hennemann parabenizou os 41 clubes deste campeonato

José Roberto Gasparotto



Aspirantes do União de Carneiros também venceram

O presidente da Aslivata, Gilberto Antônio Frigo, ressaltou que a grande conquista desta copa foi a integração das comunidades. “O futebol é lazer, e tem que ser feito com amor para fortalecer amizades. Que pensem no futebol como uma forma de integração e de fazer novos amigos, porque a vida é curta e temos que aproveitar os momentos sorrindo e deixar um legado que é a paz e a amizade. É isso que temos de tirar do futebol”, enaltece Frigo, que encerrou em dezembro o seu mandato de presidente da Aslivata.

Na categoria Aspirantes, o campeão foi também a Sociedade União de Carneiros, e o vice o Alto Taquari, de São Jacó, Teutônia. Já na Veteranos, o União de Palmas, de Encantado, levantou o troféu de campeão, seguido pela SER Juventude, de Teutônia.

O presidente da Certel, Erineo José Hennemann, e o presidente da Sicredi Vale do Taquari, Adilson Metz, falaram em nome dos patrocinadores, ressaltando a importância que tem o futebol no estreitamento de relações entre as comunidades da região. O prefeito de Lajeado, Luis Fernando Schmidt, também observou a contribuição do campeonato para a melhoria da qualidade de vida.

5º Congresso da Juventude encerra com Carta e caminhada

Divulgação/Fetag



Caminhada chamou atenção pelas ruas de Lajeado

Com a denúncia de que a maioria das políticas públicas beneficia as indústrias e o comércio, em detrimento da agricultura familiar, tornando o trabalhador rural refém de um sistema explorador, que visa apenas o lucro sem se preocupar com a vida e o meio ambiente e, ao mesmo tempo, reivindicar políticas públicas voltadas a um novo modelo de desenvolvimento rural, que garanta autonomia, qualidade de vida às famílias e a permanência dos jovens no meio rural. Essa é a síntese da Carta de Lajeado, que saiu do 5º Congresso Estadual da Juventude Trabalhadora Rural, realizado pela Fetag nos dias 25 e 26 de novembro, no Parque do Imigrante, em Lajeado.

A coordenadora de jovens da Fetag, Josiane Einloft, avaliou de forma positiva o Congresso. “Conseguimos de fato motivar a juventude para que participem do movimento sindical, que tenham clareza de sua profissão que é ser agricultor, bem como despertar novas lideranças para que ocupem espaços nos sindicatos”, enfatiza. Para ela, o grande desafio, daqui para frente, é dar continuidade a todo esse trabalho. Na tarde do dia 26, os jovens se deslocaram em caminhada, sob um sol forte, cantando em direção ao centro da cidade, até chegar ao Parque dos Dick, num percurso de aproximadamente três quilômetros. Ali, a Carta de Lajeado foi lida e aprovada por todos e, em seguida, entregue ao presidente da Fetag, Elton Weber.



Em matéria de meio ambiente o melhor fruto vem do conhecimento.

**Alemã****Valorizando as origens****Italiana**

Ich habe jetzt im neuen Jahr schon so viele schöne Worte gelesen und gehört, so viele Wünsche sind ausgesprochen worden, und ich hatte Zeit genug, um zu überlegen, um nachzudenken. Zu Neujahr wird viel gefeiert, zuviel manchmal, es wird viel ausgegeben, um zu zeigen, dass wir glücklich sind.

Unsere Welt ist in den letzten Jahrzehnten sehr klein geworden. Wir wissen in Sekunden-Geschwindigkeit gleich Nachrichten aus aller Welt. Völker, von denen wir vor kurzem noch keine Kenntnis hatten sind in unserer TV, auf unserem Bildschirm. Und da denke ich so manchmal, wie diese Völker leben, ob sie auch ein neues Jahr feiern.

Wenn ich vor einem gedeckten Tisch sitze, mich satt essen kann, in meinem Haus sein darf, meine Familie um mich herum habe, dann stehen mir oft Bilder vor Augen von Brüdern und Schwestern auf dieser Welt, die nicht das mindeste haben um zu leben.

Wenn es schon schwer ist in seiner Umgebung, in unseren Kreisen, Gemeinden in Frieden zu leben, um so schwerer ist es, wenn sich ganze Länder nicht verstehen. Da leben die Leute in Angst vor dem Tod, Angst, nicht weiter leben zu können.

Ja, wir stehen vor einem neuen Jahr. Wir können uns sehr glücklich nennen, wir sind versorgt. Unerwartete Geschehnisse kommen immer wieder auf uns zu, sie gehören zu unserem Leben, und da ist es ein Geschenk, wenn wir immer, in guten wie in traurigen Tagen wissen, wir sind versorgt, wir sind geborgen, wir können vertrauen, dass uns eine mächtige Hand führt und leitet. In einem schönen Lied heisst es:

„Unsre Wege wollen wir nun in Jesu Namen gehen.

Geht uns dieser Leitstern für, so wird alles wohl bestehen

Und durch seinen Gnadenschein alles voller Segen sein. (Benjamin Schmolck)

Diesen Segen im neuen Jahr wünsche ich euch von Herzen. Waltraude Wartschow.

Mitarbeit Waltraude Wartschow. Immer Sonntag. Morgens Rádio Popular FM (96,9 Mhz).
Schöne Musik, Grüße, Geschichten.

El completo de na olta

A tanti no ghe piase mia veder che i ani i se slonga parche cossi i vede che i ze drio diventar vèci. S'ianca la veciaia la vien insieme co na sbrancada de malegràssie, a mi me piase tanto veder che me sbianchisse i cavèi. Go scoperto che par veder passar i ani, na cosa che no se pol mia desmentegarse lè de tirar el fià. Co la toca guai, varistio che no se vede mia rivar el doman o se passa par momenti pericolosi. La cavra che gaveven par el late la se ga desmentegada de tirar el fià e la ze diventada sorasco. Pi tardi la ga tocada enca al pegoron.

Ncoi co se cambia l'età, co se compisse i ani lè fin bel de veder perche i fa bele feste, ndoe se magna e se beve a volontà e anca co se ga fortuna, se guadagna anca qualche sberlon tea schena. Fursi anca qualche regalo. Co ero picinin no me piasea mia veder che vegnia de cambiar i ani, perche a quel tempo i gavea serti costumi che no me piasea. Me fa fastidio ncora ricordar quel tempo perche quando qualchedun era de compleano i costumea tirarghe le recie tante olte quanti i ani che'l compia. Le par quello che go ncora le me recie longhe fin incoi, e sianca ga passà tuti questi ani bisogno dir che le me recie le ze ancora quele che go guadagnà quando son nassesto.

Colaboratore: Luiz A. Radaelli - Lajeado - RS

Anúncios Fúnebres

O líder de núcleo da Certel Energia Elomar Hamester, do Bairro Bom Pastor, Lajeado, faleceu dia 28 de outubro de 2014 aos 70 anos. A Certel transmite suas condolências aos familiares e amigos, e agradece pelo empenho e abnegação de Hamester em favor da causa cooperativista, sempre contribuindo com a melhoria da qualidade dos serviços prestados pela cooperativa em seu município.



Elsira Margarida Klein, de Boa Vista, Poço das Antas, faleceu dia 11 de março de 2014 aos 86 anos. Saudades dos familiares.



Waldemar Carniel, de Linha Fátima, Poço das Antas, faleceu dia 11 de novembro de 2014 aos 75 anos. Saudades dos familiares.



Nelly Kunz, de Poço das Antas, faleceu dia 15 de julho de 2014 aos 73 anos. Saudades dos familiares.



Ari Dahmer, de Westfália, faleceu dia 15 de julho de 2014 aos 73 anos. Saudades dos familiares.



Alfredo Wahlbrink, de Linha Imhoff, Imigrante, faleceu dia 30 de agosto de 2014 aos 89 anos. Saudades dos familiares.



Ady Markus, de Linha São João, Salvador do Sul, faleceu dia 28 de setembro de 2014 aos 72 anos. Saudades dos familiares.



Vicente João Rambo, de Linha Babilônia, São Pedro da Serra, faleceu dia 26 de setembro de 2014 aos 92 anos. Saudades dos familiares.



Silvia Wahlbrink Eckel, do Bairro Teutônia, Teutônia, faleceu dia 14 de setembro de 2014 aos 67 anos. Saudades dos familiares.



Adelina Amelia Wilbert, de Tucanos, Taquara, faleceu dia 10 de setembro de 2014 aos 92 anos. Saudades dos familiares.



Ademio Strate, de Pontes Filho, Teutônia, faleceu dia 3 de setembro de 2014 aos 61 anos. Saudades dos familiares.



Leonilda Morari Zanatta, do Bairro Montanha, Lajeado, faleceu dia 26 de setembro de 2014 aos 79 anos. Saudades dos familiares.



Aldir Rodrigues Ortiz, do Bairro Languiru, Teutônia, faleceu dia 26 de outubro de 2014 aos 67 anos. Saudades dos familiares.



Telmo Olmiro Krabbe, do Bairro Centenário, Lajeado, faleceu dia 1º de outubro de 2014 aos 75 anos. Saudades dos familiares.



Arnoldo Brune, de Linha Berlin, Westfália, faleceu dia 10 de outubro de 2014 aos 79 anos. Saudades dos familiares.



Loni Wilsmann Müller, de Linha Pontes Filho, Teutônia, faleceu dia 7 de outubro de 2014 aos 76 anos. Saudades dos familiares.



Norma Schulte Grave, de Linha Harmonia, Teutônia, faleceu dia 16 de outubro de 2014 aos 79 anos. Saudades dos familiares.



Sibilla Groders Verruck, de Arroio Abelha, Forquetinha, faleceu dia 27 de outubro de 2014 aos 89 anos. Saudades dos familiares.



Leonidia Krummenauer Scherner, de Arroio Abelha, Foquetinha, faleceu dia 27 de outubro de 2014 aos 84 anos. Saudades dos familiares.



Auxílio Pecúlio

O VALOR RECEBIDO, EM CASO DE FALECIMENTO DO ASSOCIADO OU CÔNJUGE, É DE:

Morte Natural: R\$ 3.000,00

Morte Acidental do associado: R\$ 6.000,00

Morte Acidental do cônjuge: R\$ 3.000,00

Obs.: Para ter direito ao Auxílio Pecúlio, o associado deve ter sido consumidor nos seis meses anteriores ao óbito e as contas de luz devem estar em dia. Caso o benefício não seja retirado em três anos, perde-se o direito.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

EM CASO DE MORTE NATURAL:

- Cópia da fatura de energia elétrica referente ao mês do sinistro.

- Cópia simples: Certidão de Óbito; Certidão de Casamento; RG e CPF, do segurado ou cônjuge e dos beneficiários; do cartão bancário do beneficiário; e do comprovante de residência (conta de água ou fatura de energia elétrica) do segurado e do beneficiário.

EM CASO DE MORTE ACIDENTAL VÍTIMA DE CRIME, ACRESCENTAR:

- Cópia simples: do Inquérito policial; do Laudo do IML; do Boletim de Ocorrência; do Termo de Oitivas (declaração de testemunhas do acidente).

EM CASO DE MORTE ACIDENTAL VÍTIMA DE ACIDENTE AUTOMOBILÍSTICO, ACRESCENTAR TAMBÉM:

- Cópia simples: do Laudo de Perícia Técnica; do Laudo de Dosagem Alcoólica e Toxicológica;

- Cópia da Carteira Nacional de Habilitação - CNH.

Qualidade de Vida



Comportamento

Quem nunca...

Sandra Wink*

Começar o artigo com a expressão "Quem nunca"... até parece apontar o dedo para culpar alguém ou rima de música popular. Mas o primeiro artigo do ano é justamente para pensar em quem nunca...

Quem nunca iniciou o ano pensando na série de objetivos, atividades e sonhos que deixou no ano que terminou? E que a partir deste novo momento mágico, a virada do ano, cheia de rituais, de superstições e de comemorações e muitas "bebemorações" quer mudar?

Sim, os rituais de passagens trazem justamente este significado, a mudança, o novo, um ciclo ou uma virada.

Mesmo aqueles que dizem não gostarem dos festejos de Final de Ano-Novo, que preferem dormir, que não gostam de comemorações e festas, acabam se entregando e se envolvendo nas festividades de uma ou outra maneira. Seja assistindo um show da virada, recebendo a mensagem de um amigo ou o abraço de um familiar.

Mas quem nunca iniciou o ano novo tentando corrigir todas as falhas cometidas no ano anterior? Se não leu os livros necessários do ano, o foco é antecipar, se propõe a ler nas férias, a criar uma disciplina para atingir os objetivos. Se não se inscreveu para aquele curso ou vestibular dentro do prazo, agenda outro para não perder os prazos. Se não emagreceu o tanto que tinha planejado, o objetivo será iniciado no primeiro dia do ano. Se não conseguiu viajar, visitar os parentes, comprar sua casa, arrumar aquele quatinho ou aquela peça da casa que algum tempo está nos seus planos...

E, por incrível que pareça, neste momento acontece algo mágico, alguns conseguem, alcançam seus objetivos com disciplina e determinação. Outros, ou a grande maioria, acabam desistindo no caminho, e normalmente a primeira desculpa que usam é: Se não deu no primeiro dia do ano, será na próxima segunda, ou quem sabe depois das férias. E incrivelmente, alguns prorrogam até para depois do Carnaval.

Aqueles sonhos e objetivos traçados vão perdendo foco e são adiados com novos rituais, com novas passagens para definir o prazo, o tempo que temos.

Neste sentido, é importante começarmos o ano com algumas dicas para não entrar no ritmo de "Quem Nunca..."

Planos são importantes? Sim, mas não se cobre demais e nem faça listas inviáveis. Isto não quer dizer que você não tenha que ter seus objetivos: estabeleça-os, mas tenha apenas os principais em mente e não se torne escravo deles! Permita-se viver, evitando a ansiedade, o sentimento de culpa e, principalmente, a frustração das resoluções que não se cumprem.

Neste novo ano a sua mente é que precisa fazer a diferença, a sua determinação e vontade de construir um mundo melhor para si e para os outros. Sua mente é seu guia, mas lembre-se que ela é apenas uma ponte para aquilo que você quer, é preciso que você esteja inteiro, de corpo e alma, em tudo o que for vivenciar.

*Psicóloga CRP 07/14303



Nutrição

Alimentação para curtir melhor o verão

Helena Conrad*

O verão é a época do ano mais propícia para o lazer, especialmente para o passeio ao ar livre, curtindo o sol e a natureza. É a estação das férias, quando as pessoas querem aproveitar a praia, o sol, o mar, a piscina, o camping, enfim, o calor. Mas as altas temperaturas exigem cuidados especiais com a alimentação.

Durante o verão, alimentos saudáveis e de fácil digestão, como as frutas, saladas, legumes, carnes magras, sanduíches leves, vitaminas de frutas e sucos naturais, são bem-vindos. As saladas cruas são ótimas opções para obter energia de forma saudável e leve. Priorize temperar suas saladas utilizando apenas azeite, limão e vinagre.

É importante ter cuidado com o consumo de frituras e alimentos muito gordurosos, como a ingestão de pizzas e doces. Quando abusamos dos alimentos, a digestão fica mais lenta, colocando parte da nossa energia para realizar esse processo, por conseguinte, termos a sensação de mal-estar no calor.

As altas temperaturas do verão fazem com que muitas pessoas fiquem indispostas. E é essa indisposição que faz com que elas comam inadequadamente, "pulando" refeições, ingerindo alimentos gordurosos e pesados e hidratando-se pouco.

No verão, é importante o consumo de água. Beber água durante o dia todo para que a pele não sofra consequências. Não trocar a água por sucos mesmo que forem naturais. Deve-se beber em pequenos volumes, fresca, em uma temperatura agradável.

Para se refrescar é sempre interessante o uso de sucos naturais, picolés de frutas, salada de frutas e saladas. Sucos são bons, por serem fontes de vitaminas e minerais, além de ótimos para hidratação, uma vez que as perdas de líquidos e de sais minerais pelo organismo são maiores.

Sempre ter em mãos frutas, oleaginosas e frutas secas para comer, evitando assim petiscos calóricos como salgadinhos. Não devemos substituir a comida pelo álcool. Além de conterem calorias extras, quando ingeridas em grandes quantidades, estas bebidas podem levar à desidratação e perda de líquido intensa pelo organismo.

Quanto ao consumo de carne, prefira as feitas de forma grelhada ou assada, pois fornecem menos gorduras e calorias. Já alimentos ricos em carboidratos complexos, como arroz, cereais integrais, batata e feijão são boas opções para repor as energias e regular a quantidade de açúcar no sangue.

Com uma alimentação saudável é possível curtir o verão sem deixar a boa forma e muito menos a saúde de lado. Seja prudente e reavalie seus hábitos alimentares. Você se sentirá mais disposto e com a autoestima preservada.

*Nutricionista CRN 1118-2

Receita Deliciosa

WRAP



Ingredientes: 1/2 kg de farinha de trigo, 4 colheres (chá) de sal, 4 colheres (chá) de açúcar, 6 colheres (sopa) de manteiga, 1 tablete (15 g) de fermento biológico, 1 clara.

Preparo: Peneire a farinha, junte o sal, o açúcar, as 4 colheres de manteiga, o fermento, a clara e 1 xícara (chá) de água morna. Bata na batedeira em velocidade média, até a massa ficar homogênea. Divida a massa em 14 partes iguais, faça bolinhas e embrulhe-as com filme plástico. Deixe descansar por 25 minutos. Em seguida, coloque a massa numa superfície enfarinhada. Abra cada uma das bolas com um rolo de macarrão até obter uma espessura de aproximadamente 1 mm e 29 cm de diâmetro. Com a manteiga restante, unte 4 assadeiras. Disponha as massas e leve ao forno por 20 minutos. A massa deverá ficar levemente firme e não deverá dourar. Assim que retirar as massas do forno, guarde-as, uma a uma, em saco plástico, próprio para alimentos, para não perder umidade. O pão pode ser guardado em geladeira de 1 a 3 dias. Deixe a massa enrolada no saco plástico e retire somente antes de usar. Recheie a gosto, enrole e aqueça no forno.

BOLO DE LEGUMES

Ingredientes: 1 xícara de chá de farinha de trigo integral, 1 xícara de chá de farinha de trigo branca, 1 colher de sopa de fermento em pó, 1/2 xícara de chá de óleo, 4 ovos, 4 xícaras de chá de legumes: cenoura ralada, vagem, cebola em cubos, brócolis, 50 g de farelo de aveia, 50g de queijo ralado.

Preparo: Bata no liquidificador os ovos, o óleo e o sal por 2 minutos. Junte as farinhas e o fermento até homogeneizar. Misture os legumes envolvendo-os e coloque em uma assadeira média untada e enfarinhada. Misture o farelo de aveia e o queijo, polvilhe por cima da massa. Leve ao forno por 40 minutos ou até estar corado. Pode ser servido quente ou frio.

Inscrições abertas

ESTRELA

(segundas-feiras - 18h30min às 20h30min)

TEUTÔNIA

(terças-feiras - 18h30min às 20h30min)

SANTA CLARA DO SUL

(quartas-feiras - 18h30min às 20h30min)

Programa de Reeducação Alimentar

Inscrições até dia 5 de fevereiro nas Lojas Certel, das respectivas cidades.

Obs.: A realização do Peso Leve está condicionada ao mínimo de 50 inscritos.

Valor da participação: R\$ 170,00.





VERÃO

EM **14x** IGUAIS
lojas Certel



**ASSOCIADO CERTEL,
 aproveite!**



mannés
CONJUNTO DE SOLTEIRO CLASSIC MALHA
 418907 | 418908
 • Medidas do conjunto: L: 88 x C: 188
14x (0+14)
R\$ 68,80
 À vista: R\$ 688,00
 Total a prazo: R\$ 963,20

CONJUNTO CAMA CASAL CLASSIC MALHA
 418909 | 418910
 • Medidas do conjunto: L: 138 x C: 188
14x (0+14)
R\$ 85,80
 À vista: R\$ 858,00
 Total a prazo: R\$ 1.201,20



Caamun
MESA BYTE
 357566
 • Medidas:
 A: 86,5 x L: 99 x P: 45
**BAIXAR ANÇORA!
 PREÇO imperdível**

R\$ 139,00
 à vista



kappesberg
CADEIRA
 416474 | 416476
3x (0+3)

R\$ 48,47
 À vista: R\$ 129,00 cada
 Total a prazo: R\$ 145,42

MESA
 408308
 • Medidas: A: 75 x L: 160 x C: 80
6x (0+6)

R\$ 60,92
 À vista: R\$ 298,00
 Total a prazo: R\$ 365,49



KIN
LAVA-ROUPAS SERENA
 368815 | 400876
 • Triplo dispenser
 • Turbilhonamento de alto rendimento
 • Filtro pega fiapos
**BAIXAR ANÇORA!
 PREÇO imperdível**

6x (0+6)
R\$ 61,12
 À vista: R\$ 299,00
 Total a prazo: R\$ 366,72



geo
COZINHA
 390186
 • Medidas: 195 x L: 180
14x (0+14)

R\$ 59,90
 À vista: R\$ 599,00
 Total a prazo: R\$ 838,60



Fil Mevvi Tabulosa
CADEIRA
 388010 | 388011

R\$ 44,90
 à vista cada

MESA
 388009
 • Medidas: C: 90 x L: 90
R\$ 89,00
 à vista



Fogão
 410238
 • Acendimento automático total
 • 1 queimador família
 • Botões sobrepostos à mesa
 • Botões removíveis
 • Capacidade do forno de 56 litros
 • Válvula de segurança no forno
 • Luz no forno
 • Forno com grade autodeslizante
14x (0+14)

R\$ 45,90
 À vista: R\$ 459,00
 Total a prazo: R\$ 642,60

cce
TABLET
 420899
 • Tela 7"
 • Processador Dual Core 1.2GHz
 • Android 4.2
 • Memória RAM 1GB
 • Memória interna 8GB
 • Entradas micro USB e mini HDMI
 • Câmera traseira e frontal
 • Wi-Fi
6x (0+6)

R\$ 48,85
 À vista: R\$ 239,00
 Total a prazo: R\$ 293,13



REPRODUZ CD DE AUDIO E MP3

NKK
RÁDIO PORTÁTIL
 420328
 • CD player programável
 • Rádio AM/FM
 • Entrada para fones de ouvido
 • Antena telescópica
 • Funciona na energia elétrica ou com pilhas (não incluídas)
 • 2W de potência RMS
**BAIXAR ANÇORA!
 PREÇO imperdível**

R\$ 99,00
 à vista



COMPRE DE QUALQUER LUGAR,
 ATÉ MESMO EM ALTO MAR
WWW.LOJASCERTEL.COM.BR

Data de validade: 1º a 31/01/2015. Taxa de juros: 14x (0+14) 4,62% a.m. e 71,94 a.a. + IOF | 6x (0+6) 5,90% a.m. e 98,95% a.a. + IOF | 3x (0+3) 5,90% a.m. e 98,95% a.a. + IOF. Imagens meramente ilustrativas.

lojas Certel
 Sempre mais fácil de comprar