REVISTA

# IMPERADOR

DEZEMBRO|2020 Edição 35




## ESCOLINHAS PREMIADAS

Confira as principais premiações do Jazz e do Ballet em 2020

**Página 04**

## E MAIS:

Escolinhas esportivas seguem os protocolos de segurança na execução das atividades

**Página 04**



**Nós chegamos até você.**

Siga o mesmo caminho até
o seu cliente. **Anuncie aqui.**

MÁGICA
EMPRESARIAL

Conheça
nossas mídias
alternativas!

(31) **3939-3280**
(31) **97542-2580**
**@magicaempresarial**

# ÍNDICE imperador


03 | PALAVRA DO PRESIDENTE
04 | ESPORTES
14 | PROTOCOLO DE SEGURANÇA
16 | SECRETARIA
18 | SOCIAL
22 | ATIVIDADES SUPER PEDRINHO


## *Ouvidoria*

A ouvidoria é o canal direto que o associado tem com o Clube. Nele poderá enviar sugestão de melhoria, reclamação, denúncias e outros.

Acesse nosso site:
***www.clubedompedroii.com.br***

Clique na aba
***FALE CONOSCO>OUVIDORIA***

***Preencher*** o formulário.

## *Palavra do Presidente*



***Edmar Roberto T. de Rezende***
*Presidente*

Caros associados e leitores,

O tempo voa, não é mesmo? Prova disso é que aqui estou, neste final de ano, me preparando para finalizar este ciclo. Foi um ano atípico e com muitas emoções para todos nós. Passamos por momentos de incerteza, tivemos que nos adequar a uma nova realidade que nos foi imposta e sofremos com a partida de nosso amado Milton. Porém, acredito que é em meio às adversidades que crescemos. Juntos, conseguimos superar todos esses infortúnios e tenho certeza de que vamos sair do ano de 2020 ainda mais fortes.

Além disso, está chegando o Natal, época de renascimento e reflexão. Não sei vocês, mas, para mim, esta época tem algo muito especial, que mexe profundamente com as pessoas. Por isso, resolvi vir aqui falar com vocês nesta, que será a última Palavra do Presidente de 2020.

Natal é uma época de amor, na qual os problemas não têm vez na mesa do jantar, a comida tem sempre um gostinho de quero mais e todo o segredo dessa magia mora na palavra união. E é justamente esse sentimento que tentamos proporcionar aqui no Dom Pedro para essa grande família que se forma entre os gestores, funcionários e associados. Mesmos distantes, ainda estamos próximos, nos dando apoio e força nos momentos mais difíceis.

Além disso, é tempo de renascimento e esperança. Apesar de tudo, esse ano nos trouxe muito aprendizado, então, deixo aqui meu agradecimento a todos os gestores, conselheiros, funcionários e associados. Cada um exerce papel fundamental nesta engrenagem que dá sentido a todo trabalho realizado na sede. Por fim, gostaria de deixar meu profundo agradecimento, em nome de todos do Clube, a nosso saudoso presidente, Milton. Foram duas gestões de muito esforço para inovar e sempre buscar o melhor para o Dom Pedro.

A vocês, deixo registrado meu desejo de que esse final de 2020 e início de 2021 seja incrível, cheio de novos motivos para sorrir e novos sonhos a serem realizados.

Despeço-me, deixando um abraço virtual, com votos de muita união, felicidade e prosperidade a cada um. Até 2021!


## EXPEDIENTE

**DIRETORIA EXECUTIVA**
**Diretoria Executiva do biênio 2019/2020 do Clube R. Dom Pedro II**
Edmar Roberto T. de Rezende - Presidente
Dimas Fabiano Gonçalves Marques - 1º Diretor Secretário
Humberto Alves Vieira - 1º Diretor Tesoureiro
Ricardo José de Souza Nogueira - 2º Diretor Tesoureiro
Marcelo Sávio de Assis Pereira - 1º Diretor Social
Mônica Tavares - 2ª Diretora Social
Ailton Lopes de Assis - 1º Diretor de Esportes
Gilmar Ribeiro - 2º Diretor de Esportes
Leonardo Bellavinha - 1º Diretor de Patrimônio
Luiz Carlos G. B. Sobrinho - 2º Diretor de Patrimônio
Edia Luciene M. de C. Neto - Diretora Social Adjunta

**CONSELHO DELIBERATIVO**
**Conselho Deliberativo do triênio 2020/2023 do Clube R. Dom Pedro II**
**TITULARES**
Antônio Maurício Mendes Ferraz – Presidente
Sebastião Alencar Dala Vedova - Vice-Presidente
Sérgio Murilo da Silva Amorim - 1º secretário
José Geraldo Carvalho Coelho - 2º secretário
Adriano de Almeida
Carlos Alberto de Oliveira
Claudirene da Silva Biagioni
Edinilson Vieira
Edvaldo José Tereza
Gustavo Hoelzle Alves
Jesner José Barbosa
João Luiz Alves Figueiredo
José Cruz Siffert
José Silvestre Vieira
José Soares de Medeiros
Luiz Flávio Villela
Márcio Mellilo
Maria Vera Sabará Souza
Maurício Peixoto de Araújo
Maysa Vieira Borba
Newton Guimarães Peixoto Jr
Roberto Alves de Matos
Ronaldo da Silva Lana
Ronei Dominato da Paz
Sérgio José Mariosa
Telma Cristina Amorim P. Condé
Valter André Lopes da Silva
**SUPLENTES**
Divaldo Antoniazzi Nepomuceno Júnior
Flávio Aloísio da Silva
Haraken Moreira Franco
Hermínio Vitorino de Souza
Leonardo Rafael Nunes Dias
Luiz Mendes Filho
Mozart de Souza Gonzaga
Paulo Roberto de Oliveira
Vanilson Neiva Rezende
Wagner Augusto C. Moreira
Waldir José Cardoso
Welington Anderson da Costa
Witson Baêta
**CONSELHO FISCAL**
**Conselho Fiscal do triênio 2020/2023 do Clube R. Dom Pedro II.**
**TITULARES**
Gilberto Soares Leijoto – Presidente
Wanderley Oliveira Ank – Secretário
Floriano Felipe Teixeira Neri – Relator
**SUPLENTES**
Renê Magalhães Costa
Zulmair Dias da Silva

Produção Editorial: Agência Mágica Marketing Empresarial
Jornalista Responsável: Amanda Rodrigues
Revisão: Carolina Fernandes Melo
Edição: 35
Diagramação | Design: Matheus Fernandes
Contato | Publicidade: 31 3939-3280
Email Comercial | Anúncios: comercial@magicaempresarial.com
Tiragem: 5 mil
Periodicidade: Mensal
Distribuição gratuita

**CLUBE DOM PEDRO II**
Endereço: Rua Floriano Lopes Franco, 10
Conselheiro Lafaiete - MG - CEP 36.406-106
Tel: 31 3769-2375
E-mail: dsecretaria@clubedompedroii.com.br
**TELEFONES ÚTEIS**
Geral: 31 3769-2375
Secretaria: 31 3769-2375
Marketing: 31 3769-2363
Academia: 31 3769-2385
Dep. Esportes: 31 3769-2384
Financeiro: 31 3769-2379
Departamento Social: 31 3769-2380



MÁGICA EMPRESARIAL

PARA ANUNCIAR NA PRÓXIMA EDIÇÃO OU DEIXAR SUA SUGESTÃO
ENVIE PARA O E-MAIL: contato@magicaempresarial.com
(31)3939-3280 // (31)9.8507-9767
Av. Telésforo Cândido de Rezende 111, SL 201
Conselheiro Lafaiete/MG

# ALUNAS DAS ESCOLAS DE BALLET E JAZZ BRILHAM EM FESTIVAIS ONLINE

Nem a pandemia fez nossas alunas de dança aterrissarem. Voando alto em competições presenciais, o isolamento forçado fez os festivais de dança se renovarem. Criou-se o modelo online, no qual nossas alunas foram destaque.

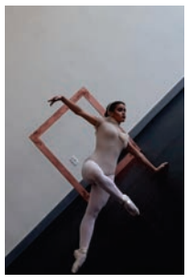
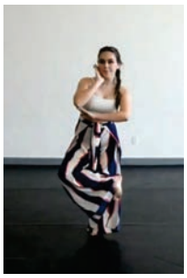
Em julho, a Escola de Jazz participou do "Seminário Arte Minas", conquistando premiações em segundo lugar de modalidade e categoria. Em outubro, a Escola de Ballet participou do "Prêmio Capezio Arte Minas", com 9 coreografias, sendo 7 premiadas nos primeiros lugares e a conquista de uma isenção para participarem do "Grand Prix Art Minas 2021".

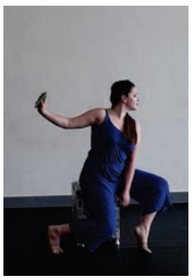
Também em outubro, aconteceu o "Festival Pan American Dance", no qual participaram as Escolas de Ballet e Jazz. O Ballet foi premiado, nos primeiros lugares, nas 22 coreografias inscritas e a aluna Maria Luísa Faria foi selecionada para participar do "Chile Dance Competition 2021". A escola de Jazz conquistou 10 premiações nos primeiros lugares, em 11 coreografias inscritas, e a aluna Lecktycia Tolentino foi contemplada com a isenção para participar do "Pan American Dance" em 2021, além de já estar na lista de segunda chamada para participar do "Dance Chile Competition" em Santiago.

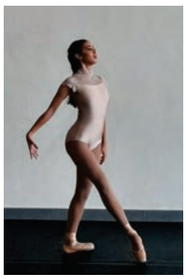
Em novembro, a Escola de Jazz participou do Dançaraxá, conquistando cinco premiações entre os segundos e terceiros lugares, muitos deles campeões das categorias e modalidades. Tivemos também notas 10 de alguns jurados, inclusive, notas 10 do mestre do Jazz Dance no mundo hoje, Caio Nunes, que acredita em um futuro promissor para nossa Escola.

Ainda em m novembro, a Escola de Jazz participou do "Fendafor" Festival Internacional de Dança de Fortaleza, conquistando o segundo lugar com a nossa pequena solista, Isadora Canuto, que foi campeã da categoria e modalidade com uma média de 8,9.



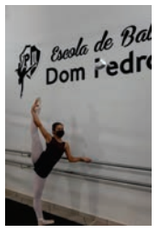





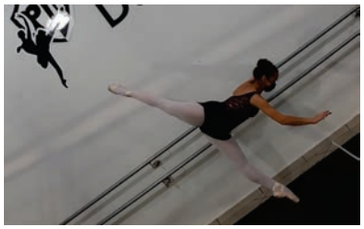


## *Esportes*

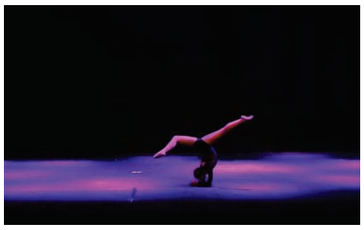


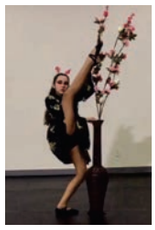



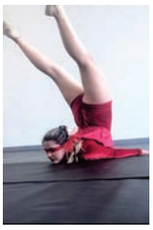
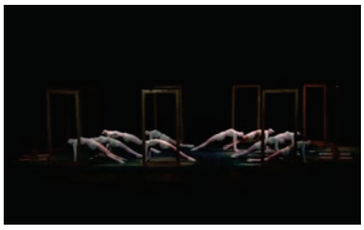






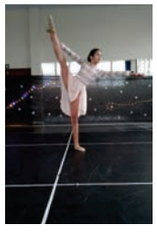










## As escolinhas retornaram e não relaxamos

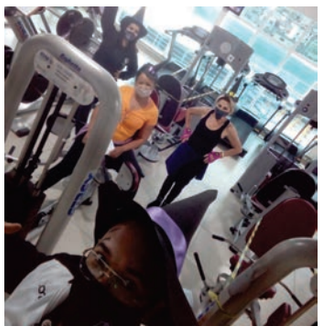
2020 foi um ano atípico. Vivemos um momento delicado em meio à pandemia de Covid-19, que assola o planeta, e a partir disso, o mundo foi obrigado a se reinventar para não parar. As escolinhas do Clube Dom Pedro também se reinventaram, mesmo com o Dom Pedro fechado, nossas atividades não pararam. Com aulas online, nossos professores puderam se manter próximo aos alunos e fazer com que se movimentassem, ajudando em sua saúde física e emocional. Quando veio a autorização de abertura de Clubes Recreativos, o Dom Pedro já estava com o protocolo pronto, baseado no Minas Consciente e seguindo normas da Vigilância Sanitária Municipal. Foram necessárias poucas adequações para uma reabertura consciente.

E as escolinhas retornaram com força total, na forma presencial, seguindo com muito critério todos os protocolos propostos, trazendo uma maior segurança para alunos e professores. Distanciamento, álcool 70°, higienização constante das mãos e do local de aula se tornaram rotina no nosso dia a dia, a interação entre professor e aluno teve que ser alterada, mas sem perder a amizade e a alegria das aulas. Ficamos muito felizes em poder receber você, aluno, de volta!



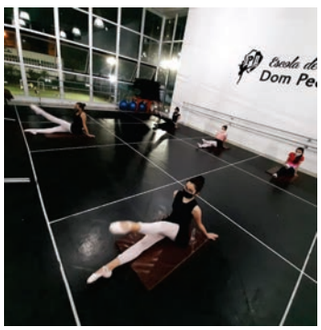


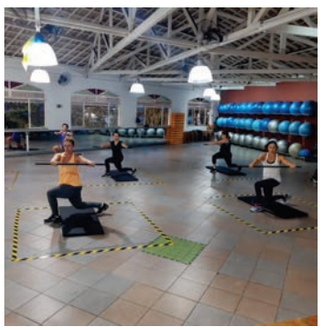










# PRÓTESES TOTAIS FIXAS

## PROMOVENDO A REABILITAÇÃO ORAL E DEVOLVENDO SUA AUTOESTIMA



IntegrattA
medicina & odontologia

**AGENDE SUA CONSULTA (31)3762-6300**

**RUA CEL. JOSÉ JOAQUIM DE QUEIRÓS JR, 115 - 4º ANDAR - B. CAMPO ALEGRE**
**CONSELHEIRO LAFAIETE MG**

*O mundo está mudando.*

***Seja parte desta transformação!***

FDCL
Faculdade de Direito
de Conselheiro Lafaiete

*Fundamente seu futuro na*

***ética e na responsabilidade***



# Vestibular agendado



***José Leão Campos***
*Juiz de Direito e Professor da FDCL*

***Aline Casula Alves***
*Ex-aluna da FDCL*

EDUCA+ BRASIL QUERO BOLSA

***Inscreva-se:*** 98684-1063 www.fdcl.com.br

50 anos

## Futsal

É hora de conhecer os campeões! Após mais de 7 meses paralisados, a bola voltou a rolar pelo Campeonato Interno de Futsal na categoria adulto. Para a segurança dos atletas, comissões técnicas e oficiais de arbitragem, o retorno da competição aconteceu respeitando rigorosamente todas as normas do protocolo elaborado pelo Programa Minas Consciente, uma das restrições foi a proibição do público no ginásio, porém para que todos pudessem acompanhar as partidas, todos os jogos foram transmitidos ao vivo pelo canal do Clube no YouTube. O certame recomeçou a partir das quartas de final, até o fechamento desta edição estavam sendo disputadas as finais com os seguintes confrontos:

**SÉRIE OURO**
Us Bakanas x Astra

**SÉRIE PRATA**
Red Bull x Guadalajara

**SÉRIE BRONZE**
Leão do Norte x Schalke 04

Confira na próxima edição a classificação final e premiações individuais do campeonato.

## Voleibol

A modalidade que vem crescendo ano a ano no Clube Dom Pedro e se destacando pelos ótimos jogos acompanhados por uma animada torcida composta de familiares, amigos e amantes da modalidade, não podia passar 2020 sem nenhuma competição.

Mesmo com pouco tempo para sua realização, se iniciou, no fim de novembro, o Torneio Interno Feminino e o Desafio Masculino. Estão na disputa das competições as equipes do Fominas, Panelas, Ace, Audaz, Vôlei Kazan e Galácticos. Os jogos serão realizados nos sábados a partir das 14h30 e domingos a partir das 9h no ginásio compacto. Confira a programação completa e acompanhe a classificação no site do Clube.

## Natação e Hidroginástica retornam para a Piscina Aquecida

As atividades aquáticas do Clube atendem sócios de várias faixas etárias, desde bebês até a terceira idade, que buscam a atividade física como forma de promoção do bem-estar, saúde, qualidade de vida, e também, como performance esportiva. São centenas de alunos nadando e se exercitando todos os dias. E para melhor atender aos usuários, a piscina aquecida foi toda reformada, proporcionando maior conforto aos associados. A nova "casa" foi reaberta no dia 3 de novembro para receber os alunos das aulas de natação e hidroginástica, sempre cumprindo rigorosamente todas as normas do protocolo do Minas Consciente para proporcionar treinos seguros aos praticantes.





## Dançando Fora da Caixa

Em dezembro teremos o tradicional "Festival de Dança" das Escolas de Ballet e Jazz. A novidade desse ano é que o nosso festival será online. As professoras e coreógrafas Ana Carolina Trindade e Ana Luiza Stefani estão preparando algo diferente, mas contagiante como sempre. As alunas estão se dedicando nos ensaios para fazer bonito na telinha dos espectadores.

Nosso festival acontecerá no dia 12 de dezembro às 18h, e será transmitido nas televisões do Clube e pelo YouTube.

Venha se emocionar com a gente!



# VENHA CONHECER A

# ESCOLA

## "SÍTIO DO PICA-PAU AMARELO"

- Maternal
- Educação Infantil
- Ensino Fundamental I
- Ensino Fundamental II












**(31) 3762-3965**

secretaria@escolasitiopicapauamarelo.com.br

Rua Francisco Lourenço de Barros, 85
Progresso - Conselheiro Lafaiete - MG

## Torneio Verão Fut7 Veterano



Metralhas - Campeão Série Ouro



Skambaw - Campeão Série Bronze



Super Íbis - Vice Série Ouro



Kuru Kuru - Vice Série Bronze



**Ana Luiza Stefani**
Professora do Clube Dom Pedro II

## Benefícios da atividade física para crianças nesse momento

Em tempos de pandemia, a atividade física se torna ainda mais importante. Todos nós precisamos estar em sintonia com todos os benefícios que o exercício traz para o nosso corpo, mente e coração. Estamos vivendo um momento de muitas incertezas, medos e fragilidades e a atividade física nos traz a alegria, a satisfação e o bem-estar de nos sentirmos responsáveis por estarmos cuidando de nós mesmos.



De uma hora para outra, precisamos reinventar o nosso dia a dia e, o fato de estarmos em casa nos fez repensar e sentir o quanto a atividade física é importante para todos nós. Pois manter um comportamento sedentário, só faz prejudicar a nossa saúde física e mental.

A prática da atividade física aumenta o nosso sistema imunológico, melhora a nossa capacidade cardiorrespiratória, e libera hormônios capazes de nos fazer sentir felizes e confiantes.

A atividade física faz bem para a nossa mente, uma vez que essa nova realidade na qual estamos todos vivendo, pode nos deixar mais ansiosos, ociosos e estressados.

Mudanças simples da sua vida irão fazer toda a diferença no seu dia-a-dia: faça exercícios para a sua mente, faça meia hora de atividade física por dia, medite, aprenda a parar um pouco, seja positivo, tente fazer algo diferente!

Por isso a minha dica é: saia do sofá! Vista uma roupa leve, conecte seu corpo e sua mente, coloque um sorriso no rosto, e movimente-se!!!

SAFETY
SERVICE
ENGENHARIA DE SEGURANÇA E MEIO AMBIENTE

# Programa de gestão de riscos

É o Programa específico adotado pelas organizações, com objetivo de mapear e Gerenciar os riscos inerentes aos processos, meio ambiente, Saúde e Segurança no Trabalho de suas Operações.

www.safety.eng.br
Tel: (31) 98792-5502/ 3761 2847
Praça São Sebastião, 32, 1°andar, sala 103








*Ana Carolina Trindade*
*Professora do Clube Dom Pedro II*

## *Ballet Adulto*

Ainda há muitos mitos em torno da dança. Quem disse que Ballet é coisa de criança, está muito enganado! O ballet vem atraindo a cada dia um público cada vez mais diversificado...mas porque será?! Alguns dos que procuram a modalidade almejam realizar um sonho, outros buscam trabalhar o corpo, mas o que a maioria não sabe é que o ballet é uma atividade completa e complexa, que trabalha não só todo o corpo (como poucas modalidades esportivas fazem), como também a mente!

Podendo ser praticada por pessoas de todas as idades, desde que com autorização de um médico. A busca pela dança clássica na idade adulta não tem objetivo profissional, mas sim por uma atividade física diferenciada, que envolve música, arte e dança.

**Como é uma aula de Ballet Adulto?**

A aula, que tem duração de 40 minutos, é estruturada com exercícios de barra, centro, diagonal e chão. São desenvolvidas técnicas para o aprimoramento da flexibilidade e demais habilidades físicas e cognitivas, respeitando sempre a individualidade de cada aluno.

Durante as aulas, são desenvolvidos também exercícios aeróbicos, aliados às sequências de Dança Contemporânea e Estilo Livre, tornando-se aulas prazerosas e diversificadas, que trabalham o corpo na sua totalidade.

São muitas as vantagens para os praticantes de ballet:

- **Exercícios para o corpo e mente;**
- **Auxilia no gasto calórico;**
- **Melhora da postura;**
- **Melhora da flexibilidade;**
- **Melhora da resistência física;**
- **Melhora da disciplina;**
- **Melhora da coordenação motora;**
- **Auxilia na recuperação e definição do tônus muscular;**
- **Melhora e promove manutenção da capacidade cardiorrespiratória;**
- **Ajuda a estabelecer o bem estar físico e mental;**
- **Promove a socialização;**
- **Desenvolve o equilíbrio, lateralidade, e fluidez de movimento;**
- **Aprimora a consciência corporal e consciência de movimento.**

Para iniciar a prática do Ballet Adulto, é recomendado o uso de collant, calça legging e uma sapatilha simples. Não tenha medo e não deixe a vergonha atrapalhar a sua vontade de dançar... e para começar, basta ter força de vontade e disposição!

Se você tem mais de 18 anos, ficou interessado em voltar a dançar ou está curioso sobre as aulas, a Escola de Ballet Dom Pedro II oferece esta modalidade com turma na segunda e quarta-feira, às 20:20h. Agende uma aula experimental e tenha mais arte, dança e qualidade de vida! Venha dançar com a gente... quem dança, é mais feliz!






# MARIO WORLD GAMES

O MUNDO DOS GAMES







Rua: Tavares de Melo, 290 A - Centro - Conselheiro Lafaiete

marioworldgames

(31) 99568-1716

3763-1716

Nossa Senhora de Nazaré
Ciência e Virtude
Colégio C. Lafaiete 14.7.1905

Colégio
# Nazaré
DA EDUCAÇÃO INFANTIL AO ENSINO MÉDIO

Eu Recomendo #nazaré

## CONSTRUINDO VALORES. CONECTANDO PESSOAS.

## DIFERENCIAIS PEDAGÓGICOS

- Projetos de informática (Fundamental I)
- Orientação de carreira para os alunos do 3º ano do Ensino Médio (aplicação de testes, análise de resultados e orientação vocacional)
- Projeto Estante Mágica (incentivo à leitura, letramento e desenvolvimento da escrita - Educação Infantil e Fundamental 1º ao 5º ano)
- Mostra Científico Cultural
- Gincana do conhecimento
- Inglês em parceria com a Oxford – trabalho por níveis – teremos 3 níveis- trabalhando com as quatro habilidades ( ler, escrever, falar, ouvir)
- Participação em olimpíadas de Matemática, Física e Astronomia

***ATENÇÃO:*** o Nazaré oferece formação completa e personalizada a quem confia o futuro à nós.

*Matrículas Abertas*
WWW.COLEGIONAZARE.COM.BR

**3764.8400**
Pça Madre Teresa Grillo Michel, 176
Centro, Conselheiro Lafaite - MG

informinas centro educacional · UNIVERSITY OF OXFORD · dsop EDUCAÇÃO FINANCEIRA · SUPER CÉREBRO · LíderemMim

PROTOCOLO *de segurança*

# NOVOS HÁBITOS, MAIS CUIDADO E MUITAS POSSIBILIDADES!

A equipe de Segurança do Trabalho, em conjunto com Comitê Técnico de prevenção à Covid-19, durante esses meses, vem buscando todas as medidas essenciais que visam definir e padronizar as diretrizes a serem cumpridas nas dependências do Clube, a fim de garantir a integridade física de seus associados, empregados e prestadores de serviços, para ter um gerenciamento de risco efetivo e promover a segurança de todos.

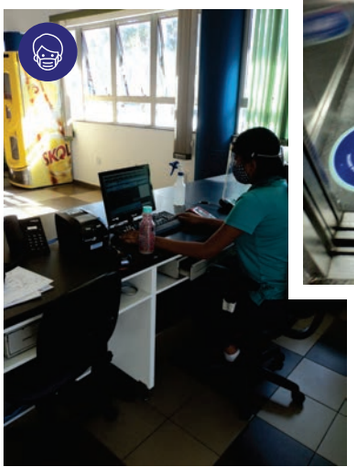
Minimizar as possibilidades de contaminação nas instalações do Clube com medidas preventivas é dever de todos. Assim se faz necessário o cumprimento das ações de forma responsável e consciente. Tais ações foram baseadas nos órgãos oficiais de saúde: OMS – Organização Mundial da Saúde, Ministério da Saúde, ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), Minas Consciente e todas foram adequadas para a nossa realidade.

Compete ao órgão municipal a autorização da flexibilização. O protocolo é composto por várias etapas de retorno, que poderão avançar ou regredir, de acordo com o avanço da disseminação do vírus pela população local.

Para o funcionamento do Clube, precisamos do envolvimento de todos associados, prestadores de serviços e empregados para atender todas as medidas de controle previstas no Protocolo de Reabertura - Programa de Prevenção e Controle da Covid-19. Todas as regras de segurança aplicáveis deverão ser seguidas por todos.

O Clube já está com as seguintes medidas implantadas:





Avaliação com termômetro digital infravermelho para aferir a temperatura nas portarias e recepção;

Capacho sanitizante para a limpeza dos pés;

Totem de álcool em gel 70%;

Acesso dos associados às dependências feito com Carteirinha de Acesso, desativando leitor biométrico.

O piso de diversas áreas foi demarcado com adesivo para orientação do associado quanto ao distanciamento social;

Foi intensificada a higienização dos locais de maior circulação e contato das pessoas, como pisos, balcões e equipamentos da academia;

Cartazes e áudios educativos estarão reforçando as ações que devem ser cumpridas por todos para a prevenção ao COVID – 19;

Foram instaladas lixeiras com tampa e acionamento com os pés;

Proteção das máquinas de pagamento com plástico filme para facilitar a higienização após cada utilização;

Redução da capacidade de pessoas no elevador;

Redução do número de mesas e cadeiras para manter o distanciamento social;

Os Porteiros, Monitores, Balconistas e Operadores de Caixa que fazem a recepção e atendimento dos associados estão equipados com máscaras de tecido e protetor facial;

# PROTOCOLO *de segurança*

## RESTAURANTES E LANCHONETES

Redução do número de mesas e cadeiras;

Distanciamento entre as cadeiras e mesas;

Controle de entrada e saída dos associados a fim de evitar aglomerações;

As mesas e cadeiras serão higienizadas após cada utilização;

Os talheres higienizados e embalados;

Proteção dos pratos, copos e demais utensílios;

Temperos disponibilizados em sachês.

## ATIVIDADES ESPORTIVAS EM AMBIENTES INTERNOS E EXTERNOS

Redução dos espaços de práticas esportivas (capacidade máxima com segurança);

Dispenser de álcool em gel 70% e lixeiras com tampa e pedal;

Distanciamento entre os equipamentos;

A atividade de caminhada poderá ser realizada somente na pista;

Para a realização da prática os associados deverão seguir as normas e diretrizes para caminhada;

Para a atividade ficará estabelecida a distância de 2,0m entre os associados;

A pista terá sentido único;

Serão permitidas somente duas pessoas do mesmo grupo social caminhar juntas.

Banner fixado nos acessos da academia e salas de práticas esportivas contendo as diretrizes de utilização dos ambientes;

Os alunos assinam um "Termo de Responsabilidade", em que concorda com todas as determinações de segurança previstas para prevenção ao COVID - 19, com risco de perder o direito ao uso do Clube no momento de flexibilização;

## ÁREA DA PISCINA

É proibido o uso de máscara dentro das piscinas.

Ao retirar sua máscara, a mesma deverá ser guardada adequadamente.

Os associados devem manter a distância de segurança de 2 metros.

O posicionamento das mesas e espreguiçadeiras deverá ser respeitado.

Os associados deverão usar chinelos na área da piscina.

Logo após sair da piscina, os associados devem enxugar o rosto e recolocar a máscara.

Grades serão colocadas nas áreas das piscinas, visando o controle de acesso e de ocupação máxima dos espaços.

Para a utilizar as duchas, os associados devem manter a distância de segurança de 2 metros e fazer a utilização de chinelos.

Sugere-se que pessoas dos grupos de risco não façam parte das atividades.

*Natália Meireles de Assis*
*Técnica em Segurança do Trabalho*

# PORTAL DO ASSOCIADO

## Conheça as vantagens do portal do associado

O mundo está em constante mudança. A cada dia que passa somos surpreendidos por conquistas e avanços na área da tecnologia que vêm para contribuir positivamente em nossas ações, trabalhos e até mesmo no uso diário. E pensando em somar o que há de mais novo nessa área, desde o mês de junho desse ano, o Clube conta com o Portal do Associado.

O projeto realizado pelos departamentos de Tecnologia da Informação e Secretaria o Portal promove uma maior segurança e comodidade a todos os associados. Além disso apresenta recursos para que as pessoas possam solucionar assuntos relacionados ao Clube virtualmente, como por exemplo: consultar os boletos, atestados, consultar pendências, atualizar os dados cadastrais, abrir chamados para a secretaria, receber comunicados, entre outros.

### NOVIDADES

Neste mês de dezembro, o Portal contará com mais uma novidade: pagamentos online. A modalidade permite aos associados pagarem as mensalidades do Clube por meio de cartões de crédito ou débito. Para isso, basta apenas acessar a página do portal disponibilizada em: www.clubedompedroii.com.br, realizar o login e ir na aba de "cobranças".

Assim o associado não precisa vir pessoalmente até a secretaria para efetuar o pagamento, trazendo muito mais conforto e segurança para os associados.




## ACESSO AO CLUBE

***O acesso do associado ao Clube somente poderá ser feito através da carteirinha. A biometria está desativada, conforme orientações do Programa Minas Consciente. O associado que não mais possuir a carteirinha, poderá adquirir a mesma na secretaria do Clube pelo valor de R$10,00 (dez reais).***

Lafaiete
MÁRMORES E GRANITOS

MÁRMORES E GRANITOS
SINTÉTICOS, NACIONAIS E IMPORTADOS
QUALIDADE NO ACABAMENTO
ORÇAMENTO SEM COMPROMISSO
E PONTUALIDADE NA ENTREGA




Lafaiete Mármore e granitos
@lafaietemarmores
lafaietemarmores@gmail.com
3761-8179 / 98791-5412
Rua Cristóvão Sena, 630 A - Gigante - Cons. Lafaiete





DG
SEGURANÇA ELETRÔNICA

**Apresento a vocês, leitores e associados, uma nova empresa 100% lafaietense.**

Apesar de já ter um histórico de 10 anos no ramo, a DG Segurança Eletrônica agora se formalizou como empresa, focando em instalações elétricas e de segurança eletrônica.

Nosso objetivo é satisfazer nossos clientes através da entrega de um serviço de qualidade com um preço justo. Além disso, contamos com rápido agendamento, no qual o serviço é iniciado em até três dias após fechar o orçamento. Para agilizar ainda mais o trabalho, mantemos parceria com uma serralheria para a fabricação de suportes em geral.

Também disponibilizamos para nossos clientes uma consultoria, que orienta sobre as melhores formas de se fazer uma instalação elétrica (iluminação e tomadas em geral, elétrica para instalação de gesso, quadro de distribuição de energia, entre outros) e de segurança eletrônica (alarmes, câmeras, cercas elétricas, portões eletrônicos, interfones, entre outros).

São diversos clientes satisfeitos! Para saber mais, entre em contato e agende seu orçamento.



(31) 9 9899-4028 @dg_seg.eletronica DG Segurança Eletrônica dg_seg.eletronica@hotmail.com



## Clube Dom Pedro já está preparado para o Natal

Esse ano, todos os nossos eventos passaram por mudanças devido à pandemia do novo Coronavírus. Por este motivo, nosso tradicional evento "Luzes de Natal e a Casinha do Papai Noel" não pode ser inaugurado, visando evitar possíveis aglomerações.

Mas o Clube jamais deixaria passar essa data tão especial em branco. Montamos nossa árvore de natal no lago e recepção, o Varandão e as árvores foram todos iluminados, e o nosso belíssimo presépio foi montado na Praça de Esportes. Tudo isso para que jamais nos esqueçamos do real sentido dessa data: celebrar o nascimento de Jesus Cristo, para que possam renascer, em nossos corações, o amor e a esperança, pois é através do perdão que esquecemos as tristezas e amarguras e fortalecemos nossa fé.

Desejamos que todos os nossos associados e seus familiares tenham um ano repleto de fraternidade, união, saúde e prosperidade. Que esse ano de 2020 nos sirva de exemplo para que possamos praticar nossa paz interior, desejando e fazendo sempre o melhor para nosso próximo e para as pessoas que amamos. E que o ano de 2021, que logo se iniciará, seja um ano invadido por muitos sorrisos, muitas festas, sonhos e muito amor!!!

É o que deseja a Diretoria Social do Clube Recreativo Dom Pedro II.



CORRETORA PREFERENCIAL DE SEGUROS

Que esse natal seja cheio de felicidade, amor e carinho. E que seu Ano Novo seja repleto de conquistas e muito sucesso!

***Obrigado por estar conosco neste ano e esperamos que em 2021 vocês possam continuar contando com a SEGURANÇA e PROTEÇÃO da Corretora Preferencial!***

***VOCÊ É ESPECIAL PARA NÓS!***

# Feliz Natal e Boas Festas!

(31)98660-5466 (31)98777-5466 @corretorapreferencial www.corretorapreferencial.com.br

Centro Veterinário SÃO FRANCISCO

## JÁ ESTÁ SABENDO DA NOVIDADE?

**AGORA A CLÍNICA VETERINÁRIA SÃO FRANCISCO TEM LOJINHA VIRTUAL! PEÇA PELO SITE**




**cvsf.petlove.com.br**

@veterinariasaofranciscolafaiete @vetsaofrancisco01

31 9.9987-9091 31 3721-1530 Rua Duque de Caxias, 352, Chapada - Conselheiro Lafaiete

# COMIDA DE BUTECO RETOMA MÚSICA AO VIVO

O Setor Social do Clube Dom Pedro precisa se reinventar a todo instante. Na impossibilidade da realização de shows presenciais ao vivo, devido à pandemia do novo Coronavírus em nosso país, durante o mês de novembro, pensamos qual seria a melhor forma de levar entretenimento para nossos associados. Então, foi definido pela Diretoria Social, uma live exclusiva para quem estivesse presente no Comida de Buteco, que acontece às quartas-feiras. Além de um cardápio maravilhoso, sempre com duas opções, os presentes puderam interagir com os cantores pedindo músicas e mandando mensagens. Enfim, uma noite com comida boa e som de qualidade. Os shows foram transmitidos em nossos telões e televisores espalhados pelo espaço multiuso.

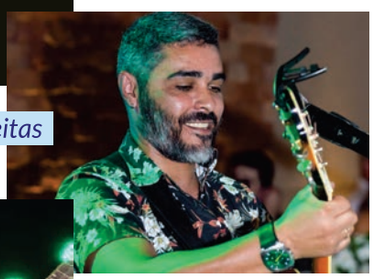
No mês de novembro, fizeram parte das quartas os cantores Fred Santos, Sandro Benedita, Giuliano Agiles e Gil Freitas. Ritmos diferentes e com excelência para agradar a todos os gostos. O mês de dezembro será ainda melhor!!! Foi liberado o show ao vivo com voz e violão. Estávamos com saudades de propiciar esses eventos para nossos associados. Nesse primeiro momento, não serão liberados shows com banda. Lembramos que o Clube Dom Pedro está muito preocupado com todas as medidas de segurança exigidas pelo Minas Consciente, por isso, nos shows ao vivo o distanciamento deverá ser mantido. Não será permitido dançar e ficar em pé ao lado das mesas. Todos deverão ficar sentados em suas mesas. Você e sua família podem frequentar todos os ambientes do Clube tranquilamente. Aqui estamos seguindo à risca todos os protocolos.

Venha prestigiar, traga sua família e desfrute conosco de todas as possibilidades que o Clube está oferecendo nesse momento incomum que estamos vivendo!!

Clube Dom Pedro, sempre fazendo o melhor para você!!!



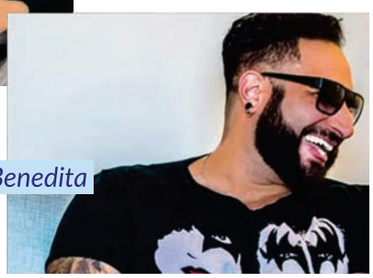
*Fred Santos*



*Gil Freitas*



*Giuliano Agile*



*Sandro Benedita*










*Informe publicitário*

## *SÍNDROME DOS OVÁRIOS POLICÍSTICOS X INFERTILIDADE*
### *por Dr. Gustavo Neto*



A síndrome dos ovários policísticos (sop) é a endocrinopatia mais comum nas mulheres em idade reprodutiva: 1 em cada 15 mulheres apresentam a patologia. A sop caracteriza-se por sinais clínicos e/ou laboratoriais de hiperandrogenismo (excesso de hormônio "masculino"), irregularidade menstrual, anovulação, infertilidade, aumento do volume ovariano e/ou cistos nos ovários.

Apesar de causa comum de irregularidade menstrual, a sop pode se manifestar de diversas formas. Uma das queixas mais comuns é o hirsutismo (aumento de pêlos em áreas tipicamente masculinas), além de acne e alopécia (queda de cabelos). Mulheres com sop apresentam, em geral, valores aumentados de percentual de gordura, adiposidade central (barriga) e aumento nos níveis séricos de testosterona, glicose, insulina, triglicérides e colesterol. Sobretudo, existe ainda um componente metabólico, sendo as mulheres portadoras dessa patologia mais predispostas a desenvolverem diabetes, hipertensão arterial, dislipidemias, esteatose hepática e doenças cardiovasculares.

O tratamento de primeira linha consiste em dietoterapia e exercícios físicos, que melhoram a resistência insulínica e retornam os ciclos ovulatórios. O tratamento medicamentoso inclui os contraceptivos hormonais orais e fármacos com ação antiandrogênica. Em alguns casos, o uso de antidiabéticos orais podem ser indicados. Estudos recentes demostram novas substâncias promissoras no tratamento da sop, como o omega 3 e o inositol. Em caso de suspeita de sop, procure seu endocrinologista

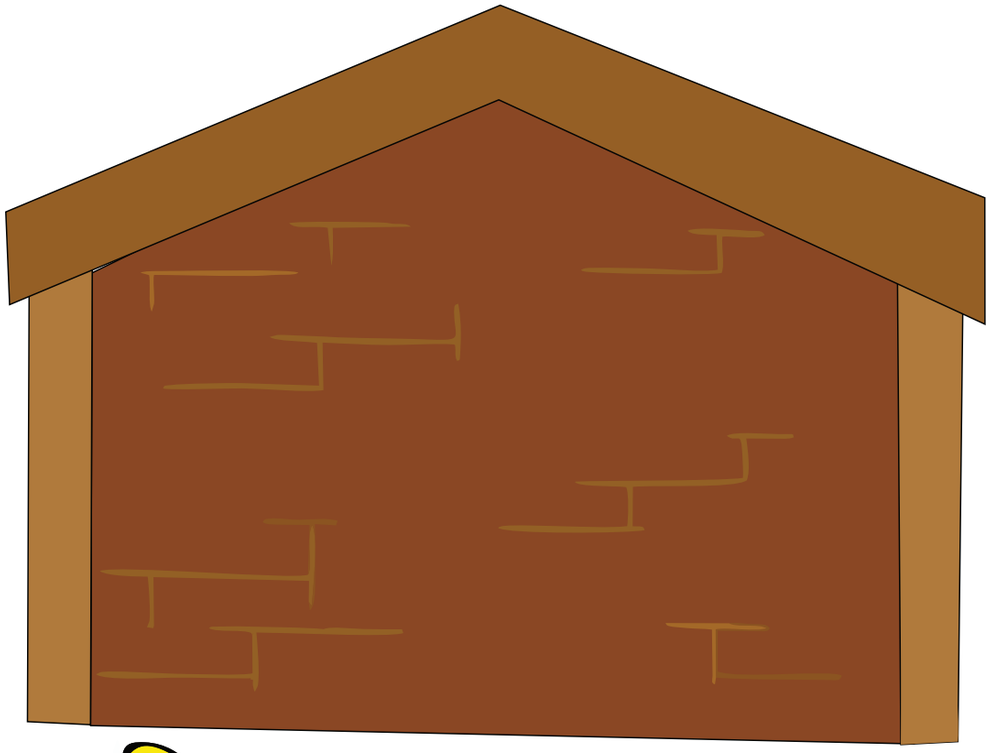


***Dr. Gustavo Neto | CRM-MG 49.967***
*Endocrinologia e Metabologia*
*(31) 97116-1020*
*@doutorgustavoneto*

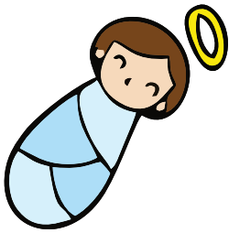
ATIVIDADES DO *Super Pedrinho*

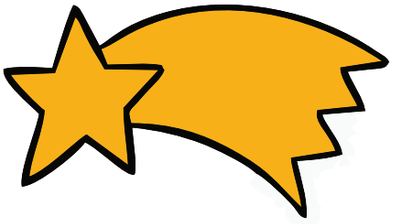
# PRESÉPIO PARA MONTAR

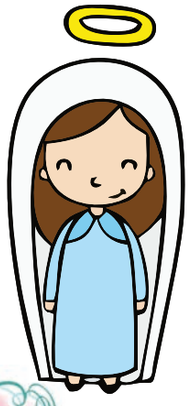
*Você pode usar este presépio para fazer um teatrinho, pode montá-lo em uma caixa com areia, ou pode simplesmente usá-lo para sua decoração de natal. Cole as figuras do presépio em uma cartolina e recorte. Cole palitos de picolé no verso das figuras.*

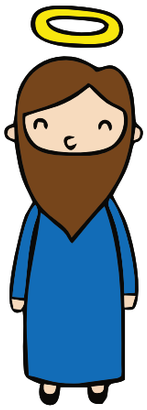


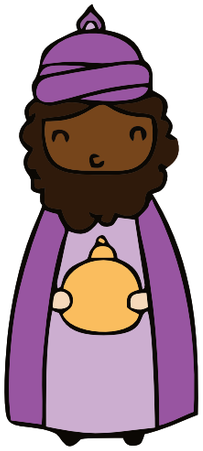




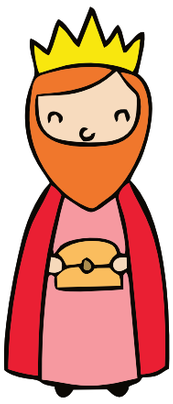












Art by Pat
arts & crafts

ATIVIDADES DO *Super Pedrinho*

# CARTINHA PARA O PAPAI NOEL

*Recorte o Papel de Carta e o Envelope e use para escrever uma cartinha bem bonita para o Papai Noel.*




Art by Pat
arts & crafts

ATIVIDADES DO *Super Pedrinho*

# TORTO

## VEJA QUANTAS PALAVRAS VOCÊ CONSEGUE FORMAR

*Forme palavras seguindo em todas as direções, sempre ligando as letras em sequência direta, sem cruzar, sem pular e sem repetir a mesma letra. Só valem palavras de QUATRO letras ou mais.*



| | | |
|---|---|---|
| P | A | R |
| T | C | G |
| E | O | A |
| C | R | I |
| E | G | O |
| L | A | P |

PARCERIA

Art by Pat
arts & crafts

ATIVIDADES DO *Super Pedrinho*



# CARTINHA PARA O PAPAI NOEL

*Recorte o Papel de Carta e o Envelope e use para escrever uma cartinha bem bonita para o Papai Noel.*

Querido Papai Noel!

Art by Pat
arts & crafts

# ATIVIDADES DO Super Pedrinho

# VAMOS COLORIR?



Faça um colorido bem bonito depois mostra pra gente!




***Patrícia Pereira***
*Arquiteta por formação e*
*Artesã por coração.*


Art.by.Pat
arts & crafts

@ARTBYPATCRAFTS

(31) 9 9896-2218

feito à mão
Lembrancinhas
Papelaria de Festa
Papelaria Personalizada
Presentes Artesanais

Joyce Maia
Professora



**"O Colégio Batista de Ouro Branco tem um ensino de excelência e a maior estrutura física da região. Já seu acolhimento dá a sensação de que ele é exclusivo."**

**Aqui, o seu filho encontra uma estrutura acolhedora e um projeto pedagógico voltado para formar cidadãos do bem e preparados para o futuro. Prova disso é o nosso ensino bilíngue e as inovações tecnológicas adotadas para aprimorar o processo de aprendizagem do estudante.**

Conheça tudo o que você pode escolher para o futuro do seu filho:
**colegiobatistamineiro.com.br**

**MATRÍCULAS ABERTAS**

**Ouro Branco: 31 3742.1142**

Colégio Batista Mineiro

Virtudes que fazem a diferença.

# Neste Natal, presenteie cuidado e amor!




freitas
FARMÁCIA MAGISTRAL

PEÇA PELO **WHATSAPP:**

ENTREGAMOS NA SUA CASA!

**(31) 99799-6500 | 99799-7200**

/FarmaciaFreitas
@manipulacaofreitas

Manipulação 31 3769.5566

Praça Chiquito Furtado, 48 - Lj 01, Centro, Cons. Lafaiete
R. Dep. Antônio Franco Ribeiro, 85 - Lj 04, Centro, Cons. Lafaiete