

PUBLICAÇÃO MENSAL DIRIGIDA AOS ASSOCIADOS DO CLUBE PAINEIRAS DO MÓRUMBY

PAINEIRAS

JANEIRO/2009

Reveillon no Paineiras

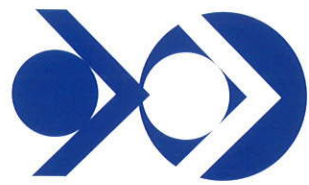
Veja os melhores momentos e saiba porque continua sendo uma ótima opção

Feijoada da Folia

Saiba quais serão as atrações da próxima grande festa Paineirense

Parabéns São Paulo

Veja os pratos típicos paulistanos que você pode saborear aqui no Paineiras



OBJETIVO

Educação de qualidade



O Centro Educacional Objetivo, a maior instituição de ensino do País, atua no âmbito da Educação Infantil, Ensino Fundamental, Ensino Médio e Pré-Vestibular, no Brasil e no Exterior, com o compromisso de oferecer um ensino de qualidade, capaz de formar cidadãos preparados para interagir com um mundo em constante transformação.

Eis algumas das razões que confirmam, há 43 anos, o seu pioneirismo:

O **Material Didático**, que abrange todo o conteúdo programático, é constantemente atualizado para responder rapidamente às transformações e aos desafios do mundo contemporâneo.

O **Centro de Pesquisa e Tecnologia (CPT)** cria e desenvolve equipamentos e programas de informática utilizados como recursos de apoio educacional em espaços de alta tecnologia.

O **Portal Educacional** integra, *on-line*, todas as unidades do Objetivo, permitindo que alunos, pais e professores realizem pesquisas, colem informações e debatam assuntos relevantes.

Na **TarefaNet**, o aluno encontra os exercícios do Caderno de Tarefas (TC) acompanhados de sugestões de resolução. No programa **Atualização/Aulas On-line**, além de se informarem e estudarem, os internautas têm oportunidade de interagir em tempo real, formulando perguntas e esclarecendo dúvidas.

O **Programa Objetivo de Incentivo ao Talento (POIT)** oferece projetos especiais, desenvolvidos por meio de cursos teóricos e práticos, destinados a alunos portadores de habilidades e talentos específicos.

Em Angra dos Reis (RJ) e em plena Amazônia, as **Escolas do Mar e da Natureza** oferecem salas de aula a céu aberto. No mar, na mata ou a bordo de um barco-escola equipado com laboratórios, os alunos aprendem na prática a importância da preservação ambiental.

Os **Cursos para Olimpíadas Científicas**, com programas teóricos e experimentais de alto grau de complexidade, têm levado nossos alunos à conquista de medalhas em competições estaduais, nacionais e internacionais.



Matrículas abertas

ENSINO FUNDAMENTAL • ENSINO MÉDIO

Morumbi

Av. Duquesa de Goiás, 262

Tel.: 3758 0073 - 3758 7073 • www.objetivo.br

Colégio
OBJETIVO

2009: Um ano de consolidação



A pesar de janeiro ser uma época em que muitos paineirenses saem para férias, esperamos que nossos agradecimentos possam alcançar a todos que prontamente atenderam ao nosso apelo e ajudaram os que sofreram com as enchentes em Santa Catarina.

Receber a grande quantidade de doativos traduzidos, principalmente, em colchões, cestas básicas, água, cobertores, roupas de cama, roupas, brinquedos e até medicamentos mostrou a face solidária do Paineiras.

O esforço conjunto de associados e de empresas parceiras como, entre outras, a FEMSA (envio de água) do Grupo Whirlpool (caminhão para o transporte), Probel (produção dos excelentes colchões adquiridos a preço de custo) permitiu que enviássemos rapidamente, 12 toneladas de itens.

Nossos agradecimentos a todos os doadores anônimos, inclusive, o associado que entregou 250 cestas básicas sem se identificar. Dizer muito obrigado é pouco, melhor seria dizer que somos sempre extremamente gratos a quem atende um apelo desta ordem.

É isso que distingue a sociedade paineirense: a generosidade.

No último mês de 2008, inauguramos a TV Paineiras e o nosso novo Portal Paineiras, que hoje pode ser localizado na internet. Deverão trazer maior visibilidade ao Clube e facilitar a interação com os nossos associados.

Encerramos o ano com nossa festa de Réveillon marcada pela presença das famílias em uma confraternização iluminada pelo tradicional espetáculo pirotécnico. A música, a alegria dos presentes, a beleza do ambiente e uma ceia cuidadosamente elaborada, contribuíram, com certeza, para o sucesso daquele momento.

Apresentamos também, de acordo com o Estatuto Social, o orçamento para a apreciação do Conselho Deliberativo. Ali, houve decisão de apreciar e deliberar sobre a proposta orçamentária em março de 2009.

O próximo momento importante será o de submeter ao mesmo Conselho Deliberativo, em abril, as contas relativas a 2008.

Entrando definitivamente em 2009, temos a certeza que teremos um ano bom para nosso Clube.

Temos duas novas instalações para atender o Paineirense: novo quiosque de água de côco e o Café Copenhagen, ambas muito bem recebidas.

Dirigimos agora nossas atenções para a questão do estacionamento e para as últimas regularizações necessárias para deixar o Clube definitivamente consolidado quanto às edificações e terrenos.

São ações para que tudo ande em ordem, dentro da legalidade, de forma a preservar nossos resultados financeiros. Também estamos atentos com possíveis parcerias com o Município de São Paulo com vistas à participação em um projeto clube-escola. É o Paineiras com responsabilidade social.

Por fim, outra questão a que nos dedicaremos neste ano é a aprovação dos projetos da Lei de Incentivo ao Esporte, que atenderão às necessidades das modalidades que temos, permitindo que possamos preparar mais atletas para integrarem um dia a Seleção Brasileira.

São novos tempos que nos exigirão agilidade e disposição para o trabalho. ✪

Sileni M. de Arruda Rolla
Presidente



CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY
 Av. Dr. Alberto Pentead, 605, Morumbi - São Paulo
 SP - 05678-000 - Tel.: 11 3779-2000
 www.clubepaineiras.com.br

PABX: 3779-2000
Central de Atendimento: 3779-2010
Conselho Deliberativo: 3779-2007
Departamento de Alimentos e Bebidas
Eventos: 3779-2120
Restaurante Social: 3779-2124
DASP - Departamento de Assistência Social do Paineiras: 3779-2039
Biblioteca: 3779-2149
Departamento de Esportes: 3779-2100
Departamento Sociocultural: 3779-2050
Departamento de Marketing e Comunicação: 3771-3558
Centro Médico: 3779-2045
Ouvidoria: 3779-2006
Diretoria Executiva
 Gestão de 01/10/2006 a 31/12/2009

Presidente

Silene M. de Arruda Rolla

1° Vice-Presidente

Roberto Manin Frias

2° Vice-Presidente

Carlos Alberto Papa

Diretor Secretário

Fernando Milliet Roque

Diretor Tesoureiro

Cláudio Gonçalo Longo

REVISTA PAINEIRAS

Direção de Comunicação:

Paula Bevilacqua

Jornalista Responsável:

Jean Carlo Martins - Mtb. 48.950

Estagiários:

Felipe Barros

Caroline Bezerra

Tarsila Vasconcelos Lima

Ilustração:

Júlio César Petrini

Produção:

Michael de Souza

Thalita Dinelli

Fotografia:

AKGP

Produção Gráfica:

Morganti Serviços Gráficos

Pré-Impressão e Impressão

Editora e Gráfica Stampato Ltda

Publicação mensal dirigida aos associados do Clube Paineiras do Morumbi. A programação apresentada poderá sofrer alterações, consulte a Central de Atendimento.

ÍNDICE

CRIANÇAS EMIGRAM MAIS CUIDADOS NO VERÃO

As férias já começaram no Paineiras e as crianças precisam de cuidados redobrados contra as doenças mais frequentes desta estação

PÁG. 10

CUIDADOS NO VERÃO

As férias já começaram no Paineiras e as crianças precisam de cuidados redobrados contra as doenças mais frequentes desta estação

PÁG. 10

UMA ILHA DE BEM-ESTAR

Com uma rica flora e fauna na cidade de São Paulo, o Clube Paineiras traz benefícios tanto para os seus associados como para a sociedade de forma geral.

PÁG. 14

UMA ILHA DE BEM-ESTAR

Com uma rica flora e fauna na cidade de São Paulo, o Clube Paineiras traz benefícios tanto para os seus associados como para a sociedade de forma geral.

450 anos de crescimento e desenvolvimento

Parabéns São Paulo!

Com uma rica flora e fauna na cidade de São Paulo, o Clube Paineiras traz benefícios tanto para os seus associados como para a sociedade de forma geral.

PARABÉNS SÃO PAULO!

Para comemorar a data, 25 de janeiro, a Revista traz a origem de alguns pratos que você aprecia aqui e marcam a história da cidade que é a capital mundial da gastronomia.

PÁG. 18

BRINCADEIRA DE GENTE GRANDE

Grupo de ginástica organiza jogos de basquete às quartas e sextas na Quadra do Vale

PÁG. 20

BRINCADEIRA DE GENTE GRANDE

Grupo de ginástica organiza jogos de basquete às quartas e sextas na Quadra do Vale

X Maratona Cultural Interclubes

Paineirenses mostram seus talentos e recebem prêmios em diversas categorias terminando o ano vitoriosos

X MARATONA CULTURAL INTERCLUBES

Paineirenses mostram seus talentos e recebem prêmios em diversas categorias terminando o ano vitoriosos

PÁG. 22

FESTIVAL INTERNO DE DANÇA ENCERRA EM GRANDE ESTILO

As últimas apresentações do Festival Interno do Clube lotaram a platéia do cine-teatro. Nos dias 2 e 3 de dezembro aconteceu a apresentação de Jazz, onde os dançarinos executaram diversas danças com

foto: Alexandre Kid



As alunas de Jazz mostrando com muita concentração o que aprenderam durante as aulas



foto: Gilberto Prado

O Príncipe (Rafael Correa) contracenando com a Branca de Neve (Sandra Setti)

músicas e temas que variavam de indiano a músicas atuais da Madonna. Os bailarinos animaram a platéia lotada.

Nos dias 6 e 7 foi a vez do Ballet Clássico que apresentou o espetáculo Branca de Neve. Os bailarinos representaram fielmente o famoso conto de fadas, com figurinos coloridos e coreografias muito bem ensaiadas. Parabéns aos alunos e professores por mais um Festival de Dança de muito sucesso e casa cheia. (TL)

foto: Gilberto Prado



GINCANA DO MOVIMENTO

No dia 6 dezembro, no ginásio velho, aconteceu a gincana do movimento. Nesse evento, por meio de brincadeiras, como pular corda, escalada entre outros, as crianças puderam mostrar aos pais o que aprenderam o ano todo.

Enquanto pais e amigos assistiam de um lugar especial no meio da quadra às crianças fazendo suas jogadas, a platéia animada aplaudia a cada movimento. (CB)

Os pais Luiz Generali e Marcos Reis se divertem com seus filhos Pedro Generali e Marina Reis

TORNEIO DE FIM DE ANO NO SQUASH

Entre os dias 2 e 14 de dezembro aconteceu o Torneio de Fim de Ano de Squash. A competição interna foi organizada pelos próprios jogadores do Clube Paineiras, com quatro categorias (A, B, C e D). Todos os jogos foram realizados nas quadras de Squash do Clube.

A final da Categoria A foi entre José Duarte e Jaime Oncins. José Duarte venceu Jaime Oncins por 3 sets a 1. Hélio Silva Júnior venceu Marcio Verri na Categoria B. André Guerra e Mario Antonio se enfrentaram na final da Categoria C, vencida por Guerra. Já na Categoria D, Leandro Antonio venceu Mauricio Steffen. (FB)

José Duarte, Campeão da categoria A, e o Vice Jaime Oncins ofegantes após a final



foto: Gilberto Prado

CARAVELAS VENCE JABAQUARA E CONQUISTA O CAMPEONATO DE SOÇAITE

As equipes Caravelas e Jabaquara se enfrentaram na final do I Campeonato Interno de Futebol Society do Clube Paineiras, em partida realizada no dia 6 de dezembro. O Caravelas, que venceu o jogo por 7x2, dominou quase toda a partida, dando poucos espaços aos jogadores do Jabaquara.

O jogo transcorreu sem grandes problemas para o árbitro da partida, que não precisou aplicar nenhum cartão. Com apenas um reserva, os jogadores vice-campeões tiveram que se agüentar debaixo do sol forte que fazia naquela manhã de sábado.

Depois da partida, todos os jogadores comemoraram juntos comendo sanduíches de pernil e tomando chope, em confraternização tranqüila e amigável entre vencedores e vencidos.

O I Campeonato Interno de Futebol Society Master foi disputado pelos jogadores que não participaram da Super Copa de Futebol de Campo. Juntos, chegaram à conclusão de que seria melhor que organizassem um campeonato no campo de Society, com dimensões menores que o campo. (FB)



foto: Gilberto Prado

Disputa pelo ouro entre Jabaquara e Caravelas

ENY DA ROCHA EMOCIONA PLATÉIA NO CINE TEATRO

O recital de piano de Eny da Rocha aconteceu no dia 14 de dezembro, no Cine Teatro. Ao final da apresentação, a presidente do Clube, Sr^a Sileni M. de Arruda Rolla, fez uma justa homenagem à pianista.

A platéia aplaudiu Eny da Rocha de pé, tamanha foi a satisfação em assistir ao belíssimo recital. Conhecida internacionalmente, na saída, havia fila de pessoas querendo parabenizá-la, o que a deixou emocionada com a homenagem e com o retorno recebido. (FB)

FINAL DA SUPER COPA INTERNA DE FUTEBOL DE CAMPO

No dia 7 de dezembro, aconteceu, no campo, a final da Super Copa de futebol. Foram três jogos, um de cada categoria (A, B e C). Na categoria A jogaram os times Portugal/Andiamo e México, um jogo com 7 gols, 4 para Portugal/Andiamo e 3 para o México. Na categoria B, o vencedor foi o time da Inglaterra que ganhou de 3 a 1 de Portugal/Andiamo.

E, na categoria C, o jogo da Inglaterra contra Itália ficou empatado e foi decidido nos pênaltis. No final, quem levou o prêmio foi a Inglaterra.

E como todo domingo tem tudo a ver com futebol e churrasco, a confraternização dos jogadores não poderia ter sido diferente. Durante a tarde inteira, todos se juntaram para discutir os grandes lances, as melhores jogadas e os melhores e piores momentos.

Esta foi a 4ª Edição da Super Copa, que teve duração de 4 meses, em que 5 times de cada categoria participaram. (TL)



foto: Gilberto Prado

A Inglaterra levanta a taça com muito orgulho



A Pianista Eny da Rocha mostra seu talento

foto: Gilberto Prado

NOVA MÍDIA PAINEIRAS É APRESENTADA A CONVIDADOS

Na noite do dia 8 de dezembro, no Saguão Social, aconteceu o lançamento da Mídia Paineiras.

foto: Alexandre Kid



Valéria Telles Machado, Carlos Telles, Ricardo Scarp e Élcio da Silva representando a Antares

Durante o evento, os convidados puderam conferir, em seis televisores, a programação da semana da TV Paineiras, além do novo Portal e da Revista, que foi revitalizada, também à mostra em grande estilo.

Na apresentação, a Presidente do Paineiras, Sileni de Arruda Rolla, ressaltou as novas linhas do Marketing e Comunicação do Clube. O diretor de Marketing, Jorge Brolio, enfatizou o

plano traçado pelo departamento. E a diretora de Comunicação, Paula Bevilacqua, detalhou as formas de mídia apresentadas.

Agências de propaganda e parceiros estiveram presentes para ver o resultado do trabalho da nova Mídia do Clube. Futuros parceiros também compareceram para conhecer o trabalho e ter uma primeira impressão.

A nova Mídia Paineiras é uma ação desenvolvida pelo departamento de Marketing e Comunicação com o objetivo de integrar melhor os associados, facilitando o acesso às diversas informações das atividades dentro do Clube. (FB)



foto: Alexandre Kid

Os representantes da FEMSA no Brasil Emerson Belam Azzis Rachid e Jorge Barcas ao lado da presidente Sileni Rolla

PAINEIRAS FICA EM 1º LUGAR NO CIRCUITO PAULISTA DE NATAÇÃO MASTER

No dia 13 de dezembro, aconteceu na Piscina Olímpica, a 5ª etapa do Circuito Paulista de Natação Master. O evento contou com a participação de clubes e academias como Hebraica, São Paulo, Pinheiros, Academia Gustavo Borges, entre outros.

No total foram 10 provas entre feminino e masculino, com 21 equipes que nadaram em 14 categorias, como 200 metros borboleta, 200 metros livre, 200 metros costas, crawl, revezamento, entre outros. Nesse ano, foram inscritos 240 atletas, de 20 a 85 anos.

O clube ficou em 1º no Circuito recebendo o ouro por equipe. O atleta que conseguiu a melhor marca foi o nadador Alexandre



foto: Gilberto Prado

Nadir Taubert foi uma das medalhistas do Circuito de Natação Master.

Mitzkun. “Estou muito feliz, pois tenho 41 anos e consegui pegar uma marca melhor do que os garotos de 20 anos”, disse. “Os atletas estão melhores, mas minha surpresa foi a Nadir Taubert, que superou mais um recorde paulista, chegando agora no seu 4º recorde”, contou a técnica da equipe Inês Corbetta. (CB)

56º PAINEIRAS CAMP FOI SUCESSO ENTRE A CRIANÇADA

Com 274 crianças inscritas, o 56º Paineiras Camp foi um grande sucesso. As atividades aconteceram entre os dias 15 e 20 de dezembro e a garotada se divertiu e bagunçou muito do começo ao fim.

Os inscritos foram divididos em 5 equipes: vermelha, de 4 e 5 anos; amarela, de 6 e 7; e verde, de 8 e 9; laranja, de 10 a 12; e azul, de 13 e 14. As equipes laranja e azul foram incluídas este ano, devido a grande procura de crianças nessas faixas de idade. (FB)

foto: Gilberto Prado



Crianças se divertem nas muitas brincadeiras do Camp

CHEGADA DO PAPAÍ NOEL TROUXE MUITA ALEGRIA E FESTA PARA CRIANÇAS

Aconteceu na Plataforma Infantil, no dia 13 de dezembro, a festa para a chegada do Papai Noel. O evento contou com muito suco, pipoca doce e salgada e algodão doce. Muitas crianças aguardavam ansiosamente a chegada do bom velhinho.



Catarina Pires faz seu pedido para o Papai Noel

Até que, por volta das 12h, o Papai Noel surpreendeu a todos em cima de uma charrete e ao lado de um duende. As crianças gritaram todas juntas: "O Papai Noel chegou". Animadas, elas queriam ser as primeiras a chegar perto dele.

A fila para falar com ele era grande. Uma das primeiras a conseguir falar com o Papai Noel foi

a pequena Camila Felizzola que, ao ser questionada sobre o que o Papai Noel disse em seu ouvido, respondeu: "ele perguntou o que eu queria ganhar de natal, e eu disse para ele o mesmo que escrevi na carta. Quero ganhar algo bem legal e que seja surpresa".

Todas as crianças que falaram com o Papai Noel ganharam uma bela lembrança. (CB)



A chegada do Papai Noel surpreendeu toda criançada com uma linda charrete

Fotos: Gilberto Prado

ANIMADO, JANTAR DOS TENISTAS REÚNE ANTIGOS ATLETAS NO PIANO BAR

O tradicional Jantar dos Tenistas aconteceu no dia 5 de dezembro, no Piano Bar. O jantar, que é uma reunião entre os mais antigos tenistas do Clube, é uma ação conjunta de diversos grupos de tenistas do Paineiras e do Departamento de Assistência Social do Clube.

O encontro foi animado e os presentes conversaram cheios de alegria e lembranças. A arrecadação deste ano foi destinada à compra de colchões para as vítimas das enchentes de Santa Catarina. (FB)



Os tenistas veteranos se divertem no jantar

ESPETÁCULO DE PATINAÇÃO LOTA AS ARQUIBANCADAS DO GINÁSIO VELHO

O ginásio velho ficou lotado de sócios e convidados que vieram prestigiar o espetáculo natalino de patinação. A apresentação, realizada no dia 12 de dezembro, contou com mais de 50 patinadores que encenaram uma história de natal, em que a menina Maggie (Beatriz da Silva) vai até a terra do Papai Noel e lá encontra diversos personagens como os anjos e os presenti-

nhos. O professor Marcus Vinicius Schmidt, responsável pela preparação dos alunos e pela montagem do espetáculo, foi quem escreveu toda a história.

Quem não ficou de fora dessa apresentação foram as mães dos patinadores que ficaram no *backstage* durante todo o espetáculo, ajudando nas trocas de roupas e na organização de todos os detalhes. (TL)



A protagonista da apresentação Maggie interpretada pela aluna Beatriz da Silva

COM DESTINO A SANTA CATARINA

No dia 5 de dezembro, foi enviado um caminhão com todas as doações que foram arrecadadas pelo DASP (Departamento de Assistência Social do Paineiras) para as vítimas das enchentes do estado de Santa Catarina. Entre as doações haviam colchões, lençóis de cama, utensílios domésticos e muita água. Até mesmo o transporte dos donativos contou com a doação do Grupo Whirlpool. O DASP continuará recebendo material por tempo indeterminado. (CB)



O caminhão saindo do Clube carregado de doações para o Sul

foto: dpto. de comunicação

CRIANÇAS DA COMUNIDADE JARDIM PANORAMA GANHAM PRESENTES E LANCHES

Aconteceu no dia 15 de dezembro a distribuição de brinquedos e lanches às crianças da comunidade Jardim Panorama, organizada pelo DASP (Departamento de Assistência Social do Paineiras). A festa contou até com a presença do Papai Noel que distribuiu chocolate à criançada que também ganhou brinquedos como bolas e bonecas além de lanches e sorvetes. A distribuição aconteceu no estacionamento P2 e contou com cerca de 600 crianças que vieram antecipar seu natal. (TL)

Diretora do DASP, Corina Bittar entrega sorvetes para a criançada



foto: Alexandre Kid

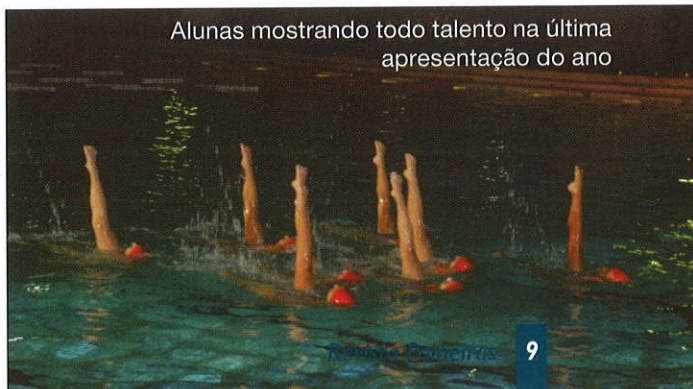
NADO SINCRONIZADO ENCERRA SEU ANO COM UMA LINDA FESTA

Aconteceu no dia 18 de dezembro a apresentação de fim de ano do nado sincronizado. A festa contou com 9 apresentações e diversas músicas e meninas de todas as idades. A última apresentação ficou por conta da dupla olímpica Lara Teixeira e Nayara Figueira que executaram a mesma coreografia que fizeram em Pequim. A presidente do Clube Paineiras, Sileni de Arruda Rolla e o Presidente da Federação Aquática Paulista Miguel Cagnoni discursaram sobre a importância do Paineiras para o Nado Sincronizado Nacional e ao final fizeram uma homenagem às atletas olímpicas. (TL)



fotos: Gilberto Prato

Nayara Figueira e sua dupla Olímpica Lara Teixeira recebem a "tocha" das crianças



Alunas mostrando todo talento na última apresentação do ano

O garoto Philip Huszagh se divertindo sob o sol na piscina do Clube

SAÚDE

CRIANÇAS EXIGEM MAIS CUIDADOS

Texto: Caroline Bezerra | Produção e Fotos: Michael de Souza

As férias já começaram no Paineiras e as crianças precisam de cuidados redobrados contra as doenças mais frequentes desta estação

O verão é a época mais quente do ano, e traz com ele condições ideais para a ocorrência de várias doenças, exigindo maiores cuidados com a saúde, principalmente, entre as crianças. De todas, as doenças mais frequentes são as gastrintestinais, a desidratação, insolação, conjuntivites e dores de cabeça e ouvido.

Com o calor forte, os passeios ao Clube Paineiras se tornam mais frequentes, o que significa um cuidado redobrado com sol, alimentação e vestuário. Quando se fala em crianças, o assunto fica ainda mais sério. “As crianças são mais sensíveis aos raios solares do que os adultos e, por isso, é preciso adotar hábitos especiais para elas”, comenta o médico e diretor de higiene e saúde do Clube, Carlos Góes.

DOENÇAS MAIS FREQUENTES

A desidratação é um dos piores problemas do calor. As crianças esquecem de tomar água e acabam passando mal com a perda de líquidos e sais minerais do corpo. Por isso, fique atento. Quando seu filho sentir muita sede, ficar muito tempo sem urinar, ou estiver com a boca seca, ele pode estar sofrendo com a desidratação. Para não sofrer com a falta de líquidos, fique sempre em locais arejados e com sombra, use roupas leves, e procure ingerir constantemente água e sucos.

Segundo Góes, caso a criança já esteja com uma desidratação mais fraca, o soro caseiro é muito utilizado, mas o Gatorade é mais simples e repõe da mesma forma a falta de sódio e potássio. “Deve-se oferecer à

pessoa pelo menos um copo pequeno a cada 20 minutos e após cada evacuação. Há casos em que a desidratação se torna mais grave sendo necessário o atendimento hospitalar”, afirma.

A incidência de doenças gastrointestinais é freqüente, uma vez que aumenta a quantidade de vírus causadores de diarreias, como também pela contaminação de comidas e bebidas por bactérias. Por isso, é necessário ter atenção especial aos alimentos, já que o calor e a umidade intensificam a proliferação de parasitas vegetais.

A conjuntivite também aumenta muito no verão devido às típicas oscilações de temperatura e pela maior proliferação de bactérias no ar. O sinal mais visível são os olhos avermelhados. Caso você perceba essa alteração em seu filho, procure um oftalmologista. Nada de fazer remédios caseiros com chá, frutas ou leite.

ença se manifesta por meio de dores de cabeça, vermelhidão na pele, náuseas, tontura e temperatura do corpo elevada.

Ao primeiro sinal de insolação, é aconselhado que a pessoa procure a sombra além de se hidratar de forma adequada. Em casos graves de queimadura e de aumento da temperatura corporal, é necessário procurar o atendimento médico. “A queimadura decorrente do sol é a mais dolorosa. Há pouco tempo, atendi uma criança que sofreu queimaduras de 1º e 2º grau. Ela teve que ficar em observação e tomando anti-inflamatório”, conta o médico.



solar com fator acima de 30 (FPS 30) e pelo menos 15 minutos antes de se expor ao sol, repetindo a aplicação a cada duas horas, principalmente, se a criança estiver dentro da água. “Oferecer bastante líquido às crianças, e utilizar roupas leves e confortáveis, além de boné ou chapéu”, diz. Carlos Góes destaca, ainda, que todas as pessoas que já descascaram a pele, no futuro têm mais chances de sofrer com um possível câncer de pele, pois a radiação é um fator acumulativo e só no futuro os problemas aparecem.

Além de todos esses problemas ainda existe a dor de ouvido, muito comum nessa época do ano. Com o calor e a umidade excessiva, as inflamações e infecções de ouvido aumentam. Dor, coceira, secreção e diminuição da audição são os principais sintomas. “Por isso, é bom sempre pingar uma gotinha de

DADOS NO VERÃO

Em alguns casos, depois da desidratação, a criança fica com insolação, outro problema freqüente no verão, devido ao acúmulo de calor no organismo decorrente de sua exposição indevida ao sol. Essa do-

Os paineirenses devem evitar tomar sol ou fazer exercícios físicos em locais abertos entre 11h e 16h, no horário de verão. É aconselhado, também, tomar cerca de dois a três litros de água por dia, e usar protetor



Firmiano Pinto, Lucas da Silveira, Philip Huszagh e Vinicius Martínez aproveitam bastante a piscina nesse verão

álcool para sair aquela água que está dentro do ouvido da criança”, recomenda o médico.

Ao sinal de qualquer sintoma diferente na criança, os pais devem, imediatamente, ir ao centro médico do Paineiras para fazer os primeiros socorros, tratamento e prescrição adequados. E lembre-se: Nunca medique uma pessoa por iniciativa própria, pois a medicação incorreta pode gerar outras conseqüências, muitas vezes irreversíveis.

Para as babás: Fazer os exames médicos periodicamente

As babás precisam estar sempre atentas ao que acontece com as crianças e sempre estar por perto. Antigamente, a piscina infantil era a única que não precisava de exame médico e não havia controle

DICAS:

- O sol é muito bom para a saúde, mas cuidados com a exposição excessiva são necessários, já que pode fazer muito mal à pele, principalmente das crianças e bebês.
- Não se exponha excessivamente ao sol. Evite os horários entre 11h e 16h no horário de verão.
- Utilize filtros solares de acordo com o seu tipo de pele e, se possível, leve sempre um guarda-sol.
- Utilize óculos escuros com lentes apropriadas nos dias mais claros.
- Consuma alimentos leves e muito líquido.
- Use roupas claras, leves e arejadas.

sobre quem entrava ou saía. Como as crianças adoram a piscina infantil do Clube, é importante que as babás fiquem sempre por perto. Com a reforma desse local, foi implantada uma cabine para o controle e as grades ao redor foram aumentadas. A entrada é restrita somente pela catraca, passando pelo lava-pés e com o exame médico em dia, inclusive para as babás, para maior segurança e saúde de todos.

O custo do exame médico das babás será cobrado do responsável pela criança. E deve-se lembrar que as babás deverão sempre estar uniformizadas e identificadas. Aquelas que ainda não renovaram o exame, devem procurar o Centro Médico Paineiras, pois do contrário, não poderão entrar. ✖

Seja um colaborador da Mídia Paineiras



Mande suas crônicas e suas sugestões para nossa avaliação. Elas podem ser veiculadas nas seguintes mídias:

Revista • Portal • Televisão

3771-3558 3779-2098 3779-2099

marketing@clubepaineiras.com.br

REVISÃO DE POUPANÇA

Poupadores de 1989, 1990 e 1991

Recuperem as diferenças.

1989 - Plano Verão / 1990 e 1991 - Plano Collor

Os familiares recebem pelos poupadores falecidos.

Tel: (11) 3875-6158 / (11) 8162-5729

www.buffet Peekaboo.com.br

Unidade Higienópolis
Rua Bahia, 764 Higienópolis
Tel.: 3661-7640

Criamos Lembrancinhas Personalizadas

Unidade Jardins
Rua Manuel da Nóbrega, 498
Jardins Tel.: 3051-7828

Estacionamento com Manobrista

Unidade Itaim
Rua Dr. Alceu de Campos Rodrigues, 174
Itaim Bibi Tel.: 3845-3006

Cardápios Diferenciados
Menu Kasher
Menu Japonês
Menu Árabe e outros...

Unidade Moema
Av. Moema, 414
Moema Tel.: 5051-1818

Motor-Car Morumbi
Serviços Automotivo

Mecânica Geral
Auto Elétrico
Alinhamento
Martelo de Ouro

Balancamento
Suspensão
Serviços de Injeção Eletrônica
Manutenção de Ar Condicionado

ASE
BROSOL
MAGNETI
CETESB

ar condicionado

PROMOÇÃO Troca de Óleo do Motor Mineral e Filtro - R\$ 60,00
Av. Morumbi, 6.945 (Próximo a ponte do Morumbi) Tel.: (11) 3758.1000 - 3758.0205

FOTOS DAS FESTAS? FÉRIAS? FAÇA UM FOTOLIVRO!!

Revelação Fotolivro Fotopresentes
tel: 3746-8296

photovie
www.photovie.com.br

Espaço Jovem: divertido e animado

Para quem não sabe, o Espaço Jovem fica na plataforma infantil. Lá, podemos pular corda, jogar pingue-pongue, pebolim e até dançar. Podemos brincar, conversar e fazer amigos e, quando tem festas, comemoramos e zoamos. Todo mundo é bem-vindo para fazer novos amigos.

Cada dia é especial: o dia da piscina, o dia da guerrinha de água e por aí vai. O dia da piscina é assim: toda a turma vai até a piscina, onde fazemos brincadeiras e depois conversamos tomando banho de sol. Já no dia da guerrinha de água, todos levam uma arminha e ficam esguichando água nos outros. É muito gostoso e divertido.

No Espaço Jovem, quanto mais gente, melhor. Quando chegamos ao Clube, a primeira coisa que fazemos é ir para lá. Não dá pra resistir. E, quando não podemos ir, sentimos muita falta. Lá, aprendemos que há

amizades verdadeiras em qualquer lugar. É só saber onde procurar.

O Espaço Jovem é o lugar mais divertido do Clube. Há frequentadores de todas as idades e pode ter certeza que a diversão é garantida. Tem dança “chá-chá-chá slide” e gente gravando vídeos a toda hora. Tem jogos de mini-tênis, vôlei e futebol. Diversos níveis para pular corda. Tem até campeonatos de pular corda e pingue-pongue! Temos até uma comunidade no Orkut!

E lá as meninas conversam sobre meninos, música, baladas, festas de pijama. E os meninos conversam sobre meninas, tênis, pingue-pongue. E todos conversam sobre esportes. Não tem divisão entre meninos e meninas, todo mundo é amigo.

É um lugar muito importante para nós, pois foi onde encontramos algo muito valioso: a amizade. E aprendemos que a amizade verdadeira existe, é só saber onde procurar. ✪

“O Espaço Jovem é legal, e fica ainda mais quando está cheio”.

Phillip Reller

“Sem os tios, o Espaço Jovem não é nada”.

Olavo Bevilacqua

“Espaço Jovem, pra mim, significa amizade e união”.

Victoria Raffaelli

“Para mim, o Espaço Jovem é tudo. Lá, fiz muitos amigos”.

Júlia Bevilacqua

“Eu acho legal porque as pessoas podem brincar de várias coisas com os tios e as tias”.

Rodrigo Alcazar

“O Espaço Jovem é um lugar ótimo para se divertir e fazer amigos”.

Ludmilla Gutierrez

Phillip Reller, Marina França, Olavo Bevilacqua, Victoria Raffaelli, Ludmilla Gutierrez e Júlia Bevilacqua marcam presença no Espaço Jovem e brincam bastante



Foto: dpto. de comunicação

Uma ilha de bem-estar

Vista Panorâmica da Paineira branca e detalhe em destaque

Com uma rica flora e fauna na cidade de São Paulo, o Clube Paineiras traz benefícios tanto para os seus associados como para a sociedade de forma geral

**Texto: Jean Carlo Martins
Ilustração: Júlio Petrini
Fotos: Alexandre Kid**

A cidade de São Paulo tem um terço da área verde mínima recomendada pela Organização das Nações Unidas (ONU), que é de 12 m² de área verde por habitante. Neste cenário nada animador, valorizar e sobretudo, preservar este bem tão raro nos dias de hoje é indispensável e vital. O Clube Paineiras do Morumbi, sem dúvida, tem contribuído com a sua parte.

Com 120 mil m² de área total, que exibe 70 mil m² de área verde, dividida em canteiros e vegetação nativa local, o Paineiras é uma ilha de bem-estar na zona oeste de São Paulo, sendo um verdadeiro pulmão verde do Morumbi.

A FLORA PAINEIRENSE

Segundo Oderlei dos Santos, estudante de Biologia, encarregado de jardinagem e responsável pela área



verde do Paineiras, o Clube possui mais de 10 mil árvores de médio e grande porte e muitas de pequeno porte. “São mais de 400 espécies arbóreas, incluindo paisagismo, exóticas, frutíferas e a vegetação nativa”, explica.

No primeiro caso, que depende de um planejamento onde as árvores serão plantadas e leva-se em consideração o aspecto estético, Oderlei destaca espécies como a bisnagueira, ipê-rosa e ipê-amarelo, pinheiro, tipuana, entre outras. “No caso das frutíferas, temos o abacateiro, nespereira, uva-japonesa, jambo-amarelo, goiabeira e amoreira”, afirma ele,

acrescentando que existem outras árvores em desenvolvimento como as de ameixa, pitanga, laranja, jabuticaba e lichia.

Na área de vegetação nativa, que se concentra, principalmente, nas proximidades do campo de futebol, é possível encontrar tapiá, jambolão, aroeirinha, capororoca, taióva, entre outras. Neste mesmo espaço, árvores exóticas como lírio-do-brejo, bananeira-de-flor, gengibre-vermelho e samambaiçu ocupam a parte baixa da mata. A árvore símbolo do Brasil, o Pau-Brasil é difícil de ser encontrada hoje, mas no Clube você pode conferir essa raridade. “O valor comercial da madeira do Pau-Brasil é muito alto por isso ela está em extinção”, conta Oderlei.

O SÍMBOLO DO CLUBE

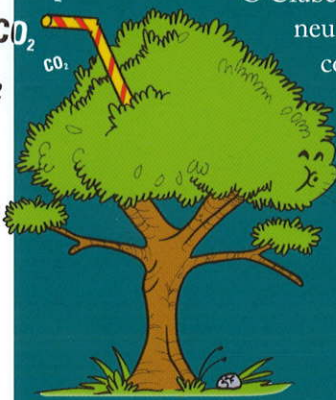
Mas, o maior destaque desta vasta vegetação, como não poderia deixar de ser, é a árvore que tem sua flor como símbolo do Clube, a Paineira Branca. Espécie menos comum entre as conhecidas como Paineira no Brasil, a árvore possui uma floração branca muito vistosa, que ocorre entre junho e julho, durante o inverno. “Esta é uma espécie muito apreciada pelos paisagistas”, ressalta o responsável pela área verde do Clube.

PAINEIRAS CONTRIBUINDO CONTRA O AQUECIMENTO GLOBAL

O conceito de seqüestro de carbono foi consagrado pela Conferência de Kioto, em 1997, com a finalidade de conter e reverter o acúmulo de CO_2 na atmosfera, visando à diminuição do efeito estufa.

Com o objetivo de minimizar o impacto do aquecimento global, uma variedade de meios artificiais de captura e de seqüestro do carbono, assim como processos naturais são estudados e explorados. Cada 1 hectare de árvore, que representa 10 mil m^2 , é capaz de neutralizar 80 toneladas de CO_2 da atmosfera anualmente.

CO_2
 CO_2
 CO_2
 CO_2
 CO_2



O Clube Paineiras, que tem cerca de 7 hectares, consegue neutralizar quase 500 toneladas de CO_2 por ano, contribuindo para um meio ambiente melhor.

“Para as árvores isto é um alimento estrutural, já para os humanos os benefícios são enormes. As árvores tiram o gás carbônico da nossa atmosfera e nos devolve oxigênio, o princípio de nossas vidas”, diz.

O_2
 O_2
 O_2
 O_2
 O_2



É uma árvore com até 20 metros de altura, tronco cinzento-esverdeado com estrias fotossintéticas e fortes acúleos (espinhos) rombudos, muito afiados nos ramos mais jovens. As folhas são compostas palmadas, e caem na época da floração.

Quando a Paineira Branca já está em sua fase adulta, seus espinhos começam a cair na parte baixa do caule, e, gradualmente, também caem nas partes mais altas da árvore, com

Tronco espinhoso da Paineira Branca



o engrossamento da casca.

Atualmente o clube possui apenas uma árvore desta espécie. No entanto, segundo Oderlei, a intenção é que seja feita em breve uma reprodução por estarquia, procedimento que extrai o hormônio da própria planta para estimular o crescimento de uma nova raiz.

A FAUNA PAINEIRENSE

Além de contribuir para o bem-estar dos seus associados e da sociedade de forma geral, a vegetação do

As Maritacas não deixam de comer seus coquinhos



COMPORTAMENTO

Clube também é um habitat propício para a sobrevivência de dezenas de espécies da fauna.

Entre as aves que se beneficiam do ambiente do Clube, o responsável pela área verde do Paineiras ressalta o periquito verde, a maritaca, o sabiá, o João-de-barro, juriti e o pica-pau. “Tem também a corujinha-do-mato, que recentemente cuidamos aqui desde a desova até o levantar vôo dos filhotes. Tivemos que tomar cuidado, porque tem muito gato por aqui e eles poderiam virar comida dos bichanos”, brinca.

Já entre os animais silvestres, Oderlei salienta o sagüi-de-boca-branca, pequenos répteis como lagartos e até mesmo os morcegos, que de acordo com ele, contribuem muito com a disseminação das sementes das frutas. “O que atrai estes animais para cá são as árvores, principalmente, as frutíferas”.

PRESERVAÇÃO E MOTIVO DE ORGULHO

Um dos principais requisitos



Marisa Ramos aprecia a natureza com suas filhas Raíaela e Renata

para integrar a equipe de jardinagem do Paineiras, que conta com nove funcionários, é gostar da natureza. “Desde criança tenho gosto por isto. A primeira coisa que aprendi na escola foi fotossíntese”, relembra com humor. Apenas técnica não basta para fazer este trabalho. Tem que ter senso ambiental. “Não podemos esperar o Clube mandar tampar a raiz de uma planta, deve haver espontaneidade, pois as árvores dependem de nós

quando tem algum galho seco, algum parasita”, salienta.

Para continuar o trabalho de manutenção da área verde do Clube, ele ressalta um projeto que começou a ser desenvolvido pela equipe de jardinagem, há cinco meses, para controlar a acidez do solo do Clube com calcário. “Dessa forma, podemos controlar o PH (potencial hidrogênico) da planta para ela ter um melhor desenvolvimento, uma proliferação maior”, observa. Outro



Bromélias do Clube Paineiras

foto: dpto. de comunicação

procedimento é não utilizar venenos agressivos que possam causar males posteriores, usando no lugar, produtos biodegradáveis que agem da mesma forma. “Um exemplo disso é o óleo de neem, extraído da própria árvore e que combate os ácaros, pragas e fungos”, acrescenta.

Tantos esforços não são à toa, já que na opinião de Oderlei, ao lado dos esportes, a área verde do Clube é um grande atrativo para os associados. “Aqui é um oásis no meio de tanto prédio”, enfatiza. Segundo ele, o Clube acaba sendo um refúgio para as pessoas saírem da rotina. “Muitos associados, inclusive, participam e trazem orquídeas para serem plantadas”, complementa. O encarregado de jardinagem diz, ainda, que as portas estão sempre abertas para os associados e o clube dispõe de espaço para plantar à vontade.

Associada do clube desde 1977, Marisa Ramos afirma que a área verde do Paineiras é muito bem cuidada. “Está sendo feito um ótimo trabalho, os jardins são muito bem cuidados”, diz. Ela conta que após morar na Inglaterra e ver a quantidade de parques e área verde, sentiu falta disso quando voltou ao Brasil. No entanto, compartilhando da mesma opinião de Oderlei, Marisa afirma: “em meio ao caos de São

Mexiriqueira plantada por
Carolina Garcia em 28/09/2008



Nome Popular: Mexiriqueira (rio)
Nome Científico: Citrus reticulata
Adotante: Carolina Sampaio Garcia
Plantio: 28/09/2008



Oderlei dos Santos, estudante de
Biologia e encarregado de jardinagem

Paulo, o Clube apresenta uma área extremamente privilegiada”.

Marisa é mãe de duas filhas, Renata, de 15 anos, e Rafaela, de 9. A mais nova, passa muito tempo brincando no parquinho e no SEART e diz gostar muito das árvores e dos passarinhos que vê pelo Clube. Marisa destaca que o contato das crianças com o verde possibilita que elas cresçam aprendendo a valorizar e preservar o meio ambiente. “O verde integra a paisagem do Paineiras e elas convivem com isto. Não tem coisa melhor”, completa. *

455 anos de crescimento e desenvolvimento

Para comemorar a data, 25 de janeiro, a Revista traz a origem de alguns pratos que você aprecia aqui e marcam a história da cidade que é a capital mundial da gastronomia.

Parabéns São Paulo!

Pesquisa: Annelise Bevilacqua | Texto: Paula Bevilacqua | Produção: Michael de Souza | Fotos: Alexandre Kid

No início do século XIX São Paulo ainda era uma cidade pequena e sem perspectiva de crescimento. Só com a virada para o novo século que a cidade aproveitou-se de sua estabilidade econômica provida do café e de sua posição geográfica privilegiada, passagem obrigatória do interior ao litoral, para crescer e desenvolver-se.

O encontro de fazendeiros do interior com paulistanos, muitos deles imigrantes ou descendentes de italianos, portugueses, franceses e japoneses entre outras nacionalidades, influenciaram significativamente no hábito alimentar da cidade.

Eram nos cafés e restaurantes locais – hoje região central de São Paulo, Bexiga, Santa Efigênia e Cambuci, além do Vale do Anhangabaú e Largo dos Curros, durante as primeiras décadas do século XX, que seus proprietários preparavam suas receitas típicas, mesclando-as às necessidades do paulistano. Entre elas o Virado a Paulista, o Quibebe com carne seca, o Filé à Parmeggiana, o

Bacalhau ao forno, o Pastel, o Estrogonofe, o Picadinho e o Leitão a Pururuca, hoje pratos tipicamente paulistas e que nós tanto adoramos.

O hábito de se reunir à mesa para comer e conversar é tradicional entre as famílias de imigrantes. E com certeza aqui no Paineiras também. Prova disso são as mesas de nosso restaurante sempre cheias.

Veja a seguir como e porquê surgiu algumas receitas que fazem parte da história de São Paulo:

PICADINHO

Na década de 30 do século XX, São Paulo começava a crescer e desenvolver-se. E foi no Largo de

São Francisco que a Faculdade de Direito, hoje da USP, se instalou. Fazendeiros do interior enviavam seus filhos para estudar na capital e se alojar em pensões. Por temer que seus filhos passassem fome, as mães enchiam suas bagagens com mantas de carne. As cozinheiras de plantão, para não deixar ninguém em má situação pela qualidade da carne, picavam todo o estoque e misturavam-no em um panelão. Com o tempo, o prato aperfeiçoou-se e é com certeza um dos mais paulistanos.

Onde encontrar: nas opções à la carte do restaurante social)

Fonte: 500 anos de gastronomia em Terra Brasilis.

Picadinho..... R\$ 22,00



FILÉ A PARMEGGIANA

Todos nós sabemos que os imigrantes italianos, quase em sua totalidade, instalaram-se na cidade de São Paulo quando chegaram ao Brasil, no séc. XIX. Em suas bagagens trouxeram as receitas do bife à milanesa, de Milão, o queijo reggio-parmeeggiani, de Parma, e o molho pomodoro já difundido por toda a Itália. Na década de 70, os italianos paulistas, mesclaram suas receitas, nascendo então o Bife a Parmeggiana, com alma italiana e naturalidade paulista.

Onde encontrar: nas opções à La carte do restaurante social e no restaurante concessionário Bistrô.

Fonte: Site Clube Gourmet da Paraíba.

PASTEL

No início do II Milênio, os Jesuítas acompanhando os Portugueses ao oriente, trouxeram a receita dos rolinhos chineses para o ocidente. Aproveitando a massa, os portugueses transformaram a iguaria nos famosos pastéis de Belém e de Santa Clara. Já aqui no Brasil, os portugueses que se instalaram em São Paulo, mais especificamente no bairro da Liberdade, hoje reduto japonês, utilizaram a mesma massa chinesa, mas adaptaram o recheio doce ao que era fácil de encontrar na capital e cidades vizinhas do interior: a carne moída, o queijo e etc....

Onde encontrar: nas opções à la carte do restaurante social e nos concessionários Bistrô e Bar do Carvalho.

Fonte: Guia dos Curiosos. *



Pastel do carvalho R\$ 1,70



Filé a Parmeggiana R\$ 25,00

No dia 12 de dezembro, no Saguão Social, foi inaugurada uma loja Kopenhagen

A Kopenhagen, loja inaugurada recentemente no Paineiras, tem um espaço agradável, requintado e com o ambiente muito aconchegante. Como fica no Saguão Social, que é todo envidraçado, permite a quem passa do lado de fora acompanhar o movimento do lado de dentro. São várias mesas com cadeiras muito confortáveis. Além de um balcão recheado de produtos em apresentações convidativas, como cestas de bombons, árvores de natal de chocolate entre outros. A Kopenhagen introduziu no mercado produtos que se tornaram ícones de muitas gerações como o Nhá Benta (uma receita de marshmallow sobre um biscoito waffle, sendo tudo coberto por uma camada de chocolate ao leite), ótimas tanto no sabor tradicional quanto nos de maracujá, morango e chocolate. Bombons Cherry Brandy, Língua de Gato, Chumbinho (bolinhas de chocolate com crocante), lajotinha (um waffle coberto de chocolate), o palito de marzipã, primeiro produto que a família pôs à venda entre outras delícias. Vale a pena conferir.

- Funcionamento: 2ª a 6ª das 8h às 22h. Sábados, domingos e feriados das 8h às 20h. Aceita Master, Visa e cartão de débito.



BRINCADEIRA DE GENTE GRANDE

Grupo de ginástica organiza jogos de basquete às quartas e sextas na Quadra do Vale

Texto: Felipe Barros | Produção: Michael de Souza | Fotografia: Gilberto Prado

Tudo começou como uma brincadeira. Há aproximadamente 20 anos, o professor Toninho dá aula a uma equipe de ginástica que, como recreação, pratica basquete. O grupo, hoje composto por 20 pessoas, em sua maioria com mais de 50 anos, se reúne às quartas e sextas-feiras entre as 7h e 9h, na Quadra do Vale, para se exercitar e relaxar. Depois de uma hora de exercícios de preparação física e caminhada, os alunos tiram um “rachão” de basquete.

“O objetivo desse grupo é descarregar a tensão do dia-a-dia”, conta Toninho. “São todos empresários,

médicos, professores, que aproveitam o jogo para brincar e relaxar. Depois vão tomar um café juntos”, completa ele.

Os alunos Roberto Silberstein e Antonio de Pádua Bonatelli, que fazem parte do grupo, representaram o Estado de São Paulo no XXIV Encontro Nacional de Basquete Máster, realizado em João Pessoa/PB, entre 22 e 29 de novembro. Pádua ficou com o quarto lugar na categoria 65 anos ou mais e

Silberstein ganhou o ouro na categoria 60+.

Ano passado, ainda, o Paineiras participou do Campeonato Paulista da União dos Veteranos de Basquete. A base da equipe era formada por jogadores desse grupo. “Na nossa idade, só de entrar na quadra é uma vitória, o resto é consequência”, diz Silberstein, ao recordar a colocação do time.

Roberto Silberstein, na verdade, é um grande vencedor. Administrador de empresas, joga basquete por hobby, mas já participou de diversas



competições. Foi vice-campeão mundial na Nova Zelândia em 2005, na categoria de 55+. Foi, ainda, campeão Pan-americano no Guarujá em 2006, campeão brasileiro em 2003, 2004 e 2006, sempre na categoria 55+.

Praticante de basquete desde criança, Silberstein se emociona ao falar do esporte. "É um dos esportes mais emocionantes porque, até o último segundo, não dá pra saber quem vai vencer". É verdade. Mesmo depois de soar o alarme do fim do jogo, se a bola estiver viajando, é possível que um time vire o placar ou empate o jogo.

De fato, a prática da ginástica e do basquete faz muito bem a esse grupo. As diferenças nunca saem da quadra, e, além de se reunirem na Lanchonete do Reinaldo após as partidas de quartas e sextas-feiras, há também uma reunião anual com um rachaço seguido de um animado churrasco.

TAMBÉM POR DIVERSÃO

O grupo de ginástica das 7h às quartas e sextas-feiras não é o único que joga basquete por recreação no

Clube. Também às quartas-feiras, à noite, e aos sábados e domingos, um grupo de ex-jogadores de basquete organiza jogos por pura diversão. Não há horário definido, tudo é combinado entre os próprios sócios semana a semana.

CRIANÇADA LEVA O ESPORTE A SÉRIO

O Clube não tem basquete competitivo. Mas o formativo é forte. Segundo o professor de basquete Rubens Menha, responsável pelas equipes de atletas que vão dos 8 aos 20 anos, hoje são aproximadamente 150 alunos. "Esse número dobrou nos últimos 5 anos, quando tínhamos mais ou menos 80 atletas", conta o professor.

Esses alunos participam de 12 eventos por ano. São campeonatos e torneios organizados entre os clubes da capital. Um deles é a Copa Paineiras, organizada em setembro, como uma forma de comemoração do aniversário do Clube. Foi na Copa Paineiras de 2005 que Lucas Muçouçah, atleta que participou do Sul-Americano Sub-15 deste ano (veja box) foi descoberto. "O técnico do clube A Hebraica gostou do estilo de jogo do Lucas e me perguntou se ele poderia fazer um teste para a equipe deles", lembra o professor Rubens.

Esses convites a alunos do Clube são bastante comuns, especialmente na faixa de idade dos 11 anos, idade que tinha Lucas quando chamado pelo A Hebraica. Por ano, entre 4 e 5 alunos são convidados por equipes federadas para jogar basquete. "Tivemos até um jogador que foi para uma equipe italiana em 2008", observa o professor, orgulhoso. (FB)

Atleta formado no Paineiras foi ao Sul-americano Sub-15

Lucas Muçouçah, 15 anos, foi formado no basquete do Clube Paineiras. Começou apenas por recreação mas, com o passar do tempo, participou de alguns campeonatos e foi chamado para jogar pelo clube A Hebraica. "O Professor Rubens me incentivou muito. É um grande amigo, muito gente boa", conta o atleta, referindo-se ao professor de basquete Rubens Menha.

No começo deste ano, foi para o Círculo Militar. Em março, foi um dos convocados para participar de um processo seletivo para a Seleção Brasileira Sub-15. Passou pelas três fases e foi titular da equipe no Sul-Americano, disputado em setembro, na Venezuela. "Foi uma grande surpresa, fiquei muito feliz com a convocação", diz ele, com um sorriso no rosto.

No Sul-Americano, a seleção brasileira ficou em terceiro lugar, o que deu aos atletas uma medalha de bronze. No próximo ano, Lucas jogará pelo Clube Pinheiros. E agradece muito ao professor Rubens. "Ele é um grande incentivador do basquete no Clube", explica, feliz. (FB)

Em pé: Itagiba Cobra, Marcelo Doro, Carlos Fernando Villaça, Valdir de Castro, Luiz Fernando Graziano, Roberto Silberstein, Professor Toninho.

Abaixados: Wilson Teixeira, José Antônio Henrique, Wanderley Tonetti, Waldemar Pizarro, João Barreto, Paulo César Guimarães.



Lucas Muçouçah mostrando suas habilidades no basquete



X Maratona Cultural In

Texto: Tarsila Lima | Produção: Michael de Souza | Fotografia: Gilberto Prado

Paineirenses mostram seus talentos e recebem prêmios em diversas categorias terminando o ano vitoriosos

A Maratona Cultural Interclubes de ACESC (Associação de Clubes Esportivos e Sócio Culturais de São Paulo) é um projeto que foi criado pelo departamento Socio-cultural do Clube Paineiras há dez anos, visando a integração cultural entre os clubes.

Na décima edição da maratona que aconteceu em 2008, quase dez clubes competiram em seis categorias: Artes plásticas, MPB vocal, teatro, coral, dança e troféu. No ano de 2009 serão sete categorias diferentes.

A Maratona começa no mês de abril, quando os participantes das diversas categorias começam a se apresentar pelos clubes. Cada clube sedia uma categoria. O Paineiras, por exemplo, sedia sempre a Exposição de Artes Plásticas.

Das seis categorias da Maratona Cultural, o Paineiras participou de quatro, conquistando quatro primeiros lugares, um segundo lugar, dois terceiros, duas indicações e um prêmio especial.

CONFIRA OS PREMIADOS: Artes Plásticas

A categoria de artes plásticas é dividida pelos estilos das obras, que são: Pintura acadêmica, pintura moderna figurativa, pintura abstrata, aquarela, gravuras, desenhos, esculturas figurativas, esculturas abstratas e instalações e expressões contemporâneas.

Os paineirenses premiados foram:

Alice Fernandes em 1º lugar com a aquarela "Vista panorâmica de São Paulo"



Alice Fernandes mostra orgulhosa sua Arte

Mary Ann Rondas que conquistou dois prêmios em 1º lugar; Um com a escultura figurativa "A leitora" e outro pela escultura abstrata "Afinidade".

Anita Colli em 3º lugar com a gravura "Meditação"

Simara Bergamo em 3º lugar com o desenho "Estudo VI - Olhar Simbólico"

MPB Vocal

Os cantores de MPB Paineirenses marcaram presença na Maratona Cultural. O primeiro lugar na categoria feminina ficou com Renata Ribeiro de Carvalho, que cantou o sucesso "Encontros e Desencontros", de Milton Nascimento.

Em segundo lugar, na categoria masculina, o paineirense Leonardo



A Campeã, Renata Ribeiro comemora seu 1º lugar

erclubes:

Toscano ficou com o prêmio cantando a música "Paixão", de Kleiton e Kleidir.

Teatro

O teatro do Paineiras participou com o grupo juvenil apresentando a peça "Bailei na Curva" e com o grupo adulto que participou com a peça "Bodas de Sangue". O teatro juvenil ganhou um prêmio especial pela sua participação, como pode ser conferido no Box ao lado.

O grupo adulto, Arte in Cena, foi indicado por melhor cenografia, e por melhor atriz coadjuvante com interpretação de Vera Monteiro.

O prêmio da noite ficou com a atriz Ana Carolina Rainha pelo melhor figurino em seu personagem, A Criada.

Coral

O Paineiras sediou o X Encontro



de Corais que contou com grupos de oito clubes. Clube de Campo São Paulo, Helvetia, Hebraica, Monte Líbano, Paulistano, Pinheiros, Sírio e Paineiras. O encontro não teve finalidade competitiva e sim de integração entre os corais, que ao final do encontro se juntaram e cantaram uma linda música.

Com um fim de ano cheio de vitórias como este, o Clube Paineiras tem de comemorar suas conquistas, se preparar e torcer para que venham muito mais neste novo ano de 2009. (TL) ✱

Uma das cenas marcantes do início da peça

TEATRO JUVENIL GANHA PRÊMIO ESPECIAL

No 2º semestre de 2008, o Teatro Juvenil do Clube Paineiras encenou a peça "Bailei na Curva", de Júlio Conte, que fala sobre a ditadura e a luta do povo brasileiro na época.

A peça é um dos clássicos do teatro gaúcho, do gênero comédia dramática, e foi escrita e encenada pela primeira vez em 1983, com grande aceitação do público e da crítica.

O grupo paineirense foi inscrito na Maratona Cultural como teatro adulto, já que não existe a categoria juvenil. Os jurados ficaram impressionados com a interpretação dos atores adolescentes e, principalmente, com o estudo que eles fizeram para a montagem da peça.

Por isso, os jurados resolveram criar um prêmio especial, exclusivamente, para os atores juvenis do Paineiras, pelo árduo trabalho que enfrentaram durante o ano e pelo ótimo resultado. (TL)

Leonardo Toscano fica em 2º lugar e canta a música Paixão



Feijoada da Folia

No mês de fevereiro o Paineiras tem a festa mais animada do ano. Não Perca!




A feijoada da folia do Paineiras já é uma festa tradicional do Clube, que acontece sempre no mês de fevereiro e reúne atrações super especiais e animadas.

Em 2009 a festa mais divertida do ano vai contar com a presença da cantora **Paula Lima**. Famosa por cantar estilos funk, soul e samba, a artista já se apresentou no Clube em outros anos e agitou toda a platéia.

A bateria da Estação Primeira de Mangueira, tradicional escola de samba do Rio de Janeiro, também vai marcar presença junto com suas passistas, mestre-sala e porta-bandeira que com certeza vão dar um show.

Teremos mais uma celebridade, Leci Brandão, uma das cantoras, compositoras e interpretes mais importantes do samba e da música popular brasileira. Começou sua carreira no início da década de 70, tornando-se a primeira mulher a participar da ala de compositores da Mangueira. Ao longo de sua carreira, Leci gravou 20 Cds.

As outras atrações são: Banda Cordão da Bola Preta do Rio de Janeiro e Banda Brasil Corcovados. (TL) 

A venda dos ingressos começa dia 17 de janeiro, no Estande de Vendas. A Feijoada acontece no dia 14 de fevereiro no Salão Nobre.

Para mais informações consulte nosso site www.clubepaineiras.com.br ou a CAT.

fotos da capa e reveillon: Andréa Ribeiro

O espetáculo dos fogos maravilhou a todo

PASSAGEM DE ANO INES

O reveillon do Paineiras foi animado e agitado como sempre. Embalados ao som de Rosana Melo e Banda, que apresentou sucessos nacionais e internacionais da MPB e do POP, associados e convidados dançaram, conversaram e se descontraíram nos diversos ambientes da festa: Saguão Social, platafor-

mas das piscinas e Salão Nobre.

A decoração foi feita com o uso de muito branco e flores amarelas, vermelhas e brancas espalhadas por todo o Clube, além de iluminação cênica especial para cada ambiente. No Saguão Social um lustre em espiral feito com velas brancas emoldurava o serviço delicioso de aperitivos e drinques.

A cor predominante do Reveillon 2009 não foi o branco. Muita gente veio vestida de azul, de proteção e tranquilidade; verde, cor de efeito calmante e relaxante; e, especialmente, cores quentes, para celebrar o ano do Sol.

A associada Irene Scaranto Silva adorou a festa. “Está linda como sempre”, disse ela. Ma-



Sandra Pizzol queimou as mágoas antes do início do Ano Novo



Associados se animaram ao som de Rosana Mello



A Presidente Sileri M. de Arruda Rolla, Luciana e Paulo Zupo



Lustre em espiral de velas ilumina o Saguão Social



O jantar foi bem animado servido no Salão Nobre

QUECÍVEL NO PAINÉIRAS

por Felipe Barros

ria Aparecida Canonici também aproveitou bastante a festa. “A escola de samba está maravilhosa”, contou alegremente, divertindo-se com o animado ritmo brasileiro.

Para começar o novo ano do zero, uma pequena fogueira foi montada para aqueles que quisessem queimar suas mágoas. Com

papel e caneta à disposição, o associado escrevia um acontecimento ou um sentimento e levava a folha para queimá-la, deixando-a para trás junto com o ano que terminou.

À meia-noite, iniciou-se a queima de fogos, com quase 10 minutos de explosões de morteiros, baterias e multi cores e um final espetacular,

que emocionou associados e convidados. “Foi o melhor espetáculo que já vi”, exclamou Walker Blaz Canonici. Para Irene, “nunca foi melhor, de todas as viradas que passei no Clube”.

Depois da confraternização e muitos votos de “Feliz Ano Novo”, foi servida a ceia no Salão Nobre.



Carolina e Juliana Tassi



Família Munkevitz: Leonardo, Mara, Emerson e Brunno



A cor do Clube no céu de São Paulo



A bateria animou a festa durante a virada



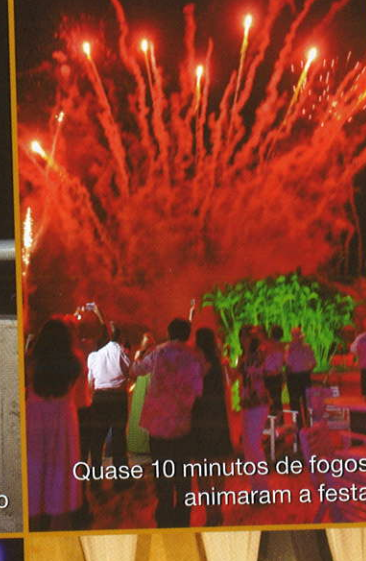
Sandra Pizzol e Mariana Pizzol



Jorge Reis e Elsa Garrido



Pedro e Tiago Macedo



Quase 10 minutos de fogos animaram a festa



Renata Simi, Beatriz Mello, Fernanda Guerra e Marcela Tambelline



Mirian Tavares, Celso Relvas, Eduardo Relvas, Beatriz Relvas e Rodrigo Relvas



Clara e sua mãe Silvani Rodovalho



Valdir Pereira Filho e Vivian Munhoz



João Kretzmann Bahia, Marcia Kretzmann Bahia, Viviane Kretzmann Bahia



João Fábio e Maria de Valentin



Até as crianças se divertiram com o samba



Eduardo de Piatti e Jaqueline Lemes



Walker Blaz
Canonici
e Maria
Aparecida
Canonici



Bruna, Isabella, Anna, Carlos,
Fabrizio e Felipe D'orsi e
João Vitor Ulmo



Giannina e Ricardo Popper



Vera Regina Ansarah e
Douglas Ansarah



Sandra Monaco e
Aldo Rabak



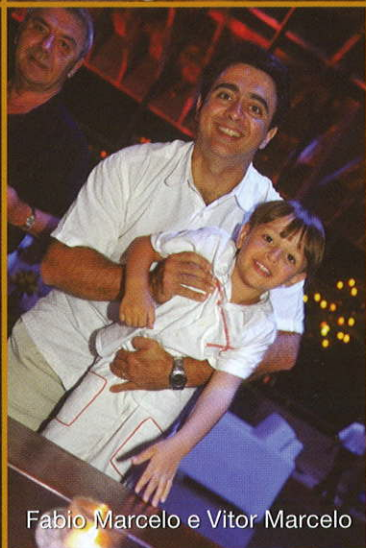
Caio Kalil,
Maria Eliza
Magliari,
Vitoria Kalil,
Jorge Kalil
e Sona
Magliari



Sonia Ribeiro, Giovanna
Abadessa, Renata Ribeiro
Abadessa, Kayser Abadessa
e Bruna Abadessa



Maria Celina e
Nicácio dos Santos



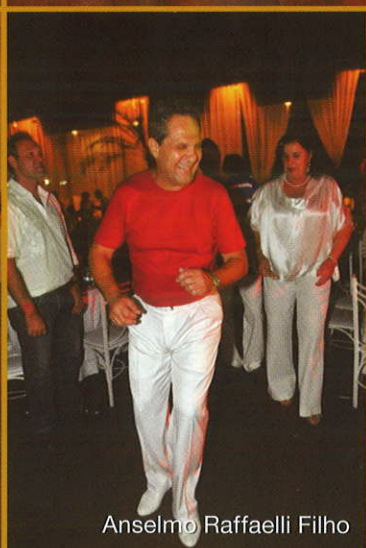
Fabio Marcelo e Vitor Marcelo



Leonardo e
Filomena Munkevitz



Oswaldo
Paris e
Andrea
Fernandes



Anselmo Raffaelli Filho



Isis Venâncio
servindo espumante



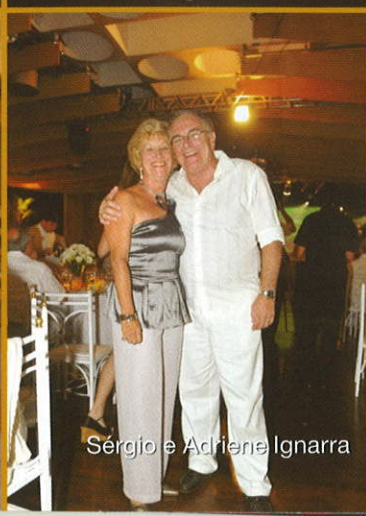
Oswaldo Spiritus
e Eliane Russo



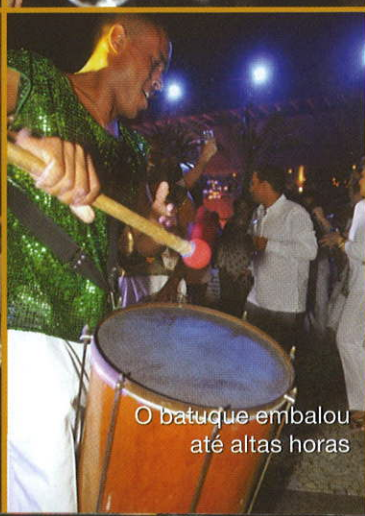
Daniela e Luis
Fernando Navarro



Flores
brancas,
detalhe da
decoração



Sérgio e Adriene Ignarra



O batoque embalou
até altas horas



Rosana Mello comandando
a pista de dança



Armando Cordeiro, Glaucia Ederian, Claudio Garcia e Tereza Nardocci



Luiza Borba, Sergio Henri Stauffenegger, Luiz Roberto de Araujo e Rejane de Moura



José Luiz Loureiro, Eliane Rodrigues, Giannina e Ricardo Popper



Patrícia Wolfsohn e Caio dos Santos



João Kretzmann Bahia, Marcia Kretzmann Bahia, Viviane Kretzmann Bahia



Rosana Mello e sua banda animaram o Reveillon do Clube



O casal Tortorella



Cuidado em cada detalhe



Alegria e descontração rolava na piscina



José Eduardo Rodovalho e Giovanni Paolo Rolla



Rubens Neves, Leonardo Gentil, Juliana Tassi, Renata Neves e Conrado Tassi



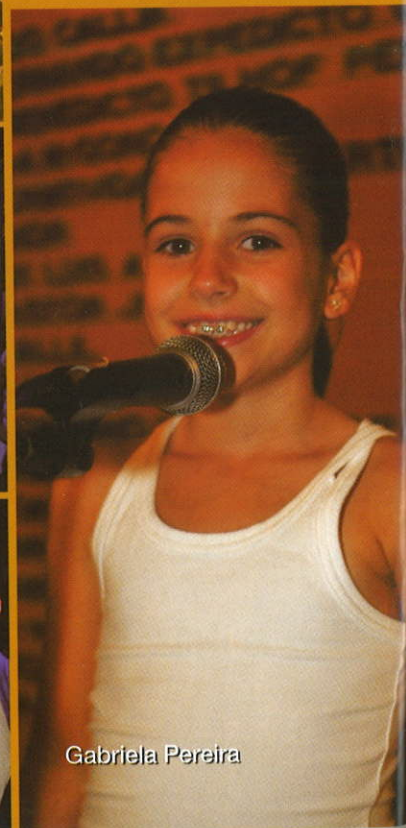
Piergiorgio e Elide Helzel, com Vera Regina e Douglas Ansarah

REVEILLON INFANTO-JUVENIL

Nas Cúpulas, as crianças se divertiram com diversos jogos eletrônicos, pularam no balão pula-pula e cantaram a valer no videokê, ou descansaram na Sala Soninho, quentinha e gostosa para dormir. Assistidas por recreacionistas, elas passaram a noite tranquilamente, sem causar preocupações aos pais.

As crianças foram servidas com um jantar especial: Pastelzinho de carne e de queijo, enroladinho de salsicha e nuggets de frango, entre outras opções.

Beatriz Torres Relvas se divertiu colorindo desenhos da Turma da Mônica. “Gosto muito de pintar”, explicou, concentrada em seu trabalho. Gabriela Pereira e Isabella Almeida cantaram suas músicas preferidas no videokê. “É muito legal”, disseram. Pietro Domingues Leite preferiu jogar fliperama. “Adoro videogame”, contou ele, atento aos controles do jogo. (FB)



Gabriela Pereira



Renato Borges e Eduardo Della Nina



Luiz Otavio de Araújo e Matheus Almeida



Pietro Leite e Olavo Bevilacqua

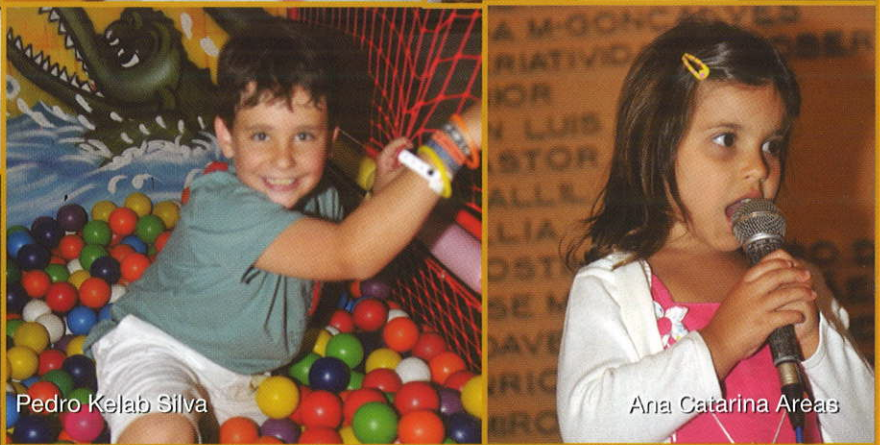


Beatriz Torres Relvas

Pietra Witcher



Crianças interessadas no filme animado

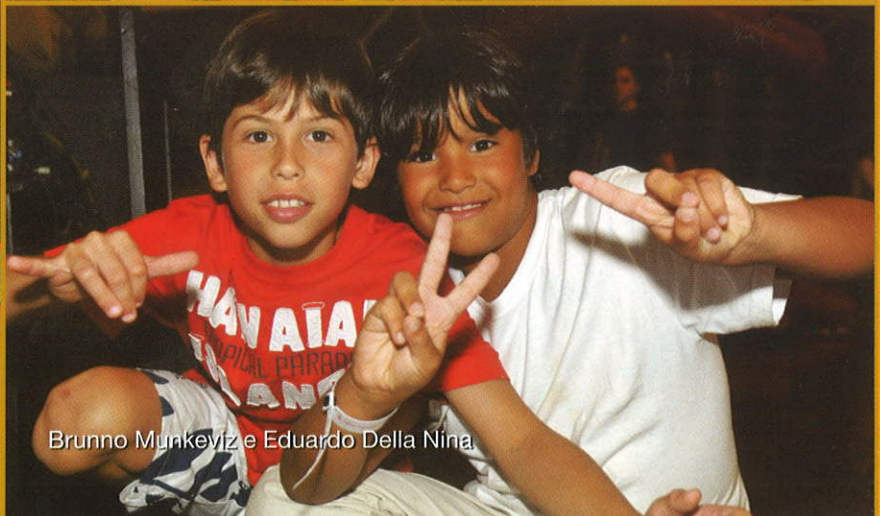


Pedro Kelab Silva

Ana Catarina Areas



Julia Bevilacqua e Clara Rodovalho



Bruno Munkeyz e Eduardo Della Nina

REVEILLON



O Filé mignon laqueado ao molho de conhaque com grão e cebola dourada abriram o delicioso buff



Peru e peito de peru fatiado no molho de laranja com contorno de farofa de frutas secas e frescas



Folhas nobres com crouton sírio ao molho balsâmico

VARIEDADES E CRENDICES NA



Terrina de gorgonzola e nozes ao pesto, em leito de alface americana



Pernil suíno assado em ervas aromáticas com batatas coradas



Rolinhos de bresaola com queijo cremoso e rúcula



Canapé Caprese – mussarela, tomatinho pêra e manjericão



Os convidados saborearam o banquete após a queima de fogos



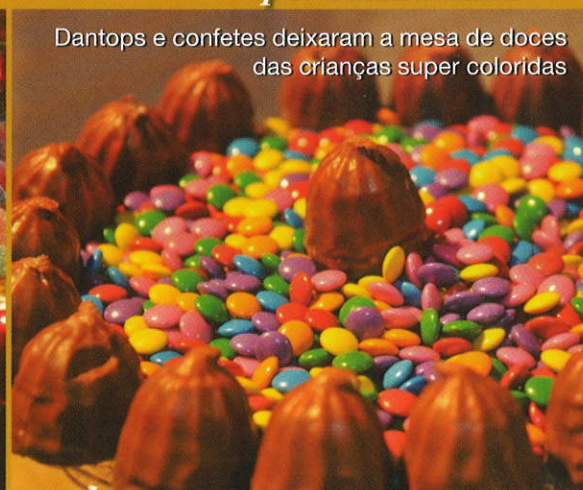
Salmon assado com sálvia e mel guarnecido por mandioquinha sauté

EIA DE REVEILLON

por Tarsila Lima



Jujubas e balas complementaram a mesa de doces do Reveillon Infantil



Dantops e confetes deixaram a mesa de doces das crianças super coloridas

Um dos pontos altos do Reveillon Paineiras foi definitivamente o cardápio. O Buffet Contrastte foi o responsável pela preparação das iguarias e o atendimento aos convidados.

Logo no início da festa aconteceu o coquetel onde foi servido bebidas diversas e é claro, o Espumante Salton. Para comer desde Canapés de Mussarela até Meat Balls com Geléia de Pimenta, passando por Frango ao Curry, Quiche de Queijo e Rolinhos de Bresaola com Queijo Cremoso e Rúcula, os convidados também puderam degustar as Uvas, Romãs e Louro para dar sorte que decoravam a mesa de credices, estrategicamente colocada na sacada principal. Ao lado um *buffet* com Lentilhas servida em xícaras para trazer fortuna.

No Salão Nobre foram colocados 4 pontos de buffet para que os convidados se servissem do banquete. O destaque da noite ficou por conta do Peru e Peito de Peru fatiado no Molho de Laranja com Farofa de Frutas Secas. Mas havia comida para todos os gostos, quem não comesse Peru pôde se deliciar com o Penne ao Molho de Tomate, Filé Mignon ao Molho de Conhaque com Grãos e Cebola dourada ou Salmão assado com Sálvia e Mel. Para a boa sorte os Grãos são ótimos para atrair fortuna tanto quanto a Lentilha.

Para a sobremesa um delicioso Pavê de Nozes com Crocante de Amêndoas, Mousse de Coco fresco, Brownie e frutas da época adoçaram a festa que seguia rolando ao som de muita música boa.

Mas para garantir que ninguém fosse embora com fome ainda havia na saída a mesa de café da manha com Mini Bombocado, Mini Sonho de Goiaba, Bolo de Laranja com Raspas de Limão, Mini Tarte com Ganasche e é lógico o imprescindível cafezinho fizeram o charme final.

CARDÁPIO INFANTIL

Para a ceia infantil só o que a criançada gosta. Pastelzinho, Enroladinho de Salsicha, Nuggets, Cubinhos de Filé Mignon, Arroz, Purê de Batata e muito mais. A sobremesa das crianças foi de fazer inveja a todos, com uma linda mesa de Doces, Balas, Chocolates, Pirulitos, Cocada e Trufas, além de Brigadeiro e Sorvete. ✨

A

G

E

N

D

A

JAN/ 2009

2 – SEXTA

SEART

- Trabalhos com Argila
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h
- Início dos treinamentos do Scorp
- 07h30 às 10h30

3 – SÁBADO

SEART

- Trabalho com Argila
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

4 – DOMINGO

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

5 – SEGUNDA

SEART

- Trabalhos com Sucata
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

6 – TERÇA

SEART

- Trabalhos com Sucata
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

7 – QUARTA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h
- SEART
- Trabalhos com Palitos
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

8 – QUINTA

Sócio Cultural

- Videokê. Piano Bar – 20h à 01h
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h
- SEART
- Trabalhos com Palitos
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

9 – SEXTA

SEART

- Confecção de agarradinho
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

10 – SÁBADO

SEART

- Confecção de agarradinho
- Esportes*
- Espaço Jovem – 09h às 18h

11 – DOMINGO

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

12 – SEGUNDA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h
- SEART
- Confecção de óculos
- Esportes*
- Colônia de Férias – 1º Turma. Pelo Clube – 09h às 16h
- Espaço Jovem – 09h às 18h

13 – TERÇA

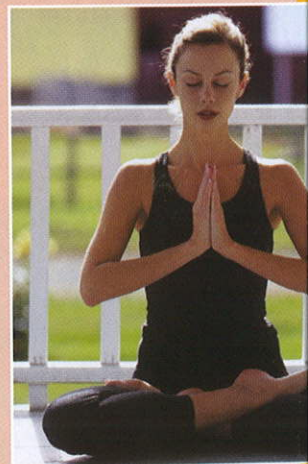
Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 19h às 20h / 20h às 21h
- SEART
- Confecção de óculos
- Esportes*
- Colônia de Férias – 1º Turma. Pelo Clube – 09h às 16h
- Espaço Jovem – 09h às 18h

14 – QUARTA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h
- SEART
- Dobradura
- Esportes*
- Colônia de Férias – 1º Turma. Pelo Clube – 09h às 16h
- Espaço Jovem – 09h às 18h



15 – QUINTA

Sócio Cultural

- Videokê. Piano Bar – 20h à 01h
- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 19h às 20h / 20h às 21h
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h

SEART

- Dobradura

Esportes

- Colônia de Férias – 1º Turma. Pelo Clube – 09h às 16h
- Espaço Jovem – 09h às 18h

16 – SEXTA

SEART

- Pintura em sabonete

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

17 – SÁBADO

Sócio Cultural

- Início das vendas para a feijoada da Folia 2009. Estande de vendas

SEART

- Pintura em sabonete

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

18 – DOMINGO

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

19 – SEGUNDA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h / 18h às 19h / 19h às 20h

SEART

- Marcador de página

Esportes

- Colônia de Férias – 2ª Turma. Pelo Clube – 09h às 16h. Espaço Jovem – 09h às 18h
- Início das aulas: tênis Recreativo e Competitivo
- Nado Sincronizado
- Treinos de Nataçào
- Treinos de Pólo aquático

20 – TERÇA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 19h às 20h / 20h às 21h
- Curso de Férias – Dança Flamenca. Sala de Dança 3 – 15h às 16h (iniciantes) / 16h às 17h (Intermediário e avançado)

SEART

- Marcador de página

Esportes

- Colônia de Férias – 2ª Turma. Pelo Clube – 09h às 16h. Espaço Jovem – 09h às 18h

21 – QUARTA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h / 18h às 19h / 19h às 20h
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h

SEART

- Confecção de gira-gira

Esportes

- Colônia de Férias – 2ª Turma Pelo Clube – 09h às 16h
- Espaço Jovem – 09h às 18h

22 – QUINTA

Sócio Cultural

- Videokê. Piano Bar – 20h à 01h
- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 19h às 20h / 20h às 21h
- Curso de Férias – Dança Flamenca. Sala de Dança 3 – 15h às 16h (iniciantes) / 16h às 17h (Intermediário e avançado)
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h

SEART

- Confecção de gira-gira

Esportes

- Colônia de Férias – 2ª Turma. Pelo Clube – 09h às 16h. Espaço Jovem – 09h às 18h

23 – SEXTA

SEART

- Pintura esponjada

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 20h30

24 – SÁBADO

SEART

- Pintura esponjada

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

25 – DOMINGO

Sócio Cultural

- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

26 – SEGUNDA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h / 18h às 19h / 19h às 20h
- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

SEART

- Tufão

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

27 – TERÇA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 19h às 20h / 20h às 21h
- Curso de Férias – Dança Flamenca. Sala de Dança 3 – 15h às 16h (iniciantes) / 16h às 17h (Intermediário e avançado)
- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

SEART

- Tufão

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

28 – QUARTA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 8h às 9h / 9h às 10h / 18h às 19h / 19h às 20h
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h
- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

SEART

- Trabalhos com canudos

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h



29 – QUINTA

Sócio Cultural

- Videokê. Piano Bar – 20h à 01h
- Curso de Férias – Yoga. Sala de yoga – 19h às 20h / 20h às 21h
- Curso de Férias – Dança Flamenca. Sala de Dança 3 – 15h às 16h (iniciantes) / 16h às 17h (Intermediário e avançado)
- Curso de Férias – Dança de Salão. Sala de Dança 2 – 21h às 22h
- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

SEART

- Trabalhos com canudos

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

30 – SEXTA

Sócio Cultural

- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

SEART

- Porta Lápis

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

31 – SÁBADO

Sócio Cultural

- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

- Balada – Grito de Carnaval. Salão Nobre – 18h às 23h

SEART

- Porta Lápis

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

AGENDA

DE 1 A 10 DE FEV/2009

1 – DOMINGO

Sócio Cultural

- IX Salão Comemorativo São Paulo 455 anos. Saguão Social – 11h às 15h

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

2 – SEGUNDA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Das 8h às 9h / 9h às 10h / 18h às 19h / 19h às 20h

SEART

- Confecção de porta-tesoura

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h. Início dos Cursos Recreativos

3 – TERÇA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Das 19h às 20h / 20h às 21h

SEART

- Confecção de porta-tesoura

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

4 – QUARTA

Sócio Cultural

- Curso de Férias – Yoga. Das 8h às 9h / 9h às 10h / 18h às 19h / 19h às 20h

SEART

- Confecção de porta-tesoura

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

5 – QUINTA

Sócio Cultural

- Videokê. Piano Bar – 20h à 01h
- Curso de Férias – Yoga. Das 19h às 20h / 20h às 21h

SEART

- Confecção de porta-tesoura

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

6 – SEXTA

SEART

- Confecção de balão

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

7 – SÁBADO

SEART

- Confecção de balão

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

8 – DOMINGO

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h
- Início das aulas Seffe/Sat

9 – SEGUNDA

SEART

- Confecção de balão

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

10 – TERÇA

SEART

- Confecção de sapo

Esportes

- Espaço Jovem – 09h às 18h

VAMOS NOS CONSCIENTIZAR

Lixo no Lixo

Como já dizia a música “Jogue o lixo no lixo, não jogue nada no chão...”. Pense no seu bem estar e no bem estar dos que estão ao seu redor mantendo sempre um ambiente limpo e agradável, para todos os associados, não jogando o lixo no chão. Tome cuidado com lixos ao redor das piscinas evitando que caia dentro da água. O Clube Paineiras disponibiliza latões de lixo por todos os lados, divididos em cores para reciclagem.



está arrecadando materiais escolares para doar às crianças mais carentes; para que tenham a mesma oportunidade que as demais.

Vamos lembrar daqueles livros, cadernos, lápis, entre outros que já foram usados nos anos anteriores e dar a quem precisa. A educação é fundamental para o crescimento do nosso país. Esses materiais podem ser doados ao DASP durante todo o mês de janeiro. Para mais informações ligue: 3779-2039

Proibido Fumar

O consumo do cigarro é prejudicial à saúde não só para os fumantes, mas sim para todos que estão ao redor inalando a fumaça poluída, principalmente para as crianças.

De acordo com a lei N° 9.120, Art. 1° é proibido fumar em locais fechados como elevador, corredores, salas, centro médico, auditórios, entre outros.

Respeite as placas indicativas de “não fumar” nos locais proibidos. Respeitar o próximo é respeitar a si mesmo.

Doações de materiais escolares

As aulas logo estão de volta e o nosso Departamento de Assistência Social (DASP)

Estacionamento:

O Estacionamento do Clube é uma comodidade para todos os associados, mas para que não se torne um incômodo é preciso seguir algumas regras e respeitar a sinalização.

Lembrar sempre de deixar a chave quando o carro é estacionado pelo manobrista ou quanto estiver na frente de outro atrapalhando a passagem.

Respeitar a velocidade máxima de 10 km/h.

Respeitar as vagas exclusivas para idosos e deficientes e as demarcações de cada vaga.

Consciência no fitness

O fitness é um benefício para todos associados do Clube, mas é preciso seguir algumas

regras para maior comodidade:

Após o uso dos aparelhos e acessórios, recolque-os no local apropriado.

É recomendada a limpeza dos aparelhos após o uso.

Faça acompanhamento médico regular para a prática de atividades esportivas de forma saudável e segura.

Procure um profissional de Educação Física para sua orientação nas atividades. Respeite o regulamento e horário das atividades e siga corretamente as orientações do seu treino, visando a

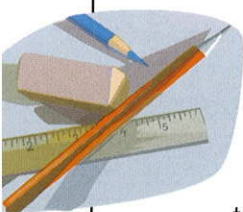
qualidade do seu atendimento.

Informe imediatamente a ocorrência de qualquer tipo de danos nos aparelhos ou equipamentos para um dos nossos colaboradores.

Exame médico

Não esqueça de renovar seu exame médico para melhor segurança da saúde de todos nesse verão.

Lembramos que só será permitido o acesso das babás à piscina infantil com o exame médico em dia. O exame é válido por 90 dias e só será aceito se realizado pelo Centro Médico do Clube. Lembramos ainda que as babás deverão sempre estar uniformizadas e identificadas.



O Conselho Deliberativo faz neste mês uma retrospectiva dos trabalhos realizados no ano de 2008, abaixo descritos:

Comissões temporárias constituídas em 2008

01/2008 - "Existência de Patrocínio Esportivo no Clube". Presidente:- Ariovaldo Rabello; Relatora: Maria Regina Rocha; Membros: José Adelmo Soares, Luis Augusto Corrientes e Sebastião Luiz da Silva Filho. 02/2008 - "Comissão de Redação - Art. 23 "c" do Estatuto Social". Comissão Encerrada. Presidente: Nelson Silvarolli; Relator: Dulmar Lavoura; Membros: Antonio Misorelli; José Gaspar Franceschini, Miguel Garde. 03/2008 - "Inicial Acusatória - Arts. 102, I, "a" e "j" e 112, "e". Presidente: Matilde Maria Pinto de Maal, Relator: Renato Salim, Membros: Aldo Saltini, Miguel Garde e Claudio Correa. 04/2008 - "Inicial Acusatória - Arts. 20; 77, "I" e "r" e 102, I, "a". Presidente: Dulmar Lavoura, Relator: Silno Ferreira, Membros: Nelson Silvarolli, Luiz Antonio Oliveira e Ody Belotto. 05/2008 - "Reconhecimento de Grupos Políticos no Conselho". Presidente: Carlos Vazzoler, Relator: Gilberto Fleury, Membros: Jorge Pagura, Dácio Aguiar, Antonio Machado. 06/2008 - "Reforma do Estatuto Social visando a alteração das competências dos Órgãos Diretivos para a implantação de Administração Profissional". Membros: Alvaro Furtado, Douglas Ansarah, Luiz Fernando Monteiro, Marcelo Dias e Itagiba Cobra. 07/2008 - "Alteração Estatutária para implantação de Manual de Procedimentos e outras medidas específicas". Presidente: José Ignácio, Relator: Edgard Salomão, Membros: Ermelinda Calil, Hugo Lewgoy e Luiz Claudio Carvalho.

A seguir as principais deliberações plenárias ocorridas em 2008.

Reunião ordinária de 28/04/2008

Deliberações no Expediente:

1ª Inicial Acusatória - assinada pelo Cons. Silno Ferreira + 15 Conselheiros. - "Infração dos artigos 102 I "a" e "j" e 112 "e" do Estatuto Social"

Nomeada a Comissão Temporária com os integrantes: Aldo Saltini; Cláudio Correa; José Gaspar Franceschini; Matilde de Maal e Miguel Garde.



2ª Inicial Acusatória - assinada pelo Cons. Miguel Garde Filho + 15 Conselheiros. - "Infração dos artigos 20; 77 "I", "r"; 102 I "a" do Estatuto Social"

Nomeada a Comissão Temporária com os integrantes: Dulmar Lavoura; Nelson Silvarolli; Luiz Antonio Oliveira, Silno Ferreira e OdyBelotto.

Deliberações do Plenário - Ordem do Dia:

Conhecimento e discussão do Relatório, do Balanço Patrimonial, da Demonstração de Receita e Despesa e Contas prestadas pela Diretoria Executiva, bem como o Relatório e o Parecer do Conselho Fiscal, relativos ao Exercício de 2007, e deliberar sobre tais peças. Colocado em votação o balanço - aprovado por manifesta evidência.

Reunião extraordinária de 10/11/2008

Deliberações do Plenário - Ordem do Dia:

a) discussão e deliberação sobre implantação da Ordem do Mérito do Conselho Deliberativo, bem como seu Regimento Interno. Encampada emenda do Cons. Piergiorgio Helzel. Aprovado por maioria de votos sua implantação, bem como seu Regimento.

Discussão e deliberação sobre Proposição de outorga de título de Associado Honorário através de Instrução Normativa (Interpretação do Art. 28, "f" do Estatuto Social). - Cons. Edgard retira o item 2 de sua emenda e encampa os itens "a", com relação a Resolução Normativa, letra "b" e "c" da Proposta do Cons. Vit. Paulo do Carmo. Por unanimidade de votos foi aprovada a proposição, estabelecendo o seguinte:

a) Que tais reivindicações não sejam feitas de forma individual, mas estendi-

das à todos associados, que em situação igual ou mais favoráveis, tenham perdido o direito de freqüência ao nosso Clube;

b) Para uma decisão correta e mais ampla é necessário que todos estes casos sejam devidamente levantados e analisados por nossa Diretoria Executiva;

c) Considerando que não há no Estatuto Social regras definidas para concessão do Título de Associado Honorário, que tais regras sejam definidas pela Diretoria Executiva, abrangendo todos associados em idêntica situação. Finalizando proponho que a Diretoria Executiva, formule uma norma clara, definitiva e específica, visando atender a dezenas de associados que encontram-se na mesma situação, para aprovação deste Conselho.

Reunião extraordinária de 25/08/2008

Deliberações do Plenário - Ordem do Dia:

Discussão e deliberação sobre Parecer da Comissão Temporária 01/2006 designada para "Elaboração de Procedimentos e Controles Internos com a participação do Conselho Fiscal". Apresentada Emenda Supressiva assinada pelo Cons. Luiz Fernando de Paiva Monteiro + 14 Conselheiros, propondo a seguinte redação para o item 2 dos comentários adicionais: "As propostas de cada Comissão terão que ser apresentadas até 30 de Setembro de cada ano, de forma a viabilizar a sua avaliação pela Diretoria Executiva para eventual inclusão total ou parcial no orçamento anual". Emenda encampada pela Comissão Temporária. Aprovado pelo Plenário por manifesta evidência.

Em função da aprovação do Parecer da Comissão, o sr. Presidente deferiu a Proposta apresentada pelo Cons. Edgard Mansur Salomão + 24 Conselheiros, com o seguinte teor: "Considerando a importância das "sugestões" apresentadas pela Comissão Temporária, que consta do item "b" da Ordem do Dia da Reunião de 25/08/08, vêm propor: Seja nomeada Comissão Temporária para apresentar proposta de alteração estatutária para Implantação de Manual de Procedimentos e outras medidas ali especificadas".

Que 2009 seja um ano de muito trabalho e dedicação dos nossos Conselheiros para que possamos transformar um Clube ainda melhor. *

Flávio Bulcão Carvalho

Presidente do Conselho Deliberativo



Seja um anunciante da mídia Paineiras



REVISTA

3779-2098



PORTAL

3779-2099



TELEVISÃO

3771-3558

marketing@clubepaineiras.com.br



2000 **inove**



SE VOCÊ TIVER
QUE LEVANTAR UMA
BANDEIRA PARA
ENCARAR 2009,
APROVEITE A NOSSA.
Feliz 2000inove.

NEOGAMA/BBH

Bradesco completo



Bradesco