



LABRE-RN



**LIGA DE AMADORES DE RÁDIO EMISSÃO – LABRE
ADMINISTRAÇÃO ESTADUAL LABRE-RN**

Fundação: 05/03/1939 – Estação oficial: PS7AA

Av. Rodrigues Alves, 1004 – Tirol – Natal-RN

Presidente: CARLOS ADEL – PS7LN

QTC-020 - 07/OUTUBRO/2019 – 19:00h

1

PALAVRA DO PRESIDENTE

Boa Noite,

Em recente reunião da 20ª Assembleia Geral da Região 2da IARU, em Lima - Peru. Participaram da Assembleia um total de 20 sociedades membros, 15 delas presentes e outras 5 participantes por procuração.

GUSTAVO de Faria Franco - PT2ADM foi um dos mais atuantes membros da delegação brasileira. O novo presidente eleito e empossado foi o mexicano RAMON SANTOYO, XE1KK.

Em seguida, ele fez os agradecimentos aos abnegados que estavam deixando os cargos, bem como agradeceu aos coordenadores e voluntários que cooperaram para que fosse bem sucedida a 20ª Assembleia Geral da IARU - R2.

Obrigado!



Santana do Matos está localizada em pleno Sertão Central Potiguar possuindo clima semiárido. A vegetação predominantemente arbustiva, típica da Caatinga, é composta por elementos caducifólios - que perdem suas folhas no período da seca, salvo as Algarobas que permanecem verdes em meio a paisagem acinzentada.

Os primeiros habitantes do sertão potiguar foram, provavelmente, povos nômades, caçadores e coletores de alimentos. Deixaram registros gravados e pintados em pedras e paredões ao longo de rios, riachos e lagoas onde deviam caçar e coletar alimentos no período pré-colonial. Na região de Santana, a arte rupestre, como são chamados esses registros pré-históricos, é rica e diversificada. Pesquisas

recentes do Professor Valdeci dos Santos Junior, da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, revelaram a existência de 75 sítios arqueológicos na região central do RN denominada "Área Arqueológica de Santana". Apenas dois daqueles sítios estão registrados pelo IPHAN como patrimônio histórico. Esses valiosos registros da ocupação humana pré-histórica da região, ainda que pouco estudados, vêm sendo depredados por vândalos e turistas ignorantes.

O povoado do que hoje é a cidade de Santana do Matos teve início na Fazenda Bom Bocadinho, de propriedade do português Manoel José de Matos. Quando a fazenda começava a dar sinais de prosperidade, uma forte seca prejudicou seriamente a lavoura e dizimou o gado. Manoel José, homem religioso, prometeu erguer uma capela em homenagem a Nossa Senhora de Santana se a seca terminasse. A seca passou, a Fazenda Bom Bocadinho voltou a crescer e a capela foi construída, recebendo o nome de Santana do Matos, numa referência à santa milagrosa e ao dono da fazenda. A exemplo de outras cidades sertanejas, cujos territórios - municipais foram delineados pelos limites da freguesia primeva, Santana do Matos tem seu mito de origem na intervenção da avó de Cristo, nos vexames sofridos pelos primeiros vaqueiros. Câmara Cascudo explica essa "história que se enovela em lenda": Manoel José de Matos - daí o sobrenome da cidade - desesperado pelas tribulações por que passava, prometeu cultuar Sant'Ana, com capela e imagem votivas; agraciado, cumpre a promessa, lançando em terra o que seria a semente urbana. Da - construção da capela à instituição da freguesia, foi um movimento natural; em 1821, a povoação santanense assim tinha sido reconhecida. (Cascudo, 1955-a: 15.)

O povoado foi iniciado nas proximidades da capela com o nome de Santana do Pé de Serra, passando posteriormente a ser chamado de Santana do Matos, num vínculo direto com a capela que lhe deu origem. A agricultura e a pecuária foram se desenvolvendo nas terras da localidade, fazendo com que o povoado crescesse rapidamente.

No dia 13 de outubro de 1836, de acordo com a lei nº 9, Santana do Matos desmembrou-se de Açu, tornando-se município. Mas no dia 6 de agosto de 1855, pela Resolução Provincial de nº 314, o município voltou à condição de povoado, sendo restabelecido definitivamente como município um mês depois, no dia 5 de setembro do mesmo ano.



Praça da Cidade



Matriz de Santana



Panorâmica da cidade

MÁRTIRES DE CUNHAÚ E URUAÇU

Mártires de Cunhaú e Uruaçu ou **Protomártires do Brasil**, é o título dado pela Igreja Católica aos trinta católicos martirizados, no interior da capitania do Rio Grande, cujo território daria origem à província do Rio Grande do Norte e posteriormente ao estado do Rio Grande do Norte. Foram vítimas de dois morticínios, ambos no ano de 1645, no contexto das invasões holandesas no Brasil. O primeiro massacre ocorreu na Capela de Nossa Senhora das Candeias, no *Engenho de Cunhaú*, município de Canguaretama; o segundo foi na comunidade de Uruaçu, no município de São Gonçalo do Amarante.

Foram beatificados pelo Papa João Paulo II em 5 de março de 2000. No dia 23 de março de 2017 o Papa Francisco autorizou a canonização dos trinta mártires do Rio Grande do Norte. A canonização ocorreu em uma cerimônia no Vaticano, em 15 de outubro de 2017.^{[1][2]}

O primeiro engenho construído na capitania do Rio Grande foi palco de uma disputa territorial e religiosa envolvendo colonos portugueses, holandeses e nativos (indígenas Janduí), uma das mais trágicas disputas da história do Brasil. No ano de 1645, a capitania era dominada pelos holandeses.

Jacob Rabbi, um judeu alemão que lá chegou por meio de um convite holandês, casou-se com uma indígena e morou junto da tribo dos Janduí, seguindo os costumes dos nativos. Chegou ao engenho em 15 de julho de 1645, mas já era conhecido pelos moradores, pois havia passado por lá anteriormente, sempre escoltado pelas tropas dos índios Tapuias e Janduí. Nesse dia, veio com mais violência. Além dos Tapuias, trazia alguns potiguares e soldados holandeses. Era domingo, dia 16 de julho de 1645 e, como de costume, os fiéis reuniram-se para celebrar a Eucaristia, foram à missa na igreja de Nossa Senhora das Candeias, mas Jacob Rabbi havia fixado um edital na porta da igreja: após a missa, haveria ordens do governo holandês. O pároco, padre André de Soveral, responsável pela catequização e disseminação da religiosidade europeia, começa a celebração e, depois do momento da elevação do Corpo e Sangue de Cristo, as portas da capela foram fechadas: deu-se início a vingança dos nativos contra os invasores coloniais e clérigos que celebravam a missa. Ao verem que seriam mortos pelas tropas, os colonos pediram misericórdia a Jesus "entre mortais ânsias, confessaram-se ao sumo sacerdote pelo perdão por suas culpas", enquanto o padre André estava tendo o seu coração arrancado do peito pelo jaguar da floresta".

Beatificação

São estes os sentimentos que invadem nossos corações, ao evocar a significativa lembrança da celebração dos quinhentos anos da evangelização no Brasil, que acontece este ano. Naquele imenso País, não foram poucas as dificuldades de implantação do Evangelho. A presença da igreja foi se afirmando lentamente mediante a ação missionária de várias ordens e congregações religiosas e de sacerdotes do clero diocesano. Os mártires, que hoje são beatificados, saíram, no fim do século XVII, das comunidades de Cunhaú e Uruaçu, do Rio Grande do Norte. André de Soveral, Ambrósio Francisco Ferro – presbíteros e 28 companheiros leigos pertencem a esta geração de mártires que regou o solo pátrio, tornando-o fértil para a geração de novos cristãos. Eles são as primícias do trabalho missionário, os protomártires do Brasil. Um deles, Mateus Moreira, estando ainda vivo, foi-lhe arrancado o coração das costas, mas ele ainda teve forças para proclamar a sua fé na Eucaristia, dizendo: Louvado seja o Santíssimo Sacramento.

Os mártires são lembrados em duas datas, no dia 16 de julho em Canguaretama, e dia 3 de outubro em São Gonçalo do Amarantes. Esta última data é lembrada a caráter estadual: pela lei Nº 8.913/2006, que declara a data feriado estadual.

São lugares de romarias e peregrinações a Capela dos Mártires de Cunhaú e Uruaçu em São Gonçalo do Amarante; o Santuário dos Mártires, no bairro Nossa Senhora de Nazaré em Natal, e a capela de Nossa Senhora das Candeias, no antigo engenho de Cunhaú.



Capela dos Mártires de Cunhaú e Uruaçu



Cena do Massacre de Cunhaú e Uruaçu.



Monumento aos Mártires/São Gonçalo do Amarante

4 **POR DENTRO DA LABRE-RN**

Em reunião na sua sede da Av. Rodrigues Alves, 1004 no último dia 02, foram debatidos alguns assuntos de interesse dos associados e radioamadores em geral. Participaram da reunião os seguintes associados:

- ADEL/PS7LN, BOSCO /PS7RN, BEL /PS7BEL, BETO /PS7BKW, ATALIMAR /PS7JAP, MARCOS /PS7AM, ZÉ DO CARMO /PS7JCA e GOMES /PU7KIG.

1 – O aluguel da sede do CLUBE DE RADIOAMADORES DO RN para uma empresa de eventos. Não compareceu por motivo superior a reunião para maiores esclarecimentos dos termos do contrato o presidente TOINHO/PS7BT que oportunamente ou no próximo QTC detalharemos melhor o assunto.

2 – O projeto de instalação das repetidoras de VHF e UHF em Monte das Gameleiras continua em pleno andamento. Estamos agora na fase de construção da casinha dos equipamentos e definição de que a **145.290** será a melhor opção a ser utilizada naquela localidade. Desativando, portanto, temporariamente da cidade de João Câmara.

5 **RADIO CIDADÃO, VHF e UHF**

- O **Grupo GPI** (Grupo Potiguar Internacional) sob o comando do **MOABE** – PX7E2497 Todos os dias às 5h da matina Frequência de 27.305Mhz/Canal: 30 - (**AM**).

- **Trampolim da Vitória** sob o comando do grande **MÁRIO MARAJÁ** - PX7E0770Mhz todos os dias às 19h na frequência de 27.075Mhz/Canal: 10 (**USB**).

- A Rodada "**Cafezinho Norte-rio-grandense**" na 145.210 (-600) é coordenada pelos amigos Moisés/PU7EKF e Oliveira/PU7HLO todos os dias das 5 às 7h. Participem, é um show de audiência.

5 **EVENTOS - SEGUNDO SEMESTRE**

-

6 **DATAS COMEMORATIVAS do MÊS**

01 – Dia Internacional da Terceira Idade

04 – Dia de São Francisco de Assis

11 – Dia do Deficiente Físico

11 – Criação de Mato Grosso do Sul

12 – Dia de Nossa Senhora Aparecida

12 – **Dia da Criança**

12 – Dia do Descobrimento da América

15 – **Dia do Professor**

16 – Dia Mundial da Alimentação

17 – Dia da Indústria Aeronáutica Brasileira

18 – Dia do Médico

18 – Dia do Pintor

20 – Dia Internacional do Controlador de Tráfego Aéreo

23 – Dia da Aviação e do Aviador

25 – Dia do Sapateiro

28 – Dia do Funcionário Público

29 – Dia Nacional do Livro

31 – Dia Mundial do Comissário de Vôo

31 – Dia das Bruxas (Halloween)

Por que tanta gente tem tendinite e como evitar?



Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), uma a cada 100 pessoas sofre com a dolorosa **tendinite**. Como o corpo humano tem mais de 4 mil tendões — e a tendinite é a inflamação de algum deles —, fica fácil entender porque os números são tão altos.

Todo tendão, da cabeça aos pés, pode sofrer tendinite. Mas, por causa da vida moderna, as áreas mais afetadas são as dos punhos e antebraços. **Mexer repetitivamente no celular**, digitar no teclado do computador e até dirigir estão entre as principais causas do problema.

A tendinite pode acometer qualquer pessoa. Mas as maiores vítimas são as que não fortalecem os músculos, deixam o alongamento de lado e adotam uma postura inadequada ao longo do dia. Por quê? O tendão é um cordão fibroso que tem a função de unir o músculo ao osso. Se ele sofrer traumas diários (aqueles movimento repetitivos do dia a dia) e não tiver o apoio dos músculos para aguentar o tranco, fica sobrecarregado — é essa sobrecarga que provoca inflamação.

Geralmente, a tendinite começa a se manifestar com uma dor localizada, por exemplo no antebraço e nos punhos. Aos poucos, ela irradia para a musculatura ao redor. Um pequeno incômodo no punho pode alcançar o pescoço e se transformar em um uma forte cefaleia tensional.

Essas dores pioram com o movimento e resultam em diminuição da força. Em casos mais graves e não tratados, tornam-se persistentes e capazes de atrofiar a musculatura.

Uma tendinite pode durar dias, semanas, meses... ela eventualmente vira um quadro crônico que desencadeará processos mais sérios, como compressão das articulações, **hérnia de disco**, desgastes nos joelhos e por aí vai.

Para se manter saudável, o tendão precisa de suporte mecânico, assim por dizer. A melhor maneira de prevenir a tendinite é realizar exercícios diários, a exemplo de alongamento e mobilizações orientadas por um fisioterapeuta. A atividade física moderada, com direito a fortalecimento da musculatura, também é uma grande aliada.

Esse conjunto de atitudes, eventualmente com uso de remédios e acompanhamento mais próximo do fisioterapeuta, também ajuda a curar a tendinite (e outras inúmeras patologias ortopédicas) de maneira mais rápida e eficiente.



FREQUENCIAS MAIS UTILIZADAS

REPETIDORAS PARCEIRAS

146.930	(-)	Natal / LABRE-RN
145.210	(-)	Serra de São Bento
146.630	(-)	Pirangi/Natal
145.470	(-)	Serra de Acari
146.610	(-)	Caicó
147.120	(+)	Desativada

SIMPLEX

146.000	Bate Papo dos amigos – 20/22h. Coordenação PU7IEV (Expedito)
146.500	Amigos do Agreste – 19 às 22h
144.050	Aulas de telegrafia com o prof. (Pu7HLO) – de 08 a 10h.(Domingo)

FAIXA DO 11 METROS

27.305 (AM)	G.P.I - Coord. MOABE/6h
27.075 (USB)	Rod. Trampolim da Vitória Coord. Mário Marajá/18h

ECHOLINK

<u>S.BRAZLERO/145.180</u>	<u>Maurício/PS7RK</u>
<u>145.120</u>	<u>Josué/PS7DL</u>
<u>145.030</u>	<u>Oliveira/ PU7LJO</u>

RODADA: BOA NOITE RN (18h) de 2ª a 6ª

(SUSPENSO TEMPORARIAMENTE)

CAFEZINHONORTERIOGRANDENSE – SEG/SEX

145.210 (-)	Coord: Moisés/PU7EKF e Oliveira/PU7HLO (DE 5 ÀS 7H).
--------------------	---

INFORMES DA ANATEL

AGENDAMENTO DE PROVAS PARA O MÊS DE OUTUBRO/19 – ANATEL

Certificados	Data da prova	Início	Local	Encerramento das Inscrições	Situação da Agenda	Total de vagas	Inscrições ativas	Inscrições canceladas	Vagas disponíveis	Prova de Morse	Prova no Computador	Telefone de Contato	Responsável
Radioamador classe A Radioamador classe C Radiotelefonista (Todos)	04/10/2019	08:30	ANATEL/RN - Avenida Rodrigues Alves 1187 - Tirol - Natal - RN	03/10/2019	Prazo encerrado	3	2	0	1	Não	Sim	84-40091530	ANATEL
Radioamador classe A Radioamador classe C Radiotelefonista (Todos)	04/10/2019	10:30	ANATEL/RN - Avenida Rodrigues Alves 1187 - Tirol - Natal - RN	03/10/2019	Prazo encerrado	3	0	0	3	Não	Sim	84-40091530	ANATEL
Radioamador classe A Radioamador classe C Radiotelefonista (Todos)	04/10/2019	14:30	ANATEL/RN - Avenida Rodrigues Alves 1187 - Tirol - Natal - RN	03/10/2019	Prazo encerrado	3	1	0	2	Não	Sim	84-40091530	ANATEL
Radioamador classe A Radioamador classe C Radiotelefonista (Todos)	04/10/2019	16:30	ANATEL/RN - Avenida Rodrigues Alves 1187 - Tirol - Natal - RN	03/10/2019	Prazo encerrado	3	3	0	0	Não	Sim	84-40091530	ANATEL

PRESTIGIARAM O ÚLTIMO QTC

JOSUÉPS7DL

OLIVEIRA.....PU7HLO

Obrigado pela presença de todos!

ANIVERSARIANTES / MÊS de OUTUBRO

PU7.IZA	Anderson	Natal R/N	01/10
PS7.GM	Gil Braz	Natal R/N	02/10
PU7.ISU	Saulo	Natal R/N	03/10
PU7.IAE	Artur	Caicó R/N	04/10
PS7.KKK	Paraú	Caicó- R/N	08/10
PS7.AW	Charlon	Natal R/N	09/10
PS7.HD	Nathan	Natal R/N	09/10
PS7.CG	Cardoso	Caicó- R/N	19/10
PS7.FN	Marcelo	Caicó- R/N	19/10
PU7.JOS	Justino	Currais N. R/N	21/10
PU7.KJL	João da Mata	Natal R/N	24/10

Estamos retomando o estudo de Ética e Técnica Operacional, no intuito de melhorar, de clarear e incentivar a boa prática radioamadorística. Acreditamos que todos têm o interesse e a vontade de praticar o melhor nas ondas apaixonantes do radioamadorismo.

ÉTICA e TÉCNICA OPERACIONAL

Os princípios éticos são a base de um radioamadorismo sadio, fraterno e construtivo e visam proporcionar a harmonia e o entusiasmo humano.

*Lembre-se o radioamadorismo é um contínuo processo de aprendizado. Nós aprendemos através de instruções, e os comentários abaixo fornecerão princípios básicos para uso consciente da nossa **QRG**.*

*Além da ética no uso do serviço de Radioamador, é necessário que você também conheça a **TÉCNICA OPERACIONAL**. Continuamos a apresentar algumas **DICAS** sobre esse assunto:*

26 – Faça sempre saber que você evita contatar estações que sejam violadas habitualmente dos preceitos básicos de ética operacional. Junte-se aos bons!

27 – Respeite as frequências das Expedições de DX. Evite entrar em sua QRG em desacordo com as normas da boa operação e da ética radioamadorística. Muito esforço foi previamente desenvolvido até se conseguir chegar “ao ar”. Os operadores trabalham em condições difíceis, tem que ser verdadeiros malabaristas para atender milhares de chamados do mundo inteiro. Os equipamentos, muitas vezes, ficam em cima de pedras ou mesmo no chão. Os expedicionários se alimentam a base de conservas, passam noites mal dormidas, são perturbados por insetos e, tudo isso, para proporcionar ao resto do mundo a oportunidade de faturar mais uma “figurinha” ou um novo país para DXCC.

*28 – Não entre em cima de colega que já iniciou a contestação a um **CQ**. Dê-lhe a chance para concluir seu contato antes que você tente seu chamado.*

*29 – Antes de acessar uma **repetidora**, primeiro escute para familiarizar-se com as características de seu funcionamento. Para iniciar um contato, comunique que você está na frequência, informando seu **indicativo de chamada**.*

30 – Faça uma pausa entre as transmissões. Isso permitirá que os outros radioamadores também comuniquem a presença na frequência.

.....continuemos no próximo QTC. Até lá!

Edição e Apresentação: ATALIMAR / PS7JAP

Programação e diagramação: Gomes

Colaboração Especial e sugestão: JOSUÉ / PS7DL: “Estudo: “ÉTICA E TÉCNICAS OPERACIONAIS”

Fontes de pesquisas:

Google/Wikipédia/ivre/www.tuasaúde.com.br/sitedecuriosidades.com/simplesmentetudo.com.br/Superinteressante
www.techtudo.com.br/slideplayer.com.br/vhfmmais.webnod.pt/www.eusemfronteiras.com.br/www.saudeevital.com.br/ministeriodasaúde.com.br