



Lema do Rotary International

Presidente de RI Ian Riseley

**Governador:**  
Margareth Feliz da Silva  
**Governador Assistente:**  
Axel Gomide Xavier  
R.C. de Brasília 5 de Dezembro

#### CONSELHO DIRETOR 2017/2018

**Presidente:**

Washington Cardoso Alkmim

**Vice-Presidente:**

Ivan Vasconcelos de Goes

**Diretor Secretário Executivo:**

Humberto Giovanni Bazzo

**Diretor Secretário:**

Airton Tomé

**Diretor Tesoureiro:**

Francisco das Chagas Miranda Silva

**Diretor do Protocolo:**

Iron Fernandes

**Diretor Financeiro:**

Francisco José de Oliveira Ferraz

**Diretor de Planejamento**

Marcos Carlos Machado

#### PRESIDENTES DE COMISSÕES

**Administração do Clube:**

Ana Carolina Almeida Machado

**Desenvolvimento do Quadro Associativo:**

Maria do Socorro Mota e Silva

**Projetos Humanitários:**

vago

**Fundação Rotária:**

José Carlos de Oliveira

**Juventude:**

vago

**Imagem Pública**

Andrei José Braga Mendes

Presidente Eleito 2018-2019:

#### CONSELHO FISCAL

João Luiz Faustino Marques

Everaldo Bach e

Wilson Ney Batista

#### EXPEDIENTE:

**Sede:** Fone: 3226-3770 Fax 3323-2180

**Redação:** Fone:(85)3262-6963 Cel. 91222211

**e-mail:** mchavesdacunha@gmail.com

**Página:** www.rotarybrasilianorte.org

**Reuniões:** Nas terças feiras às 12:30 - FRB

### "ORÁCULO"

"Ainda que pareça impossível explicar os sentimentos, é preciso se esforçar nesse sentido, porque é sobre os sentimentos que se conversará a respeito do que realmente interessa e pode beneficiar os relacionamentos."

# O COESO web

**BOLETIM OFICIAL DO ROTARY CLUB DE BRASÍLIA NORTE**  
Brasília, 29 de maio de 2018 - Ano 23 - Nº 36 - 2017/18

**Presidente:** Washigton Cardoso Alkmim **Dir. Secretário:** Airton Tomé  
**Imagem Pública:** Andrei José Braga Mendes **Boletim:** Mário Chaves da Cunha  
**Endereço:** "FRB" - SCES - TR. 03 Lote 06 - Brasília - DF - 70.200-003

## META PERMANENTE DO CLUBE COMPANHEIRISMO E AÇÃO

MAIO: MÊS DA CONFERÊNCIA INTERNACIONAL



**ATA DA 36ª REUNIÃO ORDINÁRIA DO ROTARY CLUB DE BRASÍLIA NORTE DO DISTRITO 4.530 REALIZADA NO DIA 22 DE MAIO DE 2018 NA SÉDE DA FUNDAÇÃO DOS ROTÁRIANOS DE BRASÍLIA-DF.**

Aos vinte e dois dias do mês de maio, do ano de dois mil e dezoito, às 12:30 hs. (doze horas e trinta minutos), na sede da Fundação de Rotarianos de Brasília, localizada na SCES Trecho 03 Lote 06 – Brasília – DF, o companheiro Eilton Oliveira do Nascimento, 2º Protocolo, deu início aos trabalhos nesse dia, convocando todos os presentes para ocuparem seus lugares, convidou para compor a mesa o companheiro e Presidente, Washington Cardoso Alkmim, o companheiro e Diretor Secretário, Airton Tomé, o companheiro Wilson Ney e sua esposa Leônia, e Silvanice Moreno, esposa do Presidente Washington, e Presidente da ASRBN. Eilton passou a palavra ao Presidente Tom se apresentar e saudar a todos os presentes, agradecendo a presença de todos associados e convidados, solicitando a todos os presentes para que de pé cantassem o Hino Nacional Brasileiro, e em seguida saudassem o Pavilhão Nacional, dando início à trigésima sexta

Reunião Ordinária do Rotary Club de Brasília-Norte do Ano Rotário de 2017/2018. Prosseguindo, passou a palavra ao companheiro Eilton anunciar o cardápio do dia e os convidados e visitantes nesta data, registrando a presença de Silvanice, esposa do presidente Tom, Leônia, esposa do companheiro Wilson Ney, Tiana, esposa do companheiro Pedro Couto e Jaira Leite, convidada da companheira Socorro Mota. Em seguida, convidou Leônia para proferir a oração do dia, logo após o companheiro e protocolo Eilton solicita o companheiro Mauricio para fazer o companheirismo, Mauricio se apresenta e informa as datas comemorativas e aniversariantes da semana. Seguindo, Eilton solicita ao companheiro Airton para falar sobre sua pasta de Secretaria, Airton se apresenta e fala que recebeu ligação do Iron, e que o mesmo se apresenta em franca recuperação e que provavelmente estará na próxima reunião, Miranda diz que nada tem a comentar sobre sua pasta de Tesouraria. Seguindo, Eilton retorna a palavra ao Presidente da Tom, que fala sobre a recuperação de Iron, e pede a quem estiver oportunidade, que o apartamento do Iron no hotel está disponível para a Conferência Distrital e torce para a

(veja mais... na pag.02)

### ANIVERSARIANTES

O Rotary Clube Brasília Norte, anuncia e cumprimenta com muita satisfação os aniversariantes como segue: (03-06) Luciano (filho do companheiro Mario e Aparecida) (04) Companheiro Ruy e Vera (Cas.) Companheiro Machado e Odete (Cas.)....nossos Parabéns!!!

*(ata continua...)*

franca recuperação do companheiro Iron, fala também sobre o Ruy Valle, que recebeu uma ligação dele, que o mesmo está impossibilitado de comparecer à reunião, pois, teve que se deslocar para o Rio de Janeiro para participar do sepultamento de seu irmão mais velho. Tom fala sobre a comissão que foi formada e da Festa da Família, que foi uma festa muito bacana, com as pessoas se integrando e aconchegante, realizada na residência do Casal, companheiros Wilson Ney e Leônia, pela forma em que os anfitriões receberam a todos e à companheira Socorro Mota pela organização, a Lia pela dinâmica que proporcionou a todos, ao Incansável companheiro Andrei pela dinâmica e animação e sorteios, ao companheiro Cotrin e a companheira Maivê pelos depoimentos sobre suas histórias e vidas em Rotary, Tom falou também sobre Iron, que está disposto a receber a todos em seu sítio, em momento oportuno, tão logo se restabeleça. Tom



concede a palavra a Jaira Leite, que se apresenta e diz ser Coordenadora da Pastoral da saúde, na Paróquia de N.S. do Rosário de Pompéia, situada na Vila Planalto, e que dá apoio psicológico naquela comunidade e é voluntária nas Ações Sociais do Rotary do Distrito 4530 e que será realizado no dia 08/06/18 um delicioso arroz carreteiro naquela paróquia, onde também tem um ambulatório terapêutico. Tom agradece a participação de Jaira e fala no Projeto de Educação Continuada e se poderá contar com ela no apoio psicológico, sendo prontamente atendido pela Jaira. Tom oferece uma taça para vinho, comemorativa aos 38 anos de fundação do Rotary Club de Brasília-Norte



para Mauricio e Carol, em virtude dos companheiros não terem participado da referida festiva. Tom convida Silvanice para proceder ao sorteio de pontualidade, e fazer seus comentários. Silvanice. Após se



apresentar, Silvanice faz o sorteio e o ganhador foi o companheiro Eilton, em



seguida, Silvanice agradece ao casal Wilson e Leônia pela alegria, fraternidade e carinho dispensada aos Rotarianos e convidados, dizendo que; juntos fazemos muito mais e a parceria de Andrei e Lia na parte do chapéu, seguido de um abraço em comemoração ao dia do abraço e uma oração pela recuperação do Iron e conforto ao companheiro Ruy Valle pelo falecimento de seu irmão. Cotrin informa que está indo para a Finlândia e que assistirá a dois jogos da Seleção Brasileira na Copa do Mundo da Rússia.e que retorna em julho. Tom reitera o convite a todos a participarem sempre das reuniões, agradecendo a presença de todos, dando por encerrada a 36ª Reunião Ordinária do Rotary Clube de Brasília Norte do Distrito 4.530, e convidou a todos para de pé, saudarem o Pavilhão Nacional. Registrei a presença de 25 (vinte e cinco) companheiros, sendo 09 (nove) amparados pelo Art. 42 do Estatuto do Clube e (04) quatro convidados, perfazendo o total de 25 (vinte e cinco) presentes nesta reunião, representando 73,53% (setenta e três, cinquenta e três por cento) de associados presentes nesta reunião dos (34) trinta e quatro atualmente registrados em nosso Clube. Nada mais a ser tratado ou registrado, e eu, Airtom Tomé, secretariando os trabalhos desta reunião lavrei a presente Ata, que vai por mim assinada de imediato, juntamente com o Presidente. Brasília, 22 de maio de 2018.

*(Flashes da Reunião...)*



### A PROVA QUÁDRUPLA

Concebida em 1912, pelo rotariano Herbert J. Taylor, do Rotary Club de Chicago.

É apenas um meio conveniente de medir aquilo que pensamos, dizemos ou fazemos:

#### 1-É a VERDADE?

*(Embora livres para afirmar ou negar, não temos o direito de falsear a verdade...)*

#### 2-É JUSTO para todos os interessados?

*(Na igualdade de tratamento, provamos nosso espírito de justiça...)*

#### 3-Criará BOA VONTADE e MELHORES AMIZADES?

*(Para criarmos BOA VONTADE e conquistarmos MELHORES AMIZADES, devemos provar o nosso desejo de servir, mesmo que isto nos custe muito trabalho e dedicação...)*

#### 4-Será BENÉFICO para todos os interessados?

*(Beneficiar uns poucos é fácil; o importante é levar a todos o BENEFÍCIO de nossos atos...)* (Fonte: Cartilha Rotária)

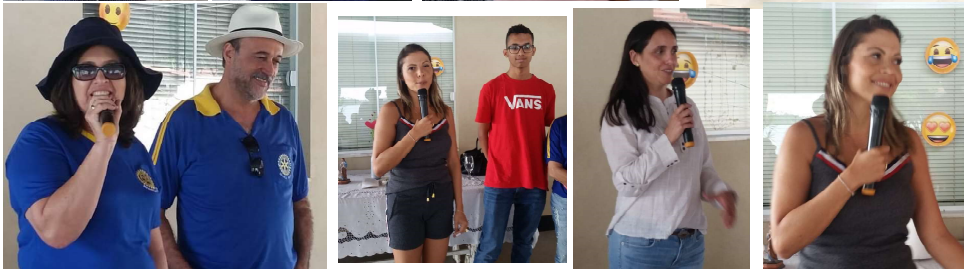
# 15 DE MAIO É DIA INTERNACIONAL DA FAMÍLIA.



Bíblia da Mulher

**A Família é o bem mais precioso que a gente tem. Ame, cuide, e sobretudo valorize a Família que Deus te deu.**

Comentários da Companheira Socorro Mota  
 Meus queridos Companheiros. Bom dia. Aproxima-se o momento de nosso encontro familiar. Não é fácil fazer as coisas acontecerem, como se deseja. Mas saibam que todos tentaram fazer o melhor, para que a alegria de estar junto, o amor um ao outro e a todos com quem convivemos, toque no coração, na razão, no bem-estar de todos. “Agora, quase na hora, (pois já estou indo para lá completar os arranjos para esperar vocês) pergunto: VAI FICAR AÍ, EM SUA ZONA DE CONFORTO, MAS LONGE DE NÓS? “Fechamos o buffet com folga, para que, aqueles que não tiveram/puderam confirmar antes, possam chegar com sua família. “Não precisa confirmar, basta chegar.“A vida é curta. Vamos ficar juntos o mais que pudermos. “Luz e paz para todos. “Beijo com carinho familiar e rotário.



*“A família, sempre, será o elo forte da vida...”*

# Festa da Família

**IX Festa da Família do Rotary Club de Brasília Norte**

**Local: Residência dos Companheiros Wilson Ney e Leônia**  
**Data: 19/05/2018 (Sábado)**  
**Horário: a partir das 11:45 hs.**  
**Menu: Feijoada Valor: R\$ 35,00**

Local: Mansão Mont Serrat  
 SMLN TRECHO 03 CONJUNTO 03  
 CASA 17  
 Horário: a partir das 10:00

“Juntos e unidos podemos mais”  
 Washington Cardoso Alkimin (“TOM”),  
 Presidente 2017/18  
 Rotary Club de Brasília Norte

*(Flashes do evento...)*



## REMETENTE

MARIO CHAVES DA CUNHA - REDATOR DO BOLETIM

AV. ENG. ALBERTO SÁ, 231, APT. 702 - PAPICU - FORTALEZA(CE) - CEP 60175-395

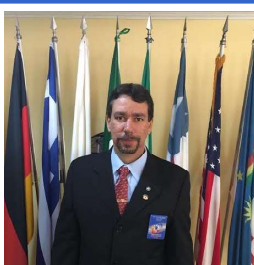
"CVV - CENTRO DE VALORIZAÇÃO DA VIDA" FONE (61) 3326-4111



Presidente do  
Rotary  
International  
2017 -2018  
Ian Riseley



Governadora do Distrito  
4530 - 2017 - 2018  
Margareth Felix da Silva e  
Lazara Helena Camêlo  
Coordenadora Distrital



Gov. Assistente  
2017 - 2018  
Axel Gomide Xavier  
R.C. Brasilia 5 de  
Dezembro



Presidente  
2017 - 2018  
Washington  
Cardoso  
Alkmim



Presidente da ASR  
do R.C. de Brasília  
Norte - 2017-2018  
Silvanice Santos  
Moreno

## Cinco mudanças de hábito que podem reduzir o risco de câncer

*Cinco mudanças de hábito que podem reduzir o risco de câncer*

*Idade, genética e exposição a fatores de risco podem causar câncer. Dessas três causas, só podemos controlar uma: a exposição a fatores de risco.*

*Os fatores de risco são similares no mundo todo: cigarro, alimentação e nutrição inadequadas, álcool, doenças sexualmente transmissíveis e a exposição ao sol.*

*Cerca de 15% dos casos de câncer no Reino Unido, por exemplo, são causados por exposição a tabaco, segundo dados do Cancer Research UK. De acordo com a instituição, a ingestão de álcool foi causa de 6% das mortes no mundo em 2012 - 13% delas por causa de câncer.*

*Alimentação e nutrição inadequadas são responsáveis por até 20% dos casos de câncer nos países em desenvolvimento, como o Brasil, de acordo com o Inca (Instituto Nacional do Câncer).*

*Alguns vírus e infecções transmitidos sexualmente têm potencial cancerígeno. Além disso, a exposição solar em excesso é o principal fator para o câncer de pele.*

*O que fazer, então, para "fugir" dos fatores de risco e reduzir a probabilidade de câncer?*

- 1) Não fume
- 2) Tenha uma alimentação rica em frutas, legumes, verduras, cereais integrais e leguminosas
- 3) Pratique atividade física
- 4) Pratique sexo seguro
- 5) Use protetor solar e não fique longos períodos exposto ou exposta ao sol

*Não se expor aos fatores de risco não garante uma vida sem câncer. Mas pode reduzir as chances de ser afetado pela doença.*

*"Por exemplo, sabemos que é possível um fumante viver uma vida sem câncer, enquanto uma pessoa que nunca encostou em cigarros pode desenvolver câncer no pulmão. Mas muitos estudos a longo prazo mostram claramente que pessoas que nunca fumaram têm menos probabilidade de desenvolver ou morrer de câncer do que fumantes", diz em seu site o Cancer Research UK.*

FONTE

<https://vivabem.uol.com.br/noticias/bbc/2018/05/01/cinco-mudancas-de-habito-que-podem-reduzir-o-risco-de-cancer.htm>

*(Colaboração do Companheiro João Gonçalves Filho(Bosco) - Rotary Club de Fortaleza Leste - D. 4490)*

