

Eduardo Rizzatti toma posse como presidente da APUSM com foco em infraestrutura e valorização do associado

A Apusm inicia uma nova fase sob a liderança de Eduardo Rizzatti, engenheiro civil com extensa trajetória na instituição. Com planos de ampliação de espaços e serviços, a gestão pretende consolidar a associação como referência em qualidade de vida para a comunidade acadêmica.

Natural de Silveira Martins, Rizzatti formou-se em Engenharia Civil pela UFSM, onde construiu uma carreira acadêmica e administrativa. Após concluir mestrado na Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) e doutorado em Florianópolis, retornou à UFSM em 1992, ocupando cargos estratégicos como chefe de departamento, diretor do Centro de Tecnologia e pró-reitor de Infraestrutura. Nos últimos anos, atuou como chefe de gabinete do reitor, função que lhe proporcionou amplo conhecimento sobre os desafios institucionais.

Sua relação com a associação começou durante o segundo mandato da então presidente, professora Tânia (2013-2017), que o convidou para integrar a diretoria como vice-presidente. Desde então, Rizzatti participou ativamente dos processos decisórios, acompanhando as gestões subsequentes dos professores Managno e Sangói. Essa experiência lhe permitiu acompanhar a evolução da entidade, que saltou de 3 mil para aproximadamente 8 mil associados na última década – crescimento impulsionado por melhorias na estrutura e na oferta de serviços.

OBRAS EM ANDAMENTO E PROJETOS PRIORITÁRIOS

O novo presidente detalhou as ações em curso e os planos para os próximos anos. Entre as prioridades está a conclusão do espaço S1, prevista para o segundo semestre de 2025, que oferecerá novas áreas de convivência. Outro destaque é a implantação de quadras de beach ten-



Eduardo Rizzatti é o novo presidente da Apusm

nis, cujo projeto aguarda aprovação.

A compra de duas casa proporcionarão a construção de uma pista de caminhada assim como um melhor aproveitamento do terreno da Apusm. Paralelamente, a diretoria estuda a readequação do acesso principal, incluindo a construção de uma nova guarita e a possibilidade de um segundo ingresso pela lateral do terreno, facilitando o fluxo de quem vem de bairros como Camobi.

- Queremos que nossa academia seja mais do que um espaço para treinar - seja um lugar onde você se sinta em casa, possa trazer sua família, desfrutar de momentos de lazer e convivência, e fazer parte do seu dia a dia. Estamos atentos às oportunidades que surgirão e comprometidos em aproveitá-las da melhor forma, sempre com foco em qualidade, segurança e no bem-estar de todos

Rizzatti enfatizou que todas as intervenções serão realizadas sem comprometer o equilíbrio financeiro da associação.

- Crescemos, mas mantemos uma gestão enxuta e responsável. Queremos oferecer mais opções de lazer sem descuidar da sustentabilidade

Ao finalizar, o presidente fez um apelo aos associados:

- Aos nossos queridos associados, temos a certeza de que a Apusm continuará sendo uma instituição forte, eficiente e sempre em evolução, ampliando seus serviços e oferecendo experiências que tornem sua permanência cada vez mais agradável e acolhedora. É com grande satisfação e responsabilidade que assumimos a direção da Apusm. Trabalharemos com seriedade, em conjunto com toda a diretoria, o Conselho de Curadores e o Conselho Consultivo, para fortalecer ainda mais nossa instituição, mantendo sempre os mais altos padrões de excelência. Contamos com vocês nessa jornada. Juntos, faremos da APUSM um espaço cada vez melhor para todos!

Apusm promove aulão de dança em celebração ao Dia Internacional da Dança

Academia da Apusm celebra seis anos com expansão e novidades para associados

Imposto Solidário: transforme seu IR em ação social

Apusm promove aula de dança em celebração ao Dia Internacional da Dança

No dia 29 de abril, a partir das 18h30, a Apusm realizará um grande aula de dança em comemoração ao Dia Internacional da Dança. O evento, organizado pelo professor Marion Lencina, tem como objetivo reunir a comunidade em uma atividade que une diversão, saúde e interação social.

Marion Lencina destaca o significado da data e os benefícios da prática:

- O Dia Internacional da Dança foi estabelecido em 1982 pelo Comitê Internacional da Dança (CID) como uma forma de valorizar essa expressão artística e seus impactos positivos. Hoje, a ciência comprova que dançar estimula a liberação de hormônios como endorfina, dopamina e serotonina, que promovem sensação de felicidade e alívio do estresse. Apenas cinco minutos de dança já são suficientes para melhorar o humor e acalmar a mente.

Além dos benefícios individuais, o professor ressalta que a dança é uma poderosa ferramenta de socialização.

- Em um momento em que as relações estão cada vez mais digitais, eventos como este aproximam as pessoas, fortalecem vínculos e contribuem para a saúde mental e emocional.

A ideia de organizar um grande aula sempre foi um desejo de Marion,

que é apaixonado pela dança e por seu potencial transformador.

- Sempre sonhei em criar um evento que unisse diferentes públicos e mostrasse como a dança pode ser uma aliada no combate à depressão, ansiedade e outros desafios emocionais. É uma honra realizar esse projeto através da APUSM, levando alegria e movimento para a comunidade.

O aula contará com uma variedade de estilos, garantindo que todos encon-

tem um ritmo que os identifique. Entre as modalidades apresentadas estão:

- Dança de Salão
- Zumba
- Samba
- Reggaeton
- Funk
- Piseiro
- Dance anos 60/70/80
- Sertanejo
- Kizomba
- Forró

- Dança Gaúcha

Nove professores foram convidados, cada um trazendo métodos diferenciados para tornar a experiência ainda mais dinâmica e acessível.

EVENTO ABERTO A TODOS

Não é necessário ter experiência prévia ou levar par para participar.

- Queremos quebrar a ideia de que dança é só para quem já sabe. Aqui, o importante é se soltar, experimentar e se divertir. Não há idade ou nível de habilidade que impeça alguém de aproveitar esse momento.



SERVIÇO

Evento: Aula de Dança em comemoração ao Dia Internacional da Dança
Data : 29 de abril de 2025 Horário : 18h30
Informações: (55) 98141-0358 (Professor Marion Lencina)

Associados APUSM : entrada gratuita, com inscrições na recepção da associação ou pelo WhatsApp (55) 99603-8789.

Não associados: investimento de R\$ 10,00, com vagas limitadas. Inscrições devem ser feitas pelo WhatsApp (55) 98141-0358 (Professor Marion) ou diretamente com os professores envolvidos no evento.

“Seja a mudança em sua vida através da dança. Venha celebrar conosco!”
Prof. Marion Lencina

Montese/Apusm ganha Copa Verão 2025

Durante o período de verão, a Associação de Futebol de Veteranos de Santa Maria (AFUVESMA) em parceria com a equipe do Imembuy promoveu a Copa Verão 2025. O certame contou com a participação de oito equipes na categoria 60 anos.

A equipe do Montese/Apusm participou da competição, tendo se sagrado

campeão de forma invicta no dia 8 de março. A partida final foi disputada na Arena Imembuy. O adversário da final foi a equipe da ASSUFMS, o resultado foi 2x1 para a equipe Montese/Apusm. Gols marcados por Munaretto e Fábio.

A parceria Montese/Apusm tem conquistado ótimos resultados nas competi-

ções promovidas pela AFUVESMA. Nos últimos três anos, a equipe foi campeã três vezes e obteve ainda dois terceiros lugares. A coordenação da equipe está sob a responsabilidade do também atleta e jogador Prof. Ivan Henrique Vey.

Além de promover o futebol, as competições são momentos de lazer, amiza-

des, integração e promoção da saúde.

A equipe está participando no momento da Copa Afuvesma 2025 que iniciou recentemente com a participação de 13 equipes. Espera-se que novamente venham resultados positivos na competição, esforço, vontade e dedicação não irão faltar aos atletas.



Time que disputou a final foi: Paulo, Elias, Luizinho, Cardonetti, Caetano, Antônio, Fábio, Barcellos, Schitler, Denardi, Beto, Roberto, Giovanni, Renatinho, Amarildo, Munaretto, Ivan, Godoy e Pelego.

Academia da Apusm celebra seis anos com expansão e novidades para associados

A Academia da Apusm completa seis anos de atividades neste mês de abril, consolidando-se como um espaço de referência em saúde e bem-estar na região. O crescimento constante, com novos associados se matriculando diariamente, exigiu uma série de melhorias e ajustes administrativos nos últimos meses. Rochester Filho, coordenador da academia, explica que foi necessário reorganizar processos internos para atender melhor o público cada vez mais numeroso.

Um dos destaques dessa evolução foi a implementação do “Totem do Treino”, sistema que substituiu as tradicionais fichas de papel e que após dois anos de operação já está completamente integrado à rotina da academia.

- O período de testes foi superado com sucesso e hoje todos os frequentadores estão adaptados ao novo formato - comenta Rochester.

Para celebrar o aniversário, a programação especial inclui dois eventos marcantes. No dia 26 de abril, sábado, acontecerá uma festa com desafios, recepção para associados e diversas atividades. Três dias depois, no dia 29, está programado um grande aulão de dança que contará com a participação

de professores convidados.

O corpo docente recebeu recentemente o reforço da instrutora Josiane Oliveira, especialista em musculação e pilates, preenchendo uma necessidade importante da academia.

- Era exatamente o perfil que procurávamos - um profissional qualificado para assumir aulas de pilates e ao mesmo tempo auxiliar nas atividades de musculação - destaca Rochester.

Atualmente, os associados podem

usufruir de diversas modalidades, incluindo dança de salão com o professor Marion, yoga com as professoras Liliana e Tiziana, pilates com Rafaela e Josiane, alongamento ministrado pelo próprio coordenador Rochester junto com o instrutor Christopher, e treinamento funcional com Eduardo Godoy.

O futuro reserva ainda mais novidades, com a conclusão das obras do espaço S1 sendo um dos projetos mais aguardados. Rochester explica que a

construção avança em ritmo acelerado e trará importantes melhorias:

- Teremos salas temáticas específicas para cada modalidade, além de um espaço kids para crianças e áreas de coworking.

Essa expansão permitirá a ampliação do espaço atual com a instalação de novos aparelhos, melhorias no sistema de som e uma otimização geral dos ambientes.

Novas modalidades também estão sendo planejadas com base no feedback dos associados e na demanda da comunidade.

- As discussões já começaram e vamos implementar essas novidades gradualmente, com todo cuidado para acertar em cada escolha - afirma o coordenador.

Em mensagem especial aos associados, Rochester reforça o compromisso da instituição:

- Agradecemos profundamente a confiança de todos. Sabemos que ainda há melhorias a fazer e trabalhamos diariamente para isso, em conjunto com a diretoria. Cada evento, cada novidade que trazemos é pensada exclusivamente para proporcionar o melhor aos nossos associados - é nossa forma de retribuir o apoio que recebemos.



Equipe da Academia da Apusm

Nova instrutora da Apusm traz experiência diversificada e foco em qualidade de vida



Josiane Oliveira é a nova professora da academia da Apusm

A Academia Apusm acaba de reforçar seu quadro de profissionais com a chegada da instrutora Josiane Oliveira dos Santos, formada em 2020 pela FAMES (Faculdade Metodista de Santa

Maria). Com uma trajetória profissional que inclui cinco anos atuando em Santiago, a nova professora traz na bagagem experiências valiosas em diversas modalidades, desde pilates e trei-

namento funcional até trabalho com crianças e terceira idade.

- Minha motivação para seguir essa carreira sempre foi ajudar as pessoas a alcançarem melhor qualidade de vida. Não foco apenas no aspecto estético, mas principalmente nos benefícios para a saúde, especialmente hoje em dia quando as pessoas trabalham tanto e acabam negligenciando cuidados básicos com alimentação e exercícios - explica Josiane.

Na Apusm, Josiane assumirá as aulas de pilates e também atuará como instrutora na musculação. Sobre sua metodologia de trabalho, ela detalha:

- Nas aulas de pilates, trabalhamos de forma integrada, focando em core, membros inferiores e abdômen. Vou conhecendo cada turma e adaptando as aulas aos objetivos específicos de cada grupo, utilizando diferentes materiais como bolas e aparelhos específicos.

Os horários iniciais das aulas de pilates estão sendo ajustados, mas incluem segundas às 18h, terças às 17h e 19h, e quintas às 18h. Como instrutora,

Josiane se coloca à disposição para tirar dúvidas sobre aparelhos, corrigir posturas e orientar os associados em seus treinos.

Sobre sua chegada à Apusm, a profissional não esconde o entusiasmo:

- Estou muito animada e feliz por trabalhar aqui. A academia tem um objetivo que combina perfeitamente com o que busco na minha profissão - promover saúde e qualidade de vida. Percebi que essa filosofia é realmente abraçada por toda a equipe.

Com apenas uma semana na instituição, Josiane já sente a calorosa recepção:

- O pessoal aqui foi muito atencioso comigo, estou gostando bastante da experiência”.

E finaliza com um recado aos associados:

- Agradeço a todos que já me receberam com tanto carinho e digo que estou à disposição para conversar, tirar dúvidas e ajudar no que for preciso. Venham para a academia, vamos juntos trabalhar por uma vida mais saudável.

Especial Dia das Mães: a trajetória de Nathalia Beltrame

Como muitas mulheres contemporâneas, Nathalia Beltrame, empresária de 34 anos, mãe do Bernardo (3 anos) e do Henrique (3 meses), encontra na Apusm o apoio necessário para conciliar seus diversos papéis. Associada há dois anos, ela compartilha como a associação se tornou peça-chave em sua rotina familiar e profissional.

– O grande desafio da maternidade hoje é filtrar o excesso de informações que chegam às crianças — reflete Nathalia, que prioriza uma educação baseada no diálogo e na presença ativa. As pequenas conquistas diárias dos filhos - desde as primeiras palavras afetuosas até as novas descobertas infantis - são apontadas por ela como as maiores recompensas desse caminho.

A Apusm entrou na vida da família Beltrame através do marido de Nathalia, Gabriel, professor de Odontologia. O que começou como uma opção prática - pela localização próxima à escola do filho mais velho - transformou-se em um importante pilar de apoio.

– A academia se tornou meu

espaço de autocuidado essencial, onde recarrego as energias para acompanhar o crescimento acelerado dos meninos – explica.

Recentemente, a descoberta das aulas de musicalização infantil trouxe nova alegria à rotina familiar.

– O Bernardo sempre demonstrou interesse por música, e a turma Pais e Filhos nos proporciona momentos de qualidade juntos – comenta Nathalia, destacando também o acolhimento especial que a associação oferece em datas comemorativas.

Em seu primeiro Dia das Mães como mãe de dois, Nathalia compartilha uma reflexão:

– A maternidade revela capacidades que nem sabíamos ter. É um amor que nos transforma diariamente.

Seu conselho para outras mães é simples e profundo:

– A busca pelo equilíbrio perfeito pode ser frustrante. O importante é estar presente em cada escolha, sem culpa, entendendo que cuidar de si mesma é também cuidar da família.



Nathalia com sua família: Gabriel, Bernardo e Henrique

Imposto Solidário: transforme seu IR em ação social

Você sabia que pode direcionar parte do seu Imposto de Renda para projetos sociais em Santa Maria sem pagar nada a mais? O Imposto Solidário é uma iniciativa que permite aos contribuintes destinar até 3% do IR devido para os Fundos Municipais da Criança e do Adolescente e da Pessoa Idosa. Para os associados da APUSM, essa é uma excelente oportunidade de contribuir com a comunidade enquanto cumprem suas obrigações fiscais.

De acordo com Rosaura Vargas, especialista em captação de recursos e educação fiscal, o processo é simples e vantajoso. Quem tem imposto a restituir recebe o valor destinado de volta corrigido pela taxa Selic. Por exemplo, se você tem R\$ 1.000 a receber e decide destinar R\$ 500, receberá R\$ 1.500 na restituição. Já quem tem imposto a pagar tem o valor da doação abatido diretamente do total devido. O valor mínimo para participar é de apenas R\$ 10,00, tornando a ação acessível a todos.

Em Santa Maria, a adesão ao Impos-

to Solidário vem crescendo ano a ano. Em 2021, 899 contribuintes participaram, arrecadando R\$ 1,7 milhão. Em 2024, esse número saltou para 1.796 pessoas, totalizando R\$ 4,2 milhões em recursos destinados a projetos locais. Até 16 de abril deste ano, 270 contribuintes já haviam aderido, com R\$ 71.628,19 arrecadados. O potencial, porém, é muito maior: se todos os 38.373 santa-marienses que podem destinar participassem, mais de R\$ 36 milhões poderiam ser investidos na cidade.

Os recursos beneficiam 43 instituições locais, incluindo a Aldeias Infantis SOS, APAE, Centro de Apoio à Criança com Câncer, Lar das Vovozinhas e Associação de Cegos e Deficientes Visuais, entre outras. Essas entidades foram selecionadas por atenderem a critérios legais e estarem regularmente inscritas nos fundos municipais.

Para participar, basta seguir alguns passos simples durante a declaração do Imposto de Renda. Ao optar pelo modelo completo, selecione a opção “Doa-

ções diretamente na declaração”, clique em “Novo” e escolha o Fundo Municipal de Santa Maria. Digite o valor desejado (mínimo de R\$ 10,00), gere o DARF e efetue o pagamento até 30 de maio de 2025. É importante enviar o comprovante para o WhatsApp (55) 99975-8101 para garantir que o valor seja direcionado corretamente.

– Destinar não custa nada a mais. É apenas redirecionar para nossa comu-

nidade o imposto que você já tem a pagar ou que será somado à sua restituição - destaca Rosaura.

Para os associados da Apusm, essa é uma forma prática e eficaz de transformar uma obrigação fiscal em um gesto concreto de solidariedade, contribuindo para melhorar a vida de crianças, adolescentes e idosos em Santa Maria. Seu imposto pode fazer a diferença onde ele é mais necessário.

