

Assembleias apresentaram o melhor desempenho da história da cooperativa



Associados apreciaram prestação de contas e elegeram novos suplentes de delegados. *Páginas 6 e 7*

Empreendedoras rurais têm destaque em Colinas

Tiago Bald/divulgaçãoEmater/RS-Ascar



Produtoras rurais realizam sonho do próprio negócio. *Página 10*

Que cada um faça a sua parte
Página 2

Creas de Teutônia reuniu-se
com a Certel
Página 8

Reciclagem aos profissionais
de linha viva
Página 6

Direção reuniu-se com gerentes
das Lojas Certel
Página 8

Editorial

Diante do avanço da pandemia do Coronavírus (Covid-19), a Certel adotou algumas medidas de caráter preventivo que alteram a rotina no atendimento e que visam a segurança e o bem-estar de seus associados, clientes, colaboradores, parceiros e fornecedores:

- Estão sendo liberados colaboradores que se enquadram aos grupos de risco, e estimulado o trabalho em casa.
- Os Postos Presenciais da Certel Energia estão fechados, e as equipes técnicas foram reduzidas. Sugerimos que os contatos para solicitações de serviços sejam realizados através do Aplicativo Certel Energia, da Agência Virtual ou dos telefones gratuitos 0800 51 6300 ou 0800 520 6300.
- As Lojas Certel estão com suas atividades paralisadas temporariamente.
- Todas essas medidas estão sujeitas a alterações, de acordo com decretos oficiais emitidos por órgãos de saúde.
- A cooperativa também está colaborando com a divulgação das medidas preventivas no Facebook e demais mídias.

Lembre-se sempre:

- Evite sair de casa;
- Não compartilhe bebidas, como o chimarrão;
- Evite cumprimentar com beijos no rosto, apertos de mãos e abraços;
- Evite aglomerações e mantenha ambientes arejados, com janelas abertas;
- Lave bem as mãos com água e sabão ou utilize álcool em gel antes de encostar em áreas como olhos, boca e nariz;
- Tussa ou espirre levando o rosto à parte interna do cotovelo ou cubra com lenços descartáveis;
- Limpe com álcool objetos tocados frequentemente.

Erineo José Hennemann

MENSAGEM DO PRESIDENTE



Que cada um faça a sua parte

Estamos diante de um momento crítico para toda a sociedade. O mundo inteiro enfrenta o desafio de lidar com um vírus que chegou para prejudicar a humanidade. O novo coronavírus, Covid-19, domina espaços cada vez maiores e causa alterações profundas em nossas rotinas. Que saibamos lidar da melhor maneira com esta situação, agindo muito preventivamente, seguindo todas as orientações que os órgãos oficiais de saúde repassam à sociedade.

Acredito que, nunca antes, a cooperação tenha sido tão essencial quanto neste momento. Precisamos nos unir, atendendo às determinações preventivas que tanto estão sendo disseminadas pelos meios de comunicação. Ficar recolhido, na medida do possível, é a melhor forma de proteger nossa família e também nossos amigos. Todos necessitamos deste gesto de resguardo que tanto é apelado agora. Precisamos ser fortes para superar este obstáculo e retomarmos a

vida normal assim que tudo passar.

Além dos riscos à saúde e à vida que este novo coronavírus nos submete, há também os graves reflexos que serão sentidos no aspecto econômico. É uma mudança gigantesca em nosso cotidiano que foi exigida de uma hora para a outra, e as empresas têm de se adaptar a este cenário também. Torçamos para que tudo passe rapidamente, que consigamos dar o exemplo, principalmente, através da reclusão em nossos lares.

Chegamos num estágio de nossas vidas em que menos é mais. Ou seja, quanto menor for nosso contato físico com outras pessoas, mais protegidos estaremos. Manter distância, neste momento em que nos encontramos, é o maior gesto de amor e respeito que podemos ter. E, acima de tudo, que saibamos manter a calma e não entrar em pânico. Atente-se à divulgação de mídias confiáveis, e muito cuidado com as falsas informações. Tudo vai dar certo, desde que cada um de nós fizer a sua parte.

expediente

JORNAL CERTEL
Órgão Informativo da Certel
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: Gabriela Santos e
Samuel Dickel Bünecker
Colaboração: Maiquel André Diel

Tiragem: 61 mil exemplares

Endereço Eletrônico
imprensa@certel.com.br
www.certel.com.br/comunicacao

Impressão
Grupo Sinos

**Distribuição gratuita aos
associados e clientes da Certel.**
Artigos assinados são de inteira
responsabilidade de seus autores e não
representam necessariamente a
opinião do jornal.

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
Lauro Baum
Secretário
Rainer Bünecker

Conselheiros
Pedro Afonso Klein
Roque Schäfer
Joacir Antônio Zanchett
Hari Brust
Nelson José Werner
Silvo Landmeier

Conselho Fiscal
Efetivos: Arno Luiz Pozzebom, Antônio Jahn
e Tânia Maria Schardong
Suplentes: Roberto Carlos Wegner, Irani
Guaragni e Luisa Bauer

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
Lauro Baum
Secretário
Rainer Bünecker

Conselheiros
Remi Elói Klein
Nelson Nikolai
Silvério Brune
Ademir Sipp
Orlandino Caliarri
Jacy Arnaldo Mörschbacher

Conselho Fiscal
Efetivos: Imério Gonzatti, Carmo Both e
Delmar Augusto Colombo
Suplentes: Plínio Caliarri, Paulo Bernardo
Wagner e José Almo Kochhann

Lauro Baum

MENSAGEM DO VICE-PRESIDENTE



A grande lição

Desde a última guerra mundial, não houve episódio em potencial que estremecesse o globo terrestre. Agora, também não. Porém, com efeito característico, o planeta está estagnado diante de um inimigo invisível. Covid-19 (coronavírus). Nascido, segundo informações que nos são apresentadas, numa cidade chinesa, bastou pouco tempo para que sua presença reinasse por praticamente toda terra. Lógico, sempre na carona do ser humano que, com sua indomável ambição pela busca ao desenvolvimento, cria e recria condições mais facilitadas para a locomoção e contatos que promovam novos negócios e comércios. Uma nova realidade está aí. A todo o momento o governo decreta novos cercamentos com a intenção de barrar a entrada daquilo que já está aqui, ali e lá.

Em meio a tantas contradições e superpromoção desde ideias até produtos que deixam a sociedade desnorteada, e contribuem para isso canais televisivos e os próprios auto didáticos especialistas, conforta quando os mais renomados são unânimes nas afirmações de que o vírus em questão é mais brando do que outras gripes e tem baixo poder de letalidade.

Há espaço para a conspiração e também para a reflexão. Se às vezes vem a impressão de que a humanidade se tornou enlouquecida e insaciável, cabe uma profunda análise que só é possível durante uma parada. Há quem diga que o “fenômeno” é saldo de laboratório. Já não é mais hora para essa abordagem. Mas chegou o tempo para refletir. E se a humanidade parece insaciável, vejamos que já não há mais evento religioso o suficiente para que grandes comércios permitam um devido intervalo. O espírito de família é rasgado a todo o momento, seja pelo querer mais ou porque no calendário profissional obedecido por seus integrantes já não há mais distinção de data. Agora sim. Um visitante invisível vem e muda todas as regras. Toques de recolher “antecipam a noite”. Rotas de companhias aéreas são suspensas. Ônibus de coletivos restritos e os super cruzeiros atracados. Colégios param e crianças ficam em casa. A corrida hoje, mesmo que desnecessária é pelos alimentos. Por bem ou por mal, parece que chegou a vez da família, da reflexão e mais algumas coisas atropeladas pelo individualismo e ganância. Um mundo novo é possível, apesar de que às vezes o sinal precisa vir do modo mais agressivo. A lição nos está dada.

Engenharias da Univates contam com novo laboratório na volta às aulas

Divulgação: Nicole Morás/Univates



O Laboratório de Distribuição de Energia Elétrica é uma parceria da Univates e Certel

O Prédio 17 da Universidade do Vale do Taquari - Univates ganhou um laboratório a céu aberto. Trata-se do Laboratório de Distribuição de Energia Elétrica, que dispõe de 13 postes e toda a estrutura de transmissão de energia em média e baixa tensão. No mesmo espaço também está montado o Laboratório de Cabeamento e Instalação de Redes de Dados, que complementa o ambiente de estudos e poderá ser utilizado pelos estudantes dos diversos cursos do Centro de Ciências Exatas e Tecnológicas e dos técnicos.

A implementação da rede é fruto da parceria entre a Univates e a Certel, sendo a estrutura montada pelas equipes da Certel com os mesmos componentes utilizados atualmente na distribui-

ção de energia.

De acordo com o coordenador do curso de Engenharia Elétrica, Juliano Schirmbeck, a nova estrutura permitirá treinamentos em campo aberto, podendo os estudantes, principalmente dos cursos de Engenharia Elétrica e de Engenharia de Controle e Automação, identificar e reconhecer as estruturas utilizadas nas ruas ou até mesmo aplicar conhecimentos sobre projetos, sistemas de proteção, execução de medidas e sistemas elétricos.

Os cursos de Engenharia Elétrica e de Engenharia de Controle e Automação são duas opções entre os 35 cursos de graduação presenciais oferecidos pela Univates. Na modalidade à distância são ofertados 18 cursos, entre bacharelados, licenciaturas e superiores de tecnologia.

Cancelamento de evento

O Grupo Amor Perfeito, de Canabarro, Teutônia, comunica que o baile programado para o dia 4 de abril foi cancelado, devido ao avanço da pandemia do coronavírus Covid-19.

Pela manutenção plena dos bombeiros voluntários

Os bombeiros voluntários são fundamentais para garantir a segurança da sociedade, em especial, de municípios interioranos. Mas, desde 2019, com o lançamento de uma portaria estadual, o trabalho da corporação corre o risco de ser alterado, prejudicando a qualidade do seu atendimento.

Alguns avanços até foram conseguidos este ano, como a não extinção dos corpos de bombeiros voluntários em municípios com menos de 30 mil habitantes, e do direito de atuarem não somente em suas cidades-sede, mas também em locais próximos.

Para apoiar na defesa dos bombeiros voluntários, três teutonienses – Elias Bueno, Leotério Delfino e Eliane Leonice Rohrig – que fundaram a corporação no município, dedicam-se para juntar forças e manter a atuação plena desses heróis. Elias e Leotério já atuaram como bombeiros voluntários. Eles eram bombeiros da antiga empresa Reifer, do Bairro Canabarro, que foi referência para o surgimento do Corpo de Bombeiros Voluntários em Teutônia, que hoje atende também Westfália, Poço das Antas e Paverama.

“Estamos tentando, com todas as forças, reverter totalmente essa situação incômoda e nojenta. Que deixem os bombeiros voluntários trabalhar em paz e segurança. Porque, se os bombeiros militares não conseguem atender todo o Estado, que deixem os voluntários continuarem seu importante trabalho”, assinala Elias.

Leotério observa que a corporação teutoniense conta com 52 bombeiros voluntários formados e capacitados. “Em média, eles levam de dois a três minutos até chegarem a um sinistro. Se dependêssemos dos bombeiros de



A corporação de Teutônia conta com 52 bombeiros voluntários

Estrela, como antigamente, esse tempo seria de 25 a 30 minutos. E, no caso de um incêndio, depois de cinco minutos, na maioria dos casos, os riscos de perda são elevados”, pontua.

Eliane destaca que há uma lista de apoio disponível em empresas da região, como as Lojas Certel. “Vemos um trabalho de anos funcionando muito bem e seria muito triste se isso acabasse ou fosse prejudicado. Convidamos toda a comunidade para que se some a esta iniciativa de apoio à manutenção dos bombeiros voluntários”, frisa.

Hidrelétrica Vale do Leite



Exemplares do Projeto Básico foram entregues

O diretor da TRSul Engenharia Ltda., Elizeu Riba, e o assessor de engenharia civil, projeto e execução, Jorge Luis Jaeger Betti, estiveram recentemente em reunião com os técnicos da área de geração de energia da Certel.

O encontro foi realizado na sede da cooperativa, abordando assuntos pertinentes ao início da obra da Hidrelétrica Vale do Leite. Na ocasião, também foram entregues os exemplares do Projeto Básico consolidado.

Segundo o diretor de geração de energia da Certel, Julio Cesar Salecker, os encontros serão importantes para verificar o andamento do projeto. “As reuniões acontecerão até estarmos com a obra finalizada, é muito importante acompanhar cada detalhe do projeto”, afirmou.

COMUNICADO

Diante do avanço da pandemia do Coronavírus (Covid-19), os Postos Presenciais de Atendimento da Certel Energia estão fechados, e as equipes técnicas também estão reduzidas. A cooperativa orienta que os contatos para solicitações de serviços sejam realizados através do **Aplicativo Certel Energia**, da **Agência Virtual** ou dos telefones gratuitos **0800 516300** ou **0800 5206300**.

A rede de lojas Certel também paralisou suas atividades temporariamente, com retornos determinados de acordo com novas orientações dos órgãos oficiais de cada cidade de atuação.

* Clientes com parcelas vencendo neste período poderão fazer a quitação no primeiro dia de atividade, sem cobrança de juros.

Caso queira efetuar o pagamento por boleto, ligue ou chame pelo WhatsApp (051) 99366-8237.

Eventuais mudanças serão informadas no programa de rádio Contato Direto.

“O coronavírus está aí e temos que saber enfrentá-lo”

Diante do avanço da pandemia do coronavírus (Covid-19), toda sociedade deve se manter muito atenta. Para evitar o que já ocorre em alguns países, que registram elevado índice de mortalidade, é extremamente necessário agir preventivamente e com muita seriedade.

Segundo o coordenador adjunto da 16ª Coordenadoria Regional de Saúde, Ederson da Rocha, os efeitos da incidência do novo coronavírus são mundialmente drásticos. “Estamos enfrentando uma pandemia, já com decretos de calamidade pública. Se não tivermos a mobilização geral de todas as comunidades, municípios e classes sociais, vamos sair muito machucados desse processo”, adverte.

Muitas famílias poderão perder seus entes queridos por conta dessa doença que incomoda e atinge a população de todo o Planeta. “Estamos diante de um fato que mexe com o emocional e causa temor em toda a população. Sem falar nos danos econômicos que serão reflexo de toda essa paralização. Estamos bastante preocupados e trabalhando diuturnamente para, o quanto antes, podermos amenizar essa situação. O coronavírus está aí e temos que saber enfrentá-lo”, pontua Rocha.

Prevenir é o melhor caminho

O especialista em saúde da Coordenadoria, fisioterapeuta e professor da Univates, Gladimir Schwingel, afirma que os hospitais e Secretarias Municipais de Saúde estão mobilizados para possibilitar atendimento. “Se alguém tiver sintomas de gripe, tosse e febre, e esteve em contato com pessoas sob suspeita, entre em contato com a Vigilância Epidemiológica do seu município. O primeiro passo é procurar o Posto de Saúde, que vai orientar e encaminhar para algum tipo de atendimento”, enfatiza.

Se realmente houver suspeita do coronavírus, a orientação inicial é que se permaneça em casa, em modo de isolamento, inclusive da família, para não contaminá-la. “Caso o sintoma seja mais grave, como sensação de desconforto e falta de ar, é hora de buscar ajuda também no Posto de Saúde da sua cidade. Caso necessário, o posto fará o encaminhamento para o hospital, mas essa é a segunda alternativa”, salienta.

De acordo com Schwingel, a região é formada por uma rede de saúde bastante competente, mas prevenir a doença é o melhor caminho. “Porque o grande perigo disso tudo que está por vir é termos muitas pessoas adoecendo com gravidade ao mesmo tempo e, aí, talvez tenhamos problemas por falta de UTI e leitos mais qualificados tecnologicamente. Esse é o grande risco e que causou grande comoção na Itália, entre outros países”, destaca.

O Rio Grande do Sul ainda não teve nenhum óbito, mas já registra



Foto: Reprodução/Internet

Ficar atento aos sintomas e manter o isolamento é fundamental

mais casos positivos. O tempo que tudo isso vai durar, segundo o especialista em saúde, vai depender de como se conseguirá reagir à situação, além de depender da ciência que, neste momento, vem sendo fundamental para desenvolver medicamentos fidedignos e que vençam a doença. “A ciência está produzindo essas condições, está chegando cada vez mais perto da vacina e dos medicamentos e, quando isso acontecer, a crise diminuirá rapidamente”, sinaliza.

Segundo Schwingel, neste momento, todas as recomendações que se veem na televisão, nos noticiários, nos sites do Ministério da Saúde e da Secretaria Estadual de Saúde, ou das repassadas pelas equipes municipais de saúde, estão corretas. “É preciso ficar o máximo

possível em casa, sem muito contato social, pois esta é a melhor forma de prevenirmos uma situação pior”, recomenda.

O Rio Grande do Sul já decretou estado de calamidade pública em saúde coletiva, e é hora de cada um fazer a sua parte para poder suportar bem isso sem muito sofrimento, sem nos machucarmos muito. “A 16ª Coordenadoria está com uma equipe empenhada em fazer o melhor possível, mas também ciente de que sozinhos não conseguiremos. Todos nós precisamos fazer a nossa parte, porque juntos somos mais fortes”, conclui.

Hospitais prontos para atender

A enfermeira do Hospital Ouro Branco, de Teutônia, Neusa Wallauer, enfatiza que, apesar de a instituição ainda não ter confirmado nenhum caso, a situação preocupa pelo risco de contágio dos profissionais que atendem no Pronto Atendimento (PA). “Estamos disponibilizando treinamento, equipamentos de proteção individual (EPI’s) e demais insumos.”

Neusa afirma que o Hospital Ouro Branco, como as demais casas de saúde da região, está organizado para prestar atendimento da melhor forma possível, com processos de atendimento implantado e profissionais treinados. “Existe uma preocupação geral com a situação que estamos vivendo. Estima-se que o ponto alto da pandemia se dê entre abril e maio, mas pode se estender também. Todos devem evitar aglomeração e ficar em casa, em isolamento social”, orienta.

A enfermeira endossa que o HOB, em parceria com a Prefeitura de Teutônia, está reformando uma sala do PA para instalação de respiradores e prestação de atendimento a pacientes que necessitem ser entubados. “Ou seja, estamos montando o que chamamos de ‘atendimento intermediário’, com suporte de atendimento de UTI. Queremos garantir o melhor acolhimento à comunidade”, detalha Neusa.



Faça sua parte para um mundo melhor

Lembramos que você pode auxiliar na manutenção de importantes entidades da sua região, através de doações pela conta de energia elétrica. Entre as entidades conveniadas, estão:

- Apae de Teutônia
- Bombeiros Voluntários de Teutônia e de Salvador do Sul
- Liga Feminina de Combate ao Câncer de Teutônia
- Associação Protetora dos Animais de Teutônia (Apante)
- Conselho Comunitário Pró-Segurança Pública (Consepro) de Teutônia e Santa Clara do Sul
- Hospital Ouro Branco de Teutônia
- Hospital São Salvador de Salvador do Sul
- Associação Hospitalar de Marques de Souza
- Hospital Dr. Anuar Elias Aesse de Boqueirão do Leão
- Hospital Comunitário São José de Sério
- Hospital Santa Isabel de Progresso
- Hospital São José de Barão

Interessados podem entrar em contato direto com as entidades ou com a Certel, pelo 0800 51 6300 ou 0800 520 6300.

Assembleias apresentaram o melhor

O melhor resultado econômico da história da Certel foi apresentado aos associados da cooperativa, em março, através de seis assembleias microrregionais. Realizadas dia 3, em Taquara; dia 5, em Travesseiro e Lajeado; dia 10, em São Pedro da Serra; dia 11, em Progresso; e dia 12, em Teutônia, as assembleias reuniram grande número de associados, contemplando as Microrregiões de Taquara, Marques de Souza, Lajeado, Salvador do Sul, Boqueirão do Leão e Teutônia.

O presidente da Certel, Erineo José Hennemann, juntamente com demais diretores, gestores, colaboradores, conselheiros administrativos, conselheiros fiscais e delegados, foi enfático ao anunciar o excelente momento vivido pela cooperativa. Além da sobra de mais de R\$ 36 milhões apresentada pela Certel Energia, e da alavancagem de resultados em todos os negócios da Certel Desenvolvimento (10% no varejo, 60% na indústria de artefatos de cimento e 35% na geração de energia), Hennemann trouxe uma grande notícia aos associados.



São Pedro da Serra

Assembleias foram realizadas em seis microrregiões

7ª melhor distribuidora

Através de pesquisa realizada pela Agência Nacional de Energia Elétrica (Aneel), a Certel foi classificada como a sétima melhor empresa distribuidora de energia elétrica do Brasil. O presidente dedicou esta conquista a todos os associados e colaboradores da cooperativa, enfatizando que só foi possível graças à participação e aos sentidos de pertencimento e engajamento de todos os envolvidos. Em 2019, a Certel investiu R\$ 8,9 milhões em redes de distribuição, subestações e usinas, e a previsão para 2020 é de um investimento de R\$ 15,6 milhões.

Energia mais barata

Das sobras de mais de R\$ 36 milhões do exercício de 2019, além das habituais destinações, as assembleias aprovaram a proposta da direção, de que R\$ 10 milhões sejam destinados a um fundo para bônus no consumo de energia elétrica. Desta forma, de maio a dezembro deste ano, todos os associados receberão um desconto médio de 5% na fatura de energia elétrica. “Isso se soma ao fato de que já possuímos a energia elétrica mais acessível do Estado, 30% menor em relação às concessionárias. Como cooperativa, temos o compromisso de oferecer aos nossos associados as melhores condições, com



Lajeado

Associados acompanharam resultados da Certel

energia de qualidade e ao menor custo”, afirmou Hennemann.

Novos conselheiros e delegados

Foram eleitos os novos membros do Conselho Fiscal da Certel Energia: Arno Luiz Pozzebom (Boqueirão do Leão), Antônio Jahn (Barão), Tânia Maria Schardong (Teutônia), Roberto Carlos Wegner (Canudos do Vale), Irani Guaragni (Boa Vista do Sul) e Luisa Bauer (Lajeado).

Pela Certel Desenvolvimento, foram eleitos: Imério Gonzatti (Sério), Carmo Both (Capitão), Delmar Augusto Colombo (Teutônia), Plínio Caliarri (Canudos do Vale), Paulo Bernardo Wagner (Igrejinha) e José Almo Kochhann (São Pedro da Serra).

Também foram eleitos suplentes de delegados das Microrregiões de Taquara, Marques de Souza, Lajeado, Boqueirão do Leão e Teutônia.



Travesseiro

Associados decidem diante da votação



Progresso

Cooperativa dará desconto de 5% na fatura de energia elétrica



Taquara

Presidente e demais colaboradores estiveram presentes nas assembleias



RESPONSABILIDADE SOCIOAMBIENTAL DA CERTEL

Como proteger sua saúde mental em tempos de coronavírus?

Créditos: Bruna Bozza/Divulgação

Como seres humanos nós nos organizamos em sociedade através da interação social, estamos habituados a isso, faz parte da nossa rotina e dia a dia. Portanto, é natural que o isolamento social possa trazer algum desconforto, o que pode ocasionar algumas respostas físicas e emocionais que podem afetar tanto nosso sistema imunológico, quanto nosso equilíbrio emocional.

Mas então, como lidar com isso? Segundo a psicóloga Ana F. Winter, temos algumas estratégias para tentar manter a nossa saúde mental o mais equilibrada possível, diminuindo as reações de estresse e ansiedade. “Estamos passando por algo completamente novo, temos que nos isolar, mudar completamente nossa rotina, parar atividades. É claro que isso afeta nossa saúde mental, mas temos como cuidar disso”, analisa.

A primeira coisa a ser feita, de acordo com a psicóloga, é tentar diminuir a quantidade de informações desnecessárias, já que isso pode gerar um quadro de ansiedade. Procure se informar uma vez ao dia, o excesso de informações pode ativar um estado de alerta exagerado, o que prejudica a capacidade do corpo de relaxamento. Tente pensar no isolamento como algo bom, algo feito para o bem comum, em breve sua rotina voltará ao normal.

Tente manter sua agenda de tarefas diárias. Para muitos, o *home office* é uma novidade, o que pode acabar sendo uma experiência nada prazerosa. Ainda que temporária, essa medida pode desorganizar seu dia a dia e trazer um sentimento de insegurança e angústia. “A melhor opção nesse caso é tentar manter ao máximo a rotina, mesmo estando em casa. Organize seu tempo, tire o pijama, faça seu trabalho, mas não esqueça da pausa para o almoço, café, para respirar e jamais abra mão do seu tempo livre e, é claro, descanse!”, complementa Ana.

Para finalizar, a psicóloga alerta sobre o ócio. Evite ficar sem fazer nada, se o trabalho foi suspenso, procure alternativas como atividades manuais, atividades físicas que possam ser feitas em casa, leitura, jogos, etc. Busque atividades que distraiam a sua mente para evitar o desânimo, a tristeza e a solidão. Utilize a tecnologia a seu favor, ela é uma ótima ferramenta hoje em



Psicóloga fala sobre o assunto e dá algumas dicas para mantermos a calma nesse momento

dia. Mantenha-se conectado com a vida, os amigos, sem exageros. A solidão faz parte do nosso estado emocional, mas em excesso ela pode produzir tristeza e potencializar traços depressivos inerentes a cada ser humano.

Coronavírus é uma família de vírus que causa infecção respiratória.

FIQUE ATENTO AOS SEGUINTE SINTOMAS:



Febre e dores de cabeça



Dificuldade para respirar



Tosse e irritação na garganta



Paula Patzlaff Schäfer
*Nutricionista - CRN 14.620



Índira Giacconi
*Odontóloga - CRO 16.487

Melhore a sua imunidade

Coronavírus (CID10) é uma família de vírus que causam infecções respiratórias. O novo agente do coronavírus foi descoberto em 31/12/19, após casos registrados na China. Provoca a doença chamada de coronavírus (Covid-19) (fonte: saúde.gov).

Continue mantendo os bons hábitos alimentares, pois uma boa imunidade é importante para prevenção da doença. Veja alguns alimentos que favorecem a nossa boa imunidade:

Alho: tem função imunoprotetora e uma boa dose de selênio e zinco, nutrientes importantes para evitar gripes, resfriados e outras doenças.

Lichia: rica em vitamina C, auxilia na imunidade e tem propriedades antiinflamatórias. Recomenda-se o consumo de uma porção de cerca de 100 gramas por dia.

Gengibre: Auxilia na defesa do organismo porque possui importante ação bactericida, além de boas doses de vitamina B6 e C.

Iogurte natural: é rico em lactobacilos com propriedades probióticas que melhoram a flora intestinal e fortalecem o sistema imunológico.

Verduras e folhas verdes: são ricas em antioxidantes e ácido fólico, ajudam na prevenção da inflamação.

Frutas cítricas: laranja, abacaxi, limão, acerola, são ótimas fontes de vitamina C.

Evite alimentos industrializados e alimentos ricos em cafeína, pois estes pioram a nossa imunidade. Beba bastante água, se possível mantenha-se ativo em relação à atividade física, faça em casa ou no seu jardim.

Mantenha-se calmo e evite o estresse, pois piora a imunidade e, nesse momento, precisamos estar de bem com ela. Lave bem as mãos e evite ambientes fechados com muitas pessoas.

Portanto, continue nutrindo seu organismo com alimentos saudáveis e mantenha a positividade, nesse momento a saúde deve estar em primeiro lugar.

Implantes Dentários

Implantes dentários são suportes ou estruturas de metal, posicionadas cirurgicamente no osso abaixo da gengiva para substituir as raízes dentárias.

Por serem integrados ao osso, os implantes oferecem um suporte estável para os dentes artificiais, ou seja, próteses parciais e totais montadas sobre implantes não escorregarão nem mudarão de posição na boca, um grande benefício durante a alimentação e fala.

Os implantes dentários também beneficiam a saúde bucal em geral, porque eles não têm que ser apoiados em outros dentes.

Diferentes tipos de reabilitação com implantes:

Implantes ósseo integrado:

São implantados por meio cirúrgico no osso. O período da osseointegração (integração ao osso) leva em média 4 a 6 meses dependendo da região a receber o implante. Após este período, é necessário ligar o implante ao meio bucal, nesta fase o cirurgião dentista remove a gengiva que está recobrimo o implante e finalmente, um dente artificial

(ou dentes) é conectado ao implante, individualmente, ou agrupado em uma prótese que pode ser de dois tipos:

Prótese Protocolo:

Prótese total implantosuportada, fixada sobre 4 a 8 implantes em média, este tipo de prótese é parafusada e retirada apenas pelo seu dentista, é uma prótese que confere boa estética e é uma ótima opção para quem pretende fugir da dentadura, o único inconveniente é que este tipo de prótese é mais difícil de ser higienizada pois todos os dentes são conectados entre si, exigindo bastante cuidado do paciente.

Prótese Overdenture:

Prótese total removível sobre implante, este tipo de prótese é mais barata que a prótese protocolo porque exige menos implantes (2 a 6 em média). Esta prótese é como uma dentadura, porém, tem um encaixe em uma barra que conecta os implantes à prótese, conferindo a esta mais estabilidade e retenção. Esta prótese pode ser retirada pelo paciente e por isto a sua higienização é facilitada.



Foto: Reprodução/Internet

Shot para imunidade

Ingredientes

- 4 gotas de extrato de própolis;
- suco de 1 limão;
- 1 pitada de açafrão;
- e 1 colher de café de mel.

Modo de Preparo:

Misture os ingredientes em um copo pequeno e beba em jejum.



Dr. Carlos Leandro Tiggemann
*Professor de Educação Física - CREF 2/RS-000863



Liliane Gonçalves Driemeier
Monitora dos grupos de saúde comunitária
e assessora de projetos do Capa



Coronavírus: que sentimentos são estes?

Não, não, não... não vou falar para você ficar em casa, lavar as mãos e usar álcool gel, não se preocupe. Não sei bem o que você está sentindo, mas consigo perceber muito bem o que eu estou sentindo. Para muitos, quem sabe a maioria da população mundial, um momento de crise como este, em todos os sentidos, nunca foi presenciada. Possivelmente, os mais velhos tenham passado muitos apuros e maus momentos, seja durante as guerras mundiais, ou em outras pandemias, como a de tuberculose, que perdurou entre 1850 e 1950, e matou mais de 1 bilhão de pessoas. Mas enfim, e agora, como nós estamos lidando com tudo isso?

Os sentimentos são os mais variados. Um deles mexe diretamente no nosso lado racional, e quando falo nisso, não tem como pensar em toda a crise financeira e o grande risco de uma grande recessão mundial. Mais ou menos a sensação é aquela: você passa uma vida trabalhando para juntar uma grana e comprar um super carro, e logo em seguida vem o playboy e te leva ele - injustiça! Não sei se chegaremos a este ponto, mas certamente a possibilidade de esvaziarmos nossos bolsos é enorme. Outro sentimento perturbador é pensar que logo logo teremos familiares e amigos contaminados ao ponto de não resistirem a gravidade da doença, e o pior de tudo, não teremos para

onde correr para a busca de uma solução, visto que leitos hospitalares estarão lotados e a cura desconhecida – impotência. O fato de termos que restringir os contatos sociais e permanecer em casa faz com que venha aquela sensação de que o tempo não passa, ou que demorará uma eternidade para passar - angústia.

Mas também temos várias coisas acontecendo que podem servir de aprendizado para cada um de nós, para cada país, para o mundo. Cada um de nós é muito forte, conseguindo manter o controle de sua vida e administrando todos os sentimentos ruins, isto nos mostra o quanto cada um é forte. Preocupar-se com os mais frágeis, seja na saúde ou no aspecto financeiro, é um sentimento nobre e de extrema necessidade neste momento – compaixão. Não interessa quantos bens temos ou quais foram nossos planos para o mês quem vem ou ano que vem, é hora de simplificar as coisas e sentir a vida simples como ela é – humildade. A necessidade de união de todos em prol de um único objetivo, agindo pelo bem comum, independente de nossa religião, convicção política, formação ou status social nos faz nos sentirmos unidos. Não faço ideia de todas as coisas que podem acontecer nas próximas semanas ou meses, mas tenho certeza que todos sairemos muito diferentes depois de tudo isso - aprendizado.

Benefícios da calêndula e babosa

Ambas, são plantas que tem sido usada desde os tempos mais remotos, na época dos romanos já se sabia dos grandes benefícios das mesmas. Possuem os mesmos benefícios, porém são de espécies diferentes.

A calêndula é uma planta medicinal também conhecida como bem-me-quer ou malmequer, muito utilizada em problemas de pele, feridas, queimaduras, psoríase. Suas propriedades incluem ação adstringente, anti-inflamatória, analgésica, antiabortiva, antialérgica, cicatrizante, antiviral, antifúngica, regula a menstruação e tonifica a pele. Serve para tratamento de acnes, aftas, gastrite, dermatite, úlceras, rachaduras no seio, candidíase, varizes, alergias, assaduras, enfim vários problemas inflamatórios. Contraindicação: Não deve ser usado durante a gravidez.

A babosa, nome científico aloe succotrino, usada desde antigamente para fins medicinais e da beleza, oriunda da África, já era chamada da planta da imortalidade. Ela é muito conhecida pelas suas propriedades calmantes, cicatrizante, anestésica, antitérmica, anti-inflamatória, além de ser ótimo hidratante para os cabelos e pele. Portanto muito utilizada para curar feridas, machucaduras, acnes, unheiros, queimaduras, calcanhar rachados, contra picadas de in-

setos. E no campo da cosmetologia, muito usado para hidratar, fortalece e faz crescer cabelos novos (sua mucilagem), para hidratar a pele, tirar olheiras e inchaços ao redor dos olhos, para suavizar o vermelhão do sol, ajuda a amenizar as rugas etc.

Contraindicações do aloe vera:

O suco de aloe vera não é muito indicado para gestantes, pois é possível que ele influencie no processo de lactação (produção de leite para o bebê). No entanto, o gel pode ser aplicado na pele e no cabelo sem problemas, para tratar irritações, alergias, inflamações e por aí vai.

Além disso, o consumo de alimentos industrializados feitos à base de babosa não está liberado pela Anvisa (Agência Nacional de Vigilância Sanitária). Em um dos informes de seu portal, ela afirma: “A Anvisa já analisou petição de registro de alimento a base de aloe vera, mas a documentação científica apresentada foi insuficiente para demonstrar a segurança de uso. Além disso, os artigos científicos constantes da petição traziam efeitos medicamentosos para a Aloe vera. Assim, a petição foi indeferida e até o momento não há produtos à base de Aloe vera aprovados na área de alimentos”. Enfim, a saúde está na natureza, basta saber e querer usá-la, mas tem que ter cautela.



Construindo obras sólidas.

A Certel Artefatos de Cimento, sempre atuando de forma sustentável, é referência na fabricação de estruturas de concreto armado para redes de distribuição, transmissão e subestações de energia elétrica no mercado gaúcho.



Juventus incentiva futsal feminino



Cerca de 25 meninas já participaram das atividades

Juventus inicia treinamento de futsal com a categoria feminina. Os treinos ocorrem todas às segundas-feiras no ginásio do colégio Teobaldo Closs no bairro de Canabarro. No primeiro dia de treino, 25 meninas participaram das atividades, confira os horários das turmas.

- 17:30 - dos 5 aos 9 anos
- 18:15 - dos 10 aos 15 anos

As atividades são gratuitas e as inscrições podem ser feitas direto com o professor no local do treinamento. O Projeto Viver o Esporte conta com a parceria da Prefeitura Municipal de Teutônia.

Projeto Viver o Esporte



Projeto estimula o esporte desde a infância

Desenvolvido em parceria com a administração municipal de Teutônia, o Projeto Viver o Esporte tem como objetivo, fomentar a prática esportiva, gerando oportunidade por meio da iniciação e formação de atletas, despertando o interesse pela prática esportiva, hábito que quando adquirido

nesta faixa etária acompanha o indivíduo para toda a vida.

Atualmente são atendidas 15 turmas, com mais de 200 crianças dos 5 aos 15 anos. Os treinos são gratuitos e as inscrições podem ser realizadas com o professor, no local de treinamento. Confira os dias e locais de treinamento:

SEGUNDA-FEIRA
Canabarro, Ginásio Teobaldo Closs Feminino
17:30 – 5 aos 09 anos
18:15 – 10 aos 15 anos

18:00 – 8 anos
Canabarro, Ginásio Teobaldo Closs
Categoria 2013
18:00 - 7 anos

13:30 – 10 aos 15 anos
Canabarro, Ginásio da Escola 24 de Maio
17:30 – 5 aos 15 anos

TERÇA-FEIRA
Centro Administrativo, CEMEF/SESI
09:30 – 6 aos 12 anos
Centro Administrativo, SESI
Categoria 2011
13:30 - 9 anos

QUINTA-FEIRA
Alesgut, Ginásio Leopoldo Klepker
17:30 – 5 aos 9 anos
18:15 – 10 aos 15 anos

SÁBADO
Centro Administrativo, SESI
Categoria 2011
10:00 - 9 anos
Centro Administrativo, SESI

QUARTA-FEIRA
Canabarro, Ginásio Teobaldo Closs
Categoria 2012

SEXTA-FEIRA
Canabarro, Campo Atlético Gaúcho Lotamento 8
09:30 – 5 aos 15 anos
Centro Administrativo, CEMEF/SESI
13:30 – 5 aos 9 anos

Categoria 2012
10:00 – 8 anos
Centro Administrativo, SESI
Categoria 2013
10:00 - 7 anos

Passatempo

CAÇA-PALAVRA

www.coquetel.com.br

© Revistas COQUETEL

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

O cérebro e alguns mitos

Conheça alguns **MITOS** referentes ao cérebro **HUMANO**:

- **USAMOS** apenas 10% dele.

De acordo com o neurologista Barry Gordon, da **ESCOLA** de Medicina John Hopkins, usamos quase todo o **CÉREBRO** o tempo inteiro. A variação ocorre apenas em relação à **TAREFA** que está sendo realizada, como quando estamos descansando, caso em que usamos um percentual **MENOR**. Além disso, um estudo realizado nos Estados Unidos, com mais de mil **PESSOAS**, indicou que não existe evidência de que apenas um **HEMISFÉRIO** cerebral seja utilizado.

- As pessoas **ASSIMILAM** o aprendizado de formas diferentes.

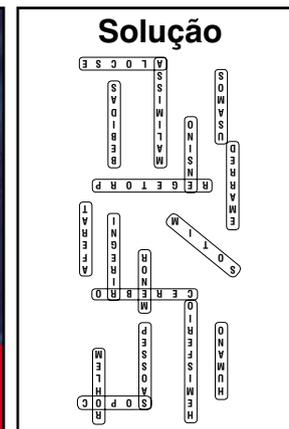
Segundo um estudo realizado na Universidade de Maastricht, na Holanda, as pessoas aprendem **MELHOR** quando o método de **ENSINO** é coerente.

- **BEBIDAS** alcoólicas prejudicam o cérebro.

Uma publicação da Sociedade de Neurociência dos Estados Unidos apontou que **INGERIR** até dois **COPOS** de vinho diariamente pode **PROTEGER** o cérebro adulto, reduzindo as chances de um **DERRAME**.

T R T H C N N T Y R T
M R F E B L S O P O C
Y H S M Y D A G T H R
D U F I R D O L R L F
B M Y S H Y S Y Y E N
T A G F R C S Y R M M
D N M E D T E R D T D
T O F R B Y P E N N R
H C N I H T N N F N R
G M L O F E M B E F N
E R T C E R E B R O N
N R N C G F N N I T L
S C N L T F O B R N A
H O T T R L R T E F F
F T T G N C R C G L E
T E N I T Y F G N Y R
E C D N M R F C I G A
M R M F C C B R L G T
A N S N R D M E R G T
R F R E G E T O R P O
R R R N E M R R E L C
E T B S R M G D B D N
D M N I T A T N E Y D
R U N N C L M N B N E
R S T O T I M S I M C
D A D C N M F T D D B
Y M B B N I R F A B G
B O N N R S R Y S F Y
T S L S F S B T D D B
C D R E Y A L O C S E
E F L Y N R H F N F Y

29



JÁ NAS BANCAS!

desempenho da história da cooperativa

Agradecimento

Hennemann enalteceu a importante contribuição que é dada pelo quadro social e que favorece o crescimento da Certel. Sublinhou também essa nova forma de governança cooperativa, com uma maior aproximação aos associados. “As senhoras e os senhores são a grande força que move a cooperativa.

É muito importante agirmos com total transparência, indo de encontro às comunidades, permitindo que o associado conheça melhor e participe da tomada de decisões. É por vocês que atuamos com muita seriedade, sempre objetivando que nossa cooperativa cumpra da melhor maneira seu compromisso social e econômico”, relatou.



O presidente da cooperativa ressaltou a importância de cada associado

Avaliação

“Sempre sou bem atendida pela cooperativa em todos os serviços prestados. Com relação à energia, não tenho o que reclamar, é de ótima qualidade. Esta é a primeira vez que participo das assembleias e daqui pra frente quero sempre estar presente” - **Glaci Pace, do Bairro Teutônia, Teutônia.**

“Acho muito importância esta transparência da Certel, é uma troca de confiança entre associados e cooperativa. O associado deve participar das assembleias, é onde você pode exercer seu voto, tem o poder de participar nas decisões da sua cooperativa. Se houver algum ponto que o associado não esteja de acordo, este é o momento. Também acompanho o bom trabalho que a Certel está fazendo, a gente vê o presidente falando com o coração. Acho importante essa afetividade” - **Ilaine Fensterseifer, do Bairro Teutônia, Teutônia.**

“Eu sempre participo das assembleias da Certel, é uma forma de acompanhar o que acontece na cooperativa, acho muito importante esta interação. Sobre a energia da Certel, sem dúvidas é essencial e de qualidade. Sempre que relatamos algum serviço para a equipe fomos muito bem atendidos. Nas Lojas Certel não é diferente, o atendimento é ótimo” - **Jovita da Costa, Travesseiro.**

“Gosto muito de participar das assembleias, eu e meu marido sempre acompanhamos a cooperativa e procuramos reforçar o convite para amigos, que façam como a gente e participem também” - **Ila Appel, Forquetinha.**

“Com a separação de assembleias por microrregião, ficou mais prático para os associados acompanharem as assembleias da cooperativa. O presidente explica sempre com muita clareza os assuntos abordados. Sou muito grato à Certel, pois a energia elétrica é de excelente qualidade e

as equipes de plantões estão sempre dispostas no atendimento” - **Nelson Lauri Appel, de Araguari, Canudos do Vale.**

“Já participei de várias assembleias da Certel. Acho muito importante, porque o associado precisa valorizar a cooperativa que traz energia de qualidade às nossas propriedades. Contamos com uma energia muito boa, que sempre retorna logo quando, às vezes, falta. Saio muito satisfeita, pois vemos que tudo é feito com muita responsabilidade” - **Lígia Sprandel Alves, do Bairro Lajeado, Igrejinha.**

“Gosto muito de participar das assembleias da Certel, porque assim ficamos sabendo mais das coisas que envolvem a nossa cooperativa. Temos que ir sempre, pois estamos muito bem, em comparação com outras empresas de energia. Estamos felizes com o atendimento, principalmente com a energia de qualidade que recebemos. É um orgulho ser associado à Certel” - **Ermindo Gauger, de Barão.**

“O sentimento que temos é de dever cumprido entre os dirigentes da cooperativa e os próprios associados. Participo em praticamente todas as assembleias, e gosto porque a expressão da verdade sempre surge, e sempre tem boas novidades. A cooperativa trabalha de forma comunitária e olha para todo mundo, sempre auxiliando para o bem de toda sociedade” - **Odali Batisti, Progresso.**

“Participei pela primeira vez e, com muita alegria, fui eleita suplente de delegado. É de fundamental importância que nós, mulheres, nos envolvamos com as assembleias. Fiquei muito feliz no dia de hoje, porque duas mulheres que concorreram acabaram se elegendo. A cooperativa vem crescendo ao longo dos anos, e sua energia é excelente, sempre pensando em fornecer um produto de qualidade ao associado” - **Grasiela Cândida Petry, do Bairro Igrejinha, Lajeado**

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 e Hospital Santa Isabel de Progresso.





Creas de Teutônia reuniu-se com a Certel

No dia 12 de março, a Certel recebeu a visita da coordenadora do Centro de Referência Especializado de Assistência Social (Creas) de Teutônia, Tainá Kovalski, e um dos conselheiros tutelares de Teutônia, Paulo Doarte. O encontro ocorreu na sede administrativa, com a presença do presidente, Erineo José Hennemann, e os profissionais Wilfrid Dannebrock e Andreia Hauschild Tischer, integrantes do Departamento de Recursos Humanos da cooperativa.

Na ocasião, a coordenadora destacou os serviços prestados pelo Creas e colocou o centro à disposição da cooperativa. “O

Creas é aberto à comunidade de Teutônia, atendemos diversas famílias, sendo de vulnerabilidade ou não. Como a Certel tem muitos funcionários, fomos nos colocar à disposição para o que for necessário”, destacou Tainá, também demonstrando interesse pelo Programa Aprendiz Cooperativo da Certel.

Hennemann cumprimentou o Creas pelo relevante desempenho em benefício da comunidade. “É de iniciativas como essa que precisamos para um mundo melhor. Como cooperativa, também temos o compromisso de estimular qualidade de vida entre nossos associados, e saber que o Creas também está presente nos tranquiliza”, afirmou.



Representantes do Centro foram saudados pelo presidente

Reciclagem aos profissionais de linha viva

As equipes de linha viva da Certel, que atuam no atendimento em redes energizadas, realizaram em março um curso de reciclagem. Ministrador por Osmar José Ribeiro, que possui 35 anos de trabalho na área, o aperfeiçoamento possibilitou aos colaboradores a revisão de metodologias.

Há uma obrigatoriedade legal de se realizar, a cada dois anos, esse tipo de qualificação. “Mas, acima de tudo, esse trabalho se torna muito mais necessário em função da importância de se atualizar e verificar pontos de melhorias nas equipes. Durante essas duas semanas, compartilhamos conhecimentos para que as equipes prossigam mais dois anos utilizando as melhores práticas empregadas no Brasil e no mundo”, assegura.

Ribeiro esclarece que a linha viva trabalha em situações de alto risco, mas com total segurança. Para tanto, reci-



Curso atualizou trabalho da equipe

clagens como essa são fundamentais. “Sendo bem treinados e trabalhando sempre com segurança, profissionais como os da Certel proporcionam à população uma continuidade do sistema elétrico. Isso faz com que o número de ocorrências na rede se torne muito menor”, completa o instrutor.

Direção reuniu-se com gerentes das Lojas Certel



Gestores avaliaram desempenho durante o primeiro trimestre

Os gerentes das Lojas Certel tiveram, em março, mais uma reunião com a direção da cooperativa. Realizado no auditório da matriz da Certel, em Teutônia, o encontro serviu para os gestores avaliarem o desempenho deste primeiro trimestre e delinear as estratégias de atendimento para os próximos meses.

O presidente, Erineo José Hennemann, mostrou-se feliz

com os desempenhos e motivou o grupo a continuar muito engajado na busca por excelentes resultados. “Somos uma cooperativa, e temos que, cada vez mais, mostrar aos associados e clientes o diferencial de atendimento e vantagens que somente este modelo econômico pode oferecer”, assinalou, cumprimentando e desejando muito sucesso a todas as equipes.

Incentivo à



qualificação

Associado!

Aproveite o convênio da Certel com instituições de ensino superior e obtenha descontos para graduação e pós-graduação abertos a associados e dependentes.

Para cursos presenciais, a parceria é com a **Faculdade La Salle de Estrela** e, para cursos à distância, com a **Unopar** e **Ulbra**, ambas de Lajeado, e a **Faculdade La Salle**.

Interessados podem entrar em contato pelo e-mail
comunicacao@certel.com.br

Certel
A força que nos une

DEUTSCH

* Angelita Lohmann

Vom Frosch und von der Maus

“Eine Maus wäre gern durch einen Teich geschwommen. Das konnte sie aber nicht. So bat sie einen Frosch um Hilfe.

Der Frosch war ein Schalk, das ist einer der gerne mit anderen seinen Spaß treibt. Also sprach der Frosch zur Maus:

- Binde deinen Fuß an meinen Fuß, so will ich schwimmen und dich hinüberziehen.

Als sie aber mitten auf dem Teich waren, tauchte der Frosch unter und wollte die Maus ertränken.

Während die Maus sich nun verzwei-

felt wehrte, kam eine Weihe geflogen, packet sie, zog den Frosch mit heraus und fraß sie beide”.

Tja, so ist es manchmal. Wer von uns hat noch nie so was erlebt? Menschen mit schlalkigen Plänen, die uns anquatschen und schummeln wollen. Achtung damit. Vertraue nicht allen. Eine alte Lebensweisheit warnt uns auch heute noch: “Jedem Menschen, dem du Vertrauen schenkst, legst du ein Messer in die Hand: entweder verteidigt er dich vor den anderen oder er sticht es dir direkt in den Rücken”.

* Deutschlehrerin am Col. Teutônia

Mich würden auch Rückmeldungen und Kommentare freuen: angelitalohmann@gmail.com

Luiz A. Radaelli - Lajeado
(51) 99702-8250
www.radiobrasitalian.com.br

TALIAN

El forno de pan

Co se stea in tea colônia par coser el pan se doperea el forno fato de matoni e fango, rangiadi de na magniera compagna a na mesa luna e con buso par ndar via la funana dela legna che se brusea par scaldarlo. Tel piano el pôro pupà el ga messo i matoni pi bëi par mèio urtar e tirar el pan. De banda de fora se ghe urtea fango parche el tegnessa rento el caldo e cosi coser el pan, patate, galine col piën, la carne dei bechi che copeven e tante altre cose bone.

Co la mama spiegha che lera ora de impissar el fogo ntel forno, ciapeven legna de scapoere, fina e suta par che la brusessa svelta, che la fesse bele fiamme e anca bele bronse. Dopo che lera belche caldo, co na spassatora fata de rami verdi se spassea fora na parte dele bronse e l'altra se le dassea tel fondo e in tee bande par che le mantegnassa la temperatura par coser quel che se urtea rento, sia el pan sora la paia de scartossi o altra cosa. Se sarea la porta e dopo scominsieven a sentir l'udor che vegnia fora del forno. Sto udor fea vegner voia de magnar e speteven la ora rivar. Pi de na olta gavemo magnà el pan ncora caldo, co na bela e bona feta de formai, co la puina o col butiro. Pi de na olta gavemo magnà che ne ga fato vegner el mal de pansa. Ma che lera bon nissun ga dúbio. Ai giorni de ncoi par fin chel pan nol ga mia pi el gusto chel gavea sti ani indrio.

ANÚNCIOS FÚNEBRES

Felipina Erna Dilli, de Boa Vista, Poço das Antas, faleceu no dia 06 de janeiro, aos 90 anos.



Auri Henrique Markus, de L^a Geraldo, Estrela, faleceu no dia 14 de janeiro, aos 77 anos.



Diva Leonhard, de L^a Geraldo Alto, Estrela, faleceu no dia 17 de dezembro de 2019, aos 82 anos.



Leandro Gall, do Bairro Centenário, Lajeado, faleceu no dia 20 de novembro de 2019, aos 19 anos.



Irena Schmeier Appel, de Forquetinha, faleceu no dia 30 de junho de 2019, aos 92 anos.



Elmiro Martens, de Santa Clara do Sul, faleceu no dia 04 de janeiro, aos 86 anos.



Lucia Maria Follmann, de Boa Vista, Poço das Antas, faleceu no dia 20 de janeiro, aos 81 anos.



Helma Krume-nauer, de Marques de Souza, faleceu no dia 14 de dezembro de 2019, aos 84 anos.



Octacilio Muller, de Forquetinha, faleceu no dia 24 de dezembro de 2019, aos 91 anos.



Ines Kerber, de Tamanduá, Marques de Souza, faleceu no dia 11 de junho de 2019, aos 83 anos.



Marli Terezi-nha da Silva, do Bairro Canabarro, Teutônia, faleceu no dia 28 de janeiro, aos 59 anos.



Erno Fang-meier, do Bairro Teutônia, Teutônia, faleceu no dia 07 de fevereiro, aos 75 anos.



Domingos Bat-tisti, de Marques de Souza, faleceu no dia 25 de janeiro, aos 86 anos.



Wilmar Lut-terbeck, de L^a Frank, Westfália, faleceu no dia 15 de fevereiro, aos 67 anos.



Sitemia Krei-meier, de Westfália, faleceu no dia 15 de fevereiro, aos 67 anos.



Edio Ricardo Lutterbeck, de Westfália, faleceu no dia 13 de fevereiro, aos 60 anos.



Zeno Bruchez, de Barão Velho, Barão, faleceu no dia 17 de fevereiro, aos 83 anos.



Marcos Schmitz, do Bairro Conventos, Lajeado, faleceu no dia 06 de julho de 2019, aos 30 anos.



Sérgio Bagati-ni, de L^a Carolina Alta, Boa Vista do Sul, faleceu no dia 12 de fevereiro, aos 58 anos.



Glaci Schwarz, do Bairro Languiru, Teutônia, faleceu no dia 20 de outubro de 2019, aos 69 anos.



ENERGIA
SEGURO
DE VIDA

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

Morte natural do associado: **R\$ 3.500,00**
Morte acidental do associado: **R\$ 7.000,00**
Morte natural ou acidental do cônjuge: **R\$ 3.500,00**

Obs.: Para ter direito ao Energia Seguro de Vida, o associado deverá estar em dia com o pagamento da mensalidade. No caso de óbito, o prazo para solicitação do benefício é de até 3 anos após a data do falecimento.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Morte Natural
- Cópia da fatura de energia elétrica referente ao mês do sinistro;
- Cópia da certidão de óbito;
- Cópia simples do RG/CPF do segurado e beneficiários - caso o segurado não tenha RG, é necessária foto 3x4;
- Cópia simples do comprovante de endereço

do segurado e beneficiários;
- Declaração dos herdeiros com data de nascimento;
- Cartão bancário do beneficiário;
- Cópia simples da Certidão de Casamento atualizada - caso não seja enviada a Certidão de Casamento Atualizada, deverá ser encaminhada a Declaração Particular

de Convivência Marital (com duas testemunhas) e, em caso de união estável, é necessário Declaração Pública de União Estável.

Morte Acidental
Acréscitar:
- Cópia Simples do Boletim de Ocorrência Policial;
- Cópia simples do Laudo do IML.

Empreendedoras rurais têm destaque em Colinas

Pode parecer uma simples coincidência, mas não é: o mundo está mudando e cada vez mais as mulheres têm tido protagonismo em atividades e espaços que antes eram destinados apenas aos homens. E, no meio rural, não é diferente. Se antigamente o papel delas no campo era o de cuidar da casa, das atividades domésticas, do almoço, da janta e dos filhos – além de auxiliar na roça –, hoje, elas participam das decisões. Tem poder de escolha, renda própria, qualidade de vida. Situação que pode ser percebida em diversos municípios, como é o caso de Colinas, no Vale do Taquari.

No município, a maioria das agroindústrias familiares é “tocada” por mulheres. São produtoras rurais que materializaram o sonho do próprio empreendimento, o que garante autonomia. Não é por acaso que a agricultora Lourdes Scharb, da localidade de Linha Leopoldina, brinca, quando é perguntada sobre a participação do marido na agroindústria que leva seu nome: “no meu negócio mando eu”, sorri. Sobre o “negócio”, trata-se de uma pequena indústria de compotas e geleias caseiras. “É um sonho que estou realizando”, garante.

A opinião de Lourdes é compartilhada pela de Maria Irena Gattermann, da localidade de Roncadorzinho. Responsável direta pela agroindústria familiar Painela de Ferro, produz biscoitos (sete tipos), pães e cucas que são comercializados todos os sábados na feira local. “Aliás, a própria participação em feiras e em outros espaços públicos, socializando, conhecendo outras pessoas, trocando experiências, é um exemplo do tipo de avanço alcançado quando a mulher rural sai da propriedade”, avalia a extensionista da Emater/RS-Ascar de Colinas, Lídia Dhein.

Para Lídia não se trata apenas de ter seu próprio negócio. “É estar presente na esfera pública, estar envolvida nas decisões”, reforça. Para a

Tiago Bald/divulgaçãoEmater/RS-Ascar



Maria produz biscoitos, pães e cucas



Nossa Terra,
Nossa Gente



Marciane Cantu, de Linha Pedras Brancas, Coqueiro Baixo, realizou sua Colação de Grau em Medicina Veterinária pela Universidade de Cruz Alta, no dia 29 de fevereiro. É homenageada pelos pais Vanderlei e Marcia Luiza Cantu. Desejam muito sucesso nesta nova caminhada, cuidando da saúde e do bem estar dos animais de produção.

Parabéns, Marciane!



extensionista, não é por acaso que, atualmente, o Conselho Municipal da Agricultura, é formado em sua maioria por mulheres. “Isto é algo que mudou através dos tempos, já que já houve conselhos que eram compostos exclusivamente por homens”, salienta. Hoje, em Colinas, há vereadoras, secretárias e uma vice-prefeita, a Regina Sulzbach. “E, nesse sentido, acredito que a mulher tem mais flexibilidade e até mais sensibilidade na hora de discutir os temas relevantes para a comunidade”, pondera Lourdes.

Responsável pela área de agroindústria familiar da Emater/RS-Ascar, o extensionista Alano Tonin salienta o fato de que, seguramente, mais de 60% dos empreendimentos rurais são liderados por elas. “E, novamente, não se trata apenas de produzir alimentos, mas também participar de políticas públicas diversas, nas mais variadas esferas”, observa, mencionando programas como o de Nacional de Alimentação Escolar (Pnae) e o de Aquisição de Alimentos (PAA), além do próprio apoio por meio do serviço de extensão rural, que é conveniado com a Secretaria de Agricultura, Pecuária e Desenvolvimento Rural (Seapdr) do Governo do Estado. Para Irena a questão toda não está em romper com os homens e sim trabalhar para que a independência, a individualidade e o espaço do cada um seja respeitado. “Eu sou casada há 44 anos e é o apoio mútuo que faz com que as coisas funcionem”, finaliza.

Compartilhe conosco os seus momentos de alegria, homenageie seus familiares e amigos nesse espaço que o Jornal Certel proporciona para os seus associados. Preencha o formulário nas Lojas Certel ou Postos de Atendimento, ou acesse www.certel.com.br/comunicacao

FORMATURA BATIZADO CONFIRMAÇÃO
ANIVERSÁRIO CASAMENTO BODAS

Nova diretoria da CIC Teutônia empossada em evento solene

Leandro Augusto Hamester/Divulgação



Nova Diretoria Administrativa e Conselho Fiscal (Gestão 2020 -2021)

“Temos nossos caminhos muito claros, detalhados em um planejamento estratégico que tem como base a representatividade, o desenvolvimento, o associativismo e a prestação de serviços. Teutônia possui uma economia diversificada, com a cooperação no nosso DNA, e a CIC quer seguir incentivando e contribuindo para o desenvolvimento local, regional e estadual.” Essas foram as primeiras palavras do novo presidente da CIC Teutônia, Airton Roque Kist, empossado oficialmente em evento festivo e solene na noite de 05 de março.

Ao lado de seus pares de Diretoria Administrativa e Conselho Fiscal da gestão 2020-2021, ele destacou ainda as diversas ações e projetos desenvolvidos. “Estimulamos a evolução da indústria, do comércio e dos serviços, consequentemente gerando empregos e renda”, disse.

Kist também falou do sentimento ao assumir a presidência. “Esse é um grande desafio, mas tenho a plena convicção de que, com essa diretoria, com essa equipe de funcionários, com a sintonia e a colaboração efetiva dos associados, buscaremos incansavelmente por uma CIC dinâmica e representativa para os interesses da classe empresarial”, defendeu.

A primeira mulher na presidência

Em seu discurso de despedida, a presidente da gestão 2018-2019, Mariza Wolf, falou dos desafios e valorizou o fato de ser a primeira mulher a ocupar o cargo em 20 anos de CIC Teutônia. “Trabalhamos muito, atuamos em diversas frentes, nos reinventamos muitas vezes. O sentimento é de dever cumprido, de felicidade, com a CIC cada vez mais próxima dos seus associados”, ressaltou, fazendo breve retrospectiva da gestão, agradecendo pelo empenho de todos e valorizando as parcerias, entre elas com a Municipalidade.

Exemplo

O presidente da CIC Vale do Taquari, Pedro Antonio Barth, valorizou as características do município. “Teutônia é berço do cooperativismo, aqui se trabalha e se inova em todos os segmentos e o associativismo fala mais alto. O município é exemplo para o Vale o Taquari.”

Orgulho

O presidente do Poder Legislativo de Teutônia, vereador Cleudori Paniz, parabenizou o trabalho da gestão anterior e desejou sucesso ao novo presidente. “Somos parceiros da CIC e juntos discutimos inúmeros projetos, como a Lei da Liberdade Econômica e a regulamentação do comércio ambulante no município, além do apoio a nossa tradicional Festa de Maio. Tenho orgulho de ser associado à entidade há mais de 19 anos.”

Sucesso

O prefeito de Teutônia, Jonatan Brönstrup, igualmente valorizou a participação feminina nas diretorias da CIC e lembrou o início das atividades

da entidade. “A CIC é um *case* de sucesso, de união de esforços, como foi a junção de duas entidades na sua constituição. É isso que buscamos para Teutônia: a construção de uma cidade cada vez mais forte”, disse, lembrando que a entidade é uma construção de muitas pessoas. “Em 20 anos de CIC registramos muitas conquistas para Teutônia, numa sintonia entre a entidade e o Poder Público.”

União

Fazendo uso da palavra em nome da equipe de funcionários, a diretora-executiva, Carina Schulte Bolfe, falou em comprometimento. “Estamos unidos à nova Diretoria Administrativa e Conselho Fiscal, num trabalho de consolidação e sustentabilidade da CIC. Agradecemos, mais uma vez, o voto de confiança.”

Gestão 2020-2021

A nova Diretoria Administrativa e o Conselho Fiscal da entidade empresarial foram eleitos em Assembleia Geral Ordinária na noite de 04 de março. A gestão 2020-2021 é composta pelo presidente Airton Roque Kist; vice-presidente Tânia Maria Schardong; vice-presidente da Indústria, Cíntia Lopes de Abreu Schmidt; vice-presidente do Comércio, Samuel Eduardo Maders; vice-presidente de Serviços, Frederico Adolfo Dahmer; tesoureiro Gustavo Luiz Schnoremberger; e vice-tesoureiro Adelir Luiz Hensel. Cada vice-presidência setorial ainda conta com grupo de diretores.

O Conselho Fiscal é composto pelos membros efetivos Dirceu Bayer, Henrique Klepker e Marcelo Reinheimer, tendo como suplentes Neori Ernani Abel, Rainer Büneker e Marcelo Ricardo Luersen.



Presidente Airton Kist e vice Tânia Schardong



Mariza Wolf passou o cargo para Airton Kist



Vem pra cá

ASSOCIADO

Certel



Aproveite essas
SUPER NOVIDADES!

Atividade



490ml

79,00
à vista

CONJUNTO TAÇA VINHO
6 PEÇAS BARONE NADIR
449267



350ml

29,90
à vista

CONJUNTO COPOS
6 PEÇAS MARROCOS NADIR
449265



270ml

14,90
à vista

CONJUNTO COPOS
6 PEÇAS NATURE NADIR
449266



59,00
à vista

CONJUNTO PRATOS FUNDOS
6 PEÇAS DIAMANTE DURALEX
449263

5,3 Litros

COM TAMPA



79,00
à vista

LASANHEIRA RETANGULAR
MARINEX
449259



249,00
à vista cada

APARELHO JANTAR
42 PEÇAS HOME CLASS
449200 | 449201 |
449202 | 449203

Fala
Certel



WhatsApp
(51) 92887463



Curta a página
fb.com/lojascerteloficial



Ligue gratuitamente
0800 722 0505



Envie por e-mail
fala@certel.com.br

Promoções válidas no período de 01/04 a 30/04/2020 ou enquanto durarem os estoques. Venda a prazo sujeita a aprovação de crédito. Imagens meramente ilustrativas.

lojas
Certel
www.lojascertel.com.br