

Paineiras

Maio / 2011

Publicação mensal dirigida aos associados do Clube Paineiras do Morumbi



Arraiá do Paineiras

SEJA CORAJOSO. SEJA DIFERENTE. SEJA EXTRAORDINÁRIO.



Participe da ação de seus filmes e programas de TV favoritos no parque temático Universal Studios Florida®. Encontre mitos, lendas e personagens de histórias infantis e desenhos animados no parque temático Universal's Islands of Adventure®, onde você também pode descobrir a magia e a emoção do **The Wizarding World of Harry Potter™, JÁ ABERTO**. Tudo isso somente em Universal Orlando® Resort.

Com dois incríveis parques temáticos, vida noturna non-stop e três sofisticados hotéis no complexo, Universal Orlando® Resort é um universo sem igual de ação, aventura e emoção.

PARA MAIS INFORMAÇÕES SOBRE INGRESSOS E PACOTES DE FÉRIAS, LIGUE AGORA PARA A AGAXTUR TURISMO:

TURISMO
AGAXTUR

AV. EUROPA, 884 - JD. EUROPA • TEL: 11.3067.0900
SHOPPING CIDADE JARDIM • TEL: 11.3759.7900

OU VISITE WWW.AGAXTUR.COM.BR

HARRY POTTER, characters, names and related indicia are trademarks of and © Warner Bros. Entertainment Inc. Harry Potter Publishing Rights © JKR. (10)

Hard Rock Hotel © Hard Rock Cafe International (USA), Inc. Marvel Super Hero character names and likenesses: TM & © 2010 Marvel. © 2010 Universal Studios. THE SIMPSONS RIDE™ Twentieth Century Fox Film Corporation. The Simpsons TM & © 2010 Twentieth Century Fox Film Corporation. All rights reserved. Universal elements and all related indicia TM & © 2010 Universal Studios. © 2010 Universal Orlando. All rights reserved. 246756/0810/AW

Sumário.



 **Clicks.** página 18

REINAUGURAÇÃO DO CINE PAINEIRAS

Os Paineirenses amantes da 7ª Arte puderam acompanhar a reinauguração do nosso Cinema. Agora, com muito mais tecnologia para você.

 **Sociocultural.** página 36

O Clube Paineiras do Morumby já está se preparando para o maior Arraiá que a cidade de São Paulo já viu.

ARRAIÁ DO PAINEIRAS



 **Esportes.** página 48



SUL-AMERICANO DE ESPORTES AQUÁTICOS

Confira o desempenho dos nossos atletas nesse eletrizante campeonato.

Seções.

Paineiras	05
Clicks	17
Sociocultural	21
Kids	41
Esportes	47
Variedades	65
Bem-Estar	73
Tecnologia	79



Viva Intensamente seu Clube sua vida



Revista Paineiras

Projeto Gráfico e Editorial:.....DeepMind Marketing Estratégico
Jornalista Responsável:.....Rafael Castro Neto
Editoração:.....Christopher Franklin
Fotos:.....DeepMind, Arquivo Paineiras
Impressão:.....Neoband

Anúncio

E-mail: marketing@clubepaineiras.com.br
Telefone: 3779-2099

CLUBE PAINEIRAS DO MORUMBY



Diretoria Executiva

(Gestão 01/2010 a 12/2012)

Presidente:.....José Miguel Spina
1º Vice-Presidente:.....Sérgio Henri Stauffenegger
2º Vice-Presidente:.....Luiz Fernando de Paiva Monteiro
Diretora Secretária:.....Ana Emília O. de Almeida Prado
Diretor Tesoureiro:.....Roberval Ramos Mascarenhas

Diretoria de Departamento

DASP:.....Zuleide Ana Martendal da Costa
Higiene e Saúde:.....Jarbas Jakson Dinkhuysen
Jurídico:.....Alexandre Jamal Batista
Manutenção e Obras:.....Waldemar de Freitas Pizarro
Marketing e Comunicação:.....Carmen Marques Ribas
Ouvidoria:.....Armando Cabral Galhardo Guerra
Suprimentos:.....Charles Albert Boéchat
Tecnologia:.....Ulysses Linhares de Azevedo Jr.

Esportes

Artes Marciais e
Halterofilismo:.....Daniel F. Dell'Aquila
Fitness:.....Adriana Da Viá S. de Mello
Futebol:.....Alexandre Galhardo Guerra
Nado Sincronizado:.....Leonice Mota Rossello
Natação Competitiva:.....Carlos Augusto Vieira de Moraes Filho
Pólo Aquático:.....Alejandro F. Pesoa Sartori
Snooker:.....Romero Dantas Maia
Squash:.....Rui Pastor
Tênis:.....Everton Marcel Miranda de Almeida

Sociocultural

Cerimonial:.....Vera Lúcia Lucas Zen
Cultural:.....Jacy Abs Musa
Dança:.....Daisy Saba A. Mascaro
Jovem:.....Carolina Villela Azevedo

Conselho Deliberativo

Presidente:.....Edgard Mansur Salomão
Vice-Presidente:.....Luís Augusto Bulcão Carvalho
Secretário:.....Luís Sérgio de Campos Vilarinho

Comissão de Sindicância

Presidente:.....Maurício Goulart de Faria
Secretário:.....Miguel Garde Filho
Membros Efetivos:.....Flávio Simões, Guilherme Sperry
Salgado e Odmir Antonio Martino
Membros Suplentes:.....Arnaldo Zanatta e
Adeilton Bomfim Brandão

Comissão de Julgamento

Presidente:.....Luís Augusto Bulcão Carvalho
Secretário:.....Sérgio Nabhan
Membros Efetivos:.....Douglas Ansarah, Luiz Claudio
Cardoso Carvalho e
Oswaldo Gonzalez Vaiano
Membros Suplentes:.....Elias Mendes Alves e
Marco Aurélio Scalise

Conselho Fiscal

Presidente:.....Luiz Carlos Lazarini
Secretário:.....Mario Migliavada
Membros Efetivos:.....Fuad Abbud Júnior, João de Valentin e
Nelson Simi

Central de Atendimento - CAT

Segunda à sexta: 8h às 20h
Sábados, domingos e feriados: 8h às 17h
Telefone: 3779-2010

PABX: 3779-2000

Av. Doutor Alberto Penteadó, 605, Morumbi
São Paulo – SP – 05678-000
www.clubepaineiras.com.br

A large, stylized star graphic composed of several sharp, triangular points radiating from a central point. The star is white with a dark grey outline, set against a dark grey background. The word "Paineiras" is centered within the star.

Paineiras



Editorial

A vida continua, os dias e os acontecimentos se sucedem céleres.

A cada início de semana planejamos o que devemos fazer e aqui e ali a rotina é interrompida por fatos não previstos.

Assim é a vida; o futuro, por mais que planejado, nos reserva surpresas e é isto que torna nossa existência fascinante.

Chega o final de semana que, com sua magia, nos dá alento para enfrentar as dificuldades de um novo momento.

Já disse alguém que o melhor da festa é esperar por ela.

Entre outros, dois grandes eventos estão para acontecer em nosso Clube.

Dias 3, 4 e 5 de junho próximo realizaremos nossa festa junina. Este ano a festa foi ampliada em mais um dia. Tudo foi pensado com carinho e nos esmeramos para oferecer o que há de melhor para nossos associados, para as suas famílias e para os convidados.

Foram tomados todos os cuidados para termos um ambiente tranquilo. Nossa segurança foi reforçada e cuidaremos para que tudo aconteça de acordo com o estabelecido em nosso Estatuto Social. Seremos intransigentes em defesa dele.

O outro evento será a realização, dia 12 de junho, da eleição de um terço dos integrantes do Conselho Deliberativo.

Seria por demais óbvio enfatizar a importância de tal eleição.

Convidamos todos os nossos associados a participarem ativamente desta eleição, seja votando, seja candidatando-se a uma vaga para o Conselho.

Temos certeza de que o ambiente de respeito, amizade e cordialidade prevalecerá entre todos.

Quero terminar este editorial dando um esclarecimento que, tenho certeza, irá ao encontro à indagação de muitos de nossos associados.

Como está a situação do nosso estacionamento?

Os últimos passos já foram dados pelo Clube junto à Prefeitura Municipal de São Paulo para obtenção do alvará de construção. Acredito que obtê-lo é uma questão de dias.

Não seria temeroso afirmar que poderemos iniciar a obra nos próximos sessenta dias.

Os obstáculos vencidos é que nos dão forças para prosseguirmos em nossa jornada, honrando o compromisso de tornar este Clube, que tanto amamos, cada vez melhor.

José Miguel Spina ★
Presidente



Mesa Diretora do Conselho Deliberativo - Gestão 2009/2011
 Presidente: Edgard Mansur Salomão
 Vice-Presidente: Luís Augusto Bulcão Carvalho
 Secretário: Luís Sérgio de Campos Vilarinho

Caros Amigos Paineirenses;

Aproxima-se o período de um novo processo eleitoral em nosso Clube, ocasião em que um terço do Conselho Deliberativo, bem como a Mesa Diretora, serão renovados.

Conclamamos a participação de todos os associados, tanto para a formação das chapas, como por meio de seus votos.

Historicamente, as eleições mobilizam apenas 20% dos associados com direito a voto, o que, convenhamos, é muito pouco.

A participação mais efetiva do associado é algo que se impõe.

Novos candidatos, com novas ideias e mais disposição, serão muito bem vindos.

Procure conhecer os projetos e os ideais dos diversos grupos políticos de nosso Clube.

Participe das discussões. Compareça às reuniões. Traga suas sugestões.

O engajamento de novas pessoas dispostas a colaborar com o Clube será o oxigênio de que precisamos para continuar a ser o melhor e mais bonito clube do Brasil.

Saudações Paineirenses. ✪

Plantão de Gestores - CELULAR: (11) 7413-1293

Dia	Gestor	Ramal
01/05/2011	Robson Teixeira Brito	3779 - 2060
08/05/2011	Silvia Viviane A. Vargas	3779 - 2123
15/05/2011	José Ailton da Silva	3779 - 2080
22/05/2011	Robson Teixeira Brito	3779 - 2060
29/05/2011	José Ailton da Silva	3779 - 2080

Conheça nossos Diretores

Neste mês de Maio, nossos leitores poderão ficar sabendo um pouco mais sobre o perfil dos nossos Diretores da área de Esportes do Clube, que compreende as modalidades de Artes Marciais e Halterofilismo, Fitness, Futebol, Nado Sincronizado, Natação, Natação Máster, Pólo Aquático, Snooker, Squash e Tênis. ✪

Alejandro F. Pesoa Sartori - Pólo Aquático



Nascido em Montevideo, no Uruguai, Alejandro tornou-se sócio do Clube Paineiras no ano de 1971 e assumiu a direção do Pólo Aquático em 2010. Desde março de 2011, tornou-se membro do Conselho Consultivo da Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos (CBDA) e membro da Comissão de Avaliação Esportiva. Em sua gestão, foi responsável por realizar campeonatos nacionais e internacionais no Clube, além de trazer atletas americanos e europeus de alto nível para ministrar clínicas para as categorias de base e intermediárias e reforçar nossas equipes adultas em campeonatos pontuais. Em 2010, organizou viagem de intercâmbio a São Francisco – Califórnia, onde nossos atletas tiveram a oportunidade de conviver e trocar experiências relacionadas ao esporte.

Carlos Augusto Vieira de Moraes Filho - Natação

Sócio do Clube há 14 anos, Carlos Moraes tem 43 anos e assumiu a direção da Natação competitiva em 2009 e, de lá para cá, vem acumulando, juntamente com nossos nadadores, excelentes resultados dentro e fora das piscinas. Membro Licenciado do Conselho do Paineiras, é também atual Presidente da Comissão Permanente de Avaliação Esportiva do Clube. É responsável por trazer Clínicas, Campeonatos e Seletivas para divulgar a modalidade, além de organizar viagens para troca de experiências da natação.



Daniel Dell' Aquilla - Artes Marciais e Halterofilismo:



Praticante do Judô desde os quatro anos de idade, Daniel Dell' Aquilla é amante deste esporte e das artes marciais em geral, tendo integrado a Seleção Brasileira de Judô por doze anos, quando teve a oportunidade de participar de dois Jogos Panamericanos, cinco Campeonatos Mundiais e inúmeros Grand Slam e Copas do Mundo, vindo a se colocar entre os cinco melhores do mundo em sua categoria. Faixa preta terceiro dan, Daniel representou o continente Sul-americano, como convidado da Federação Internacional de Judô no curso de capacitação de técnicos de Judô (Head Coach) realizado em 2002, no Japão. Em 2007, já como médico ortopedista assistente da USP, sagrou-se campeão mundial máster. Associado do Paineiras há quase 30 anos, Daniel contribuiu para a idealização e criação do novo Dojo, espaço destinado à prática de artes marciais e que objetiva difundir os conhecimentos filosóficos destes esportes, integrando, assim, esporte-educação.

Leonice Mota Rossello - Nado Sincronizado

Diretora do Nado Sincronizado desde Janeiro de 2010, Léo tem a missão de divulgar a modalidade e de servir de elo de comunicação entre atletas, pais e associados, além de manter cobranças e acompanhar o processo das decisões da CBDA (Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos) e FAP (Federação Aquática Paulista). Praticante de Natação e Musculação, Léo conheceu e se apaixonou pelo Nado Sincronizado, há quase oito anos, por intermédio de sua filha Beatriz.



Marcel Almeida - Tênis



Marcel Almeida sempre foi um esportista nato e amante do Tênis, em particular, esporte que pratica desde os 12 anos. É um dos responsáveis por tudo que envolve o Tênis, como intermediar a vinda de campeonatos de grande porte para o Clube e ser o elo entre este e a FPT (Federação Paulista de Tênis). No âmbito profissional, Marcel é Bacharel em Ciências Contábeis e administrador de empresas, fortemente ligado a trabalhos de auditoria externa, consultoria empresarial e de entidades esportivas.

Adriana Soares de Mello - Fitness

Associada do Paineiras há 42 anos, nossa Diretora do Fitness é a maior responsável pelo grande sucesso que é a academia do Clube. Completando seu quinto ano na direção do Fitness, Adriana é uma amante do esporte e diz que sente um grande prazer em acompanhar os trabalhos e em incentivar as pessoas a se exercitarem e que se sente realizada ao vê-las fazerem da prática esportiva uma ferramenta para viver em dia com a saúde e o bem-estar. O seu trabalho é direcionado para conseguir trazer melhorias para a estrutura, para manter a constante renovação dos equipamentos e inserir novas modalidades esportivas no Fitness.

**Alexandre Guerra - Futebol**

Alexandre Guerra, o Xexéu, desde 2002, faz parte da Comunidade do Clube Paineiras e assumiu a direção do Futebol há 1 ano e 4 meses. Dentre várias de suas conquistas, Xexéu reformulou, juntamente com outros participantes do Futebol Paineiras, todas as equipes do Campeonato Interno de Futebol de Campo, além de ajudar o Clube a participar, pela primeira vez, de um Campeonato Interclubes nas categorias Máster e Sênior, ocasião em que os times ficaram atrás apenas de clubes com maior tradição em disputas na modalidade. Foi um dos responsáveis por criar o treinamento de Futebol Máster e pela reconstrução da Churrasqueira do Futebol.

Carlos Pingarilho - Natação Máster

Carlos Pingarilho frequenta o clube desde 2005, quando começou sua carreira de Atleta de Natação Máster pelo Clube. Nada desde os 3 anos de idade, iniciando a prática por necessidades de saúde e por recomendação médica. Nesse período foi finalista de Campeonato Brasileiro e medalhista nos Jogos Universitários Brasileiros, além de vários recordes paraenses.

Assumiu a Diretoria da Natação Máster em 2010, tendo desde então conseguido reforçar bastante a participação dos atletas nos eventos da modalidade, obtendo o título do Circuito Paulista de 2010 (Hexa Campeonato), a equipe obteve pela primeira vez o título paulista além de um campeonato Brasileiro e o título de equipe mais eficiente (Com direito a comentário da Diretoria da ABMN de "Melhor Equipe Máster do Brasil").

**Romero Dantas Maia - Snooker**

Praticante da sinuca desde os 12 anos de idade, Romero Maia assumiu a direção do Snooker do Paineiras desde o 2º semestre de 2010 e vem tentando, em seu mandato, reformular e atrair mais associados para o esporte. Foi um dos responsáveis diretos pela manutenção das mesas do salão de snooker e inserir na agenda da modalidade tradicionais torneios, tanto individuais como em duplas.

Rui Pastor - Squash

Filho do ex-diretor de Tênis, João Pastor Júnior, Rui assumiu a direção do Squash no Paineiras há quase 10 anos e, desde então, tem contribuído para garantir uma maior projeção e melhor visibilidade do esporte no Clube, através da realização de Torneios internos, campeonatos válidos pela Federação Paulista e outros eventos. Está sempre em constante atividade, trabalhando para trazer melhorias para o espaço do Squash que possam resultar em mais conforto e comodidade para os usuários.



O Clube Paineiras está ficando cada vez melhor

Neste mês de Maio, destacamos algumas das recentes obras que foram realizadas no Clube, seguindo um cronograma cuidadosamente elaborado, que visam proporcionar mais bem-estar aos Paineirenses e valorizar ainda mais o nosso espaço.

Regido pelo princípio de oferecer constantemente a seus associados locais com a melhor infraestrutura, o Clube Paineiras do Morumbi reformou e ampliou diversas áreas. Veja abaixo algumas das que foram contempladas. ✪

Terraço Paineiras: Espaço destinado a frequentadores de todas as idades, com vista de 360 graus da cidade, o bar temático oferece ao associado um espaço diferenciado para confraternizações. O ponto é parada obrigatória para quem está no Clube e quer desfrutar momentos de descontração ao som de uma boa música. Preparado para oferecer saladas criativas, acompanhadas de quiches ou saborosas bruschetas, o Buffet Rofer alia sua vocação gastronômica ao som de instrumentistas de diferentes estilos que ali se apresentam, para produzir um ambiente agradável e sofisticado.



Central de Atendimento: A modernização da central de atendimento já representa a realidade de um melhor atendimento ao sócio. A suntuosidade da entrada, com ambiente de espera preparado para receber grande circulação de pessoas, parece ter correspondido às expectativas dos associados mais exigentes. Em relação aos cuidados com a segurança, foram instaladas catracas que hoje já fazem o controle de acesso através de biometria, representando mais um avanço para o processo de melhoria contínua do atendimento aos associados.



Modernização dos Elevadores da Sede Social: Nos próximos dias, a empresa Atlas Schindler estará iniciando os serviços de modernização dos elevadores da sede social. Trata-se de um equipamento de grande importância, uma vez que ele transporta os sócios vindos da central de atendimento para todas as demais áreas do Clube. A modernização irá melhorar a comunicação visual nos andares e na cabina, que será totalmente reformulada e que passará a fazer, inclusive, paradas mais suaves. Além disso, haverá redução no consumo de energia, uma vez que todo sistema eletromecânico será substituído por equipamentos eletrônicos.



Reformulação da Portaria para controle de acesso das delegações e visitantes: Iniciamos uma reformulação na portaria de acesso de colaboradores. A intenção é ampliar o controle de acesso para receber as agremiações esportivas e visitantes que costumam vir ao Clube para prestigiar os diversos eventos esportivos aqui sediados todos os anos. Essa era uma antiga necessidade, pois esse monitoramento, atualmente, é feito de forma precária.



Reforma do hall do 3ºSS: Recentemente, o sócio vem podendo observar as mudanças significativas pelas quais passou o hall do 3ºSS. Conforme havíamos prometido, foram feitas diversas melhorias naquele espaço essencial para o deslocamento aos demais diversos ambientes do Clube.



Iluminação do piso 3º SS: Dando continuidade ao plano de melhorias no nível 3º SS, estamos também executando a reforma da iluminação da marquise, que se estenderá até a área concluída, próximo ao vestiário feminino. O objetivo é aplicar a mesma perspectiva, integrando a iluminação com o ambiente do hall, recentemente reformado. Com isso, teremos um espaço de circulação harmônico e valorizado.



Reforma e Ampliação da Passarela de Acesso Vertical:

A passarela está passando por uma ampla reforma em que será aplicada nova paginação de piso, nova iluminação e pintura. Além disso, a estrutura foi ampliada até a marquise, o que garantirá maior conforto aos transeuntes em períodos de chuva.



Reforma do Vestiário Masculino Social:

Conforme prometido, as instalações do vestiário masculino foram entregues e agora contam com novos equipamentos, divisórias e bancadas de granito, novo piso – próprio para áreas molhadas – e outras inovações. Em outra fase da reforma, que já está em andamento, iniciamos a troca dos velhos armários de chapa por outros mais modernos, com mais espaço, melhor distribuição do espaço interno e construídos com materiais de alta resistência (chapa TS).



Novo Elevador Panorâmico: A empresa contratada para instalação do novo elevador panorâmico (Atlas Schindler) atrasou a montagem, que foi iniciada apenas na segunda quinzena de Abril. Estamos confiantes que no final da quinzena de Maio, teremos nosso sonhado elevador em operação.





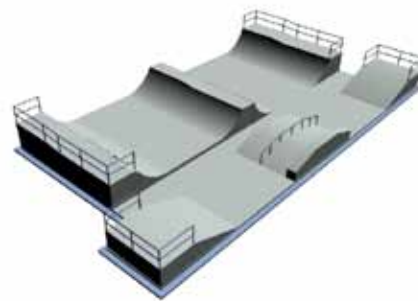
Reforma de todas as quadras de Tênis: Ao longo de 2010, havíamos iniciado um trabalho de reforma que, conforme planejado, viria a se estender a todas as quadras de saibro. Atualmente estamos concluindo os trabalhos nas quadras 05 e 06. Estas receberão nova iluminação, concebida para garantir a qualidade das imagens em caso de realização de eventos televisados. Estamos, portanto, prestes a concluir um excelente trabalho, executado com pessoal próprio e com custo muito inferior ao que se pagaria por uma contratação externa.



Novo Dojo: A nova sala de Artes Marciais, em funcionamento desde o ano passado, já apresenta os bons resultados almejados pelo associado. Trata-se de um espaço de trabalho concebido para preparar atletas para atuar na área competitiva. É, sem dúvida, mais uma realização pensada para dar a nossos jovens atletas a oportunidade de fazer parte da elite do esporte brasileiro.



Nova Pista de Skate: A nova pista de skate já está sendo construída. O projeto foi desenvolvido por um profissional especializado. Ele é o autor dos projetos de diversas pistas construídas em clubes de São Paulo e em outros Estados. A proposta foi alterada e a obra foi ampliada, no intuito de tornar o espaço mais dinâmico e funcional e atender a uma faixa maior de usuários do que inicialmente havíamos previsto.



Laje de Cobertura do Ginásio Antigo: Finalmente a reforma do Ginásio Antigo foi iniciada. Uma obra vital, visto que o Ginásio já não podia oferecer segurança aos frequentadores na condição em que se encontrava, sendo que as telhas já estavam com seu tempo de vida útil esgotado (32 anos), causando diversos vazamentos nas quadras e, inclusive, podendo se desprender. Além disso, com a construção da laje, o Clube ganhará um espaço útil adicional de 1800 m², que poderá ser viabilizado para instalação de novos equipamentos de práticas esportivas.



Quiosque do Campo Society: O novo quiosque do Society foi entregue. A obra resultou na concretização de um ambiente moderno e agradável onde será possível receber eventos e confraternizações de maior porte, uma vez que a infraestrutura foi totalmente ampliada e recebeu novos equipamentos.



AVISOS DA CAT

ORIENTAÇÕES PARA O CADASTRAMENTO DA BIOMETRIA DIGITAL

Para o cadastro, os associados devem se dirigir a CAT, onde será necessário apresentar um documento com foto.

Após a identificação do associado, será realizada uma atualização cadastral, tirada uma foto e colhida uma amostra da impressão digital para serem arquivados juntos com os demais dados.

O processo leva em média 4 minutos.



ASSOCIADOS,

A partir da 2ª quinzena de Abril teve início a troca dos armários no Vestiário Masculino que estão sendo substituídos por armários mais modernos.

Para que possamos regularizar a situação referente à ordem numérica dos armários, cada usuário receberá uma comunicação da parte do Clube, enviada por correspondência, em que será convidado a vir efetuar a troca do armário.

Na correspondência, será informado sobre o período da troca e do novo número do armário.



Você já sorriu hoje?®



Na Clínica Open Center você conta com uma equipe especializada em:

- Odontologia estética
- Clareamento a laser
- Diagnóstico de cárie a laser
 - Laserterapia
- Endodontia com microscopia
 - Odontopediatria
- Cirurgias • Implantes
- Periodontia • Próteses
- Ortodontia • Radiografia digital



Clínica
Open Center
Morumbi

CROSP 7748

Responsável Técnico: Leila Toffes de Oliveira CROSP 93740

Av. Dr. Guilherme Dummont
Villares, 1230 • 8º andar
Morumbi

- Estacionamento próprio

Tel.: 3772-5292

www.clinicaopencenter.com.br

Elétrica



O Setor de Elétrica do Clube Paineiras é responsável pela distribuição e manutenção de uma das mais indispensáveis necessidades do homem moderno – a energia elétrica que é utilizada em todo Clube. Os responsáveis por essa área fazem trabalhos que vão, desde uma simples troca de lâmpada, até as mais complexas manutenções nas instalações de média e baixa tensão. Embora algumas pessoas não saibam, possuímos em nossos domínios uma Usina de Energia Elétrica auto-suficiente para atender toda demanda do clube e 06 cabines de transformação distribuídas estrategicamente.

O Clube consome, em média, 320.000 K/h/mês e demanda contratada de 950 K/h em horário de pico (17h30 às 20h30). A energia elétrica é sempre uma grande aliada para garantir o sucesso dos mais variados eventos que o Clube sedia durante o ano, tanto na parte da iluminação como na sonorização. Para garantir que tudo ocorra bem, o pessoal da Elétrica instala em um evento de grande porte, como, por exemplo, a Festa Junina, uma carga de 500 KVA, suficiente para garantir o sossego dos participantes.

O time da Elétrica é composto por 11 funcionários, divididos em turnos que vai das 7h as 23h de segunda a domingo. Eles não deixam o Paineiras ficar, 1 minuto sequer, sem manutenção e supervisão. “A elétrica é de vital importância para o funcionamento do Clube, e, portanto, devemos investir constantemente na qualificação de nossos profissionais que cuidam da manutenção preventiva. Enfim, estamos sempre prontos para apoiar no que for urgente e necessário”, comenta Roberto, responsável pelo Setor.

Nos últimos anos, esses incansáveis profissionais participaram das principais obras e reformas do Clube, dentre elas, Churrasqueira do Campo, iluminação do forro 3ºSS, Vestiário Masculino, Central de Atendimento, Sala de Artes Marciais, Centro Cultural, e de muitas outras. ✪

Cardápio Dia das Mães

*Traga sua família e comemore o Dia das Mães conosco.
Escolhemos à dedo deliciosas receitas para agradar todos os gostos.*

Buffet de saladas e de pratos quentes

- * 20 tipos de saladas;
- * Sushi;
- * Frios;
- * Medalhão de filet mignon ao molho Daniel;
- * Salmão à la Belle Meunière;
- * Fricassê de frango;
- * Conchiglie de mussarela com manjericão;
- * Espaguete à bolonhesa;
- * Penne ao funghi secchi;
- * Nhoque ao pomodoro;
- * Camarão à paulista;
- * Frango assado na cerveja;
- * Arroz marinho (frutos do mar)

Buffet de sobremesa

- * Malabi com calda de damasco;
- * Brownie;
- * Cheese cake com geléia de frutas vermelhas;
- * Torta Santiago;
- * Tortelete de limão;
- * Doce português;
- * Crepe de doce de leite argentino;
- * Bolo de coco queimado;
- * Merengue;
- * Ambrosia;
- * Goiabada;
- * Doce de abóbora;
- * Doce de leite;
- * Frutas da estação.

Bebidas

- * Água natural e gaseificada;
- * Refrigerante;
- * Suco;
- * Cerveja Brahma (600 ml).

Valor

- * R\$ 69,90 (sessenta e nove reais e noventa centavos) por adulto (a partir de 11 anos).
- * R\$ 34,90 (trinta e quatro reais e noventa centavos) por criança (de 6 à 10 anos).

Manipulação de Alimentos

Doenças Transmitidas por Alimentos e Água



O Departamento de Alimentos e Bebidas do Clube Paineiras do Morumby, através de sua nutricionista, Sílvia Vargas, realizou no dia 31 de Março o 4º treinamento do projeto, capacitando e habilitando ainda mais os manipuladores de alimentos dos concessionários do Clube. O tema desta vez foi: "Doenças Transmitidas por Alimentos e Água (DTA)".

Com uma palestra descontraída e cheia de informações, os manipuladores foram verificando, passo a passo, os vários fatores que podem contribuir para disseminar esse tipo de doenças e os métodos eficazes para combatê-las. Eles receberam um manual sobre o tema e assistiram alguns vídeos relacionados ao assunto.

Segundo nossa nutricionista, procedimentos incorretos de manipulação podem causar doenças em que os alimentos ou a água contaminada atuam como veículo para transmissão de organismos prejudiciais à saúde.

As DTA's podem ser causadas por toxinas, bactérias, vírus e parasitas e a sobrevivência e multiplicação desses males dependem de seus mecanismos de defesa e das condições do meio, expressas, principalmente, pelos níveis de oxigenação, pH e temperatura.

Para garantir a tranquilidade dos associados do Clube Paineiras do Morumby, o Departamento de Alimentos e Bebidas trabalha constantemente para que nossos concessionários sejam altamente gabaritados, oferecendo, por meio de palestras e debates, o melhor padrão de qualidade em prestação de serviços. Além desses treinamentos, Sílvia realiza visitas semanais aos estabelecimentos, verificando as necessidades primárias e vivenciando o dia a dia dos concessionários. ✨



Concurso
de
Culinária
especial Mês das Mães

***Atenção cozinheiros de plantão,
preparem as panelas e a criatividade
e traga sua mãe para um dia bem especial***

Inscrições prorrogadas

O Departamento de Alimentos e Bebidas do Clube Paineiras do Morumby organizou, através de sua nutricionista, Sílvia Vargas, o 1º Concurso de Culinária dedicado ao Dia das Mães. Os vencedores poderão presentear suas mães com um almoço especial para até quatro pessoas no restaurante Rofer, um serviço de beleza completo no Luna Cabeleireiros ou um dia relaxante no Freshy Spa.

Para participar, os interessados deverão se inscrever até 30 de Maio, através do e-mail:

concursoaeb@clubepaineiras.com.br, anexando o nome completo, número do título, telefone para contato e uma receita para participar de apenas uma entre as seguintes categorias: "Prato Principal", "Sobremesa" e "Entradas, sopas ou saladas". Ao concorrer pela categoria "Prato Principal", o autor da receita escolhida será contemplado com um almoço para 4 pessoas e com direito à bebidas (água, cerveja, sucos e refrigerantes) no Rofer em uma data a ser definida. Já ao optar por se inscrever para participar da categoria "Sobremesas", o criador do prato escolhido será contemplado com serviços do Luna Cabeleireiros e como prêmio para "Entradas, sopas ou saladas", será oferecido um dia relaxante no Freshy Spa.

Os participantes podem concorrer em qualquer uma dessas categorias, desde que seja apenas em uma. A própria Sílvia Vargas fará a seleção das receitas, seguindo os critérios de apresentação, originalidade, criatividade e sabor.

Além do prêmio, os vencedores serão convidados para orientar e preparar suas receitas junto com o Chef do Rofer Gastronomia e Eventos. A receita escolhida de cada categoria será preparada em grande escala e será servida no Restaurante Social.



Clicks



Nosso cinema conta com equipamentos digitais que produzem sonorização *Sorround* e imagem em *HD*, nova tela plana, totalmente permeável à passagem do som, causando a impressão de que a voz dos atores sai diretamente da tela.

No dia 15 de Abril, o Cine Paineiras foi reinaugurado com a exibição do filme "O Discurso do Rei" em duas sessões exclusivas para Diretores e membros do Conselho Deliberativo. No dia 16, tivemos duas sessões abertas para associados.

Confira os melhores momentos. ✪



Clube Paineiras do Morumbi

Temos o ambiente certo para fazer de seu evento um grande sucesso!



Piano Bar



Boate



Salão Nobre Clayton Branco



Cineteatro



Saguão Social



Restaurante das Cúpulas

Setor de Locações de Espaços

Agende uma visita para conhecer nossos espaços e condições de pagamento.

Horário de Funcionamento:

Segunda a Sexta: das 8h às 18h

Telefones: 3779-1709 / 3779-2075

E-mails:

locacoes1@clubepaineiras.com.br

locacoes2@clubepaineiras.com.br

Confira a nossa tabela de preços especiais

www.clubepaineiras.com.br



The background features a complex geometric pattern of overlapping teal and white shapes. A central white area contains the text. The teal shapes form a starburst-like pattern around the center, with some shapes extending towards the corners. The white shapes are irregular polygons that fill the remaining space.

Sociocultural



Curso: O Cinema e sua História

Este curso foi organizado e teve seu programa desenvolvido para permitir que o participante aprofunde seus conhecimentos sobre a sétima arte. Para ministrá-lo, os professores contarão com a utilização de material audiovisual, exposição oral e projeção de filmes para falar da história do cinema, de suas correntes artísticas, dos gêneros cinematográficos, de sua indústria e da influência do cinema na sociedade.

O curso será dirigido por Edu Oliva e Luccia Lima e será dividido em Módulos cronológicos. Venha participar.

Para mais informações: Centro Cultural Paineiras – 3779-2053 a partir de Maio.★

Conheça o programa dos três módulos iniciais:

O Cinema e sua História

MÓDULO 1:

As origens do Cinema

- Experimentos anteriores à Fotografia;
- A importância da Fotografia para o Cinema;
- Cinematografia: Invenção e Inventores;
- Projeção de Filme – Documentário e Debate sobre o tema.

MÓDULO 2:

O Cinema Mudo – Parte 1

- Características do Cinema Mudo;
- Gêneros do Cinema Mudo;
- O Cinema Mudo Norte-americano;
- Projeção de Filme – Documentário e Debate sobre o tema.

MÓDULO 3:

O Cinema Mudo – Parte 2

- O Cinema mudo Alemão e Austríaco;
- Projeção de Filme – Documentário e Debate sobre o tema;
- O Cinema mudo Espanhol e Francês;
- Projeção de Filme – Documentário e Debate sobre o tema.



EXPOSIÇÃO “JARDIM INTERATIVO”

O dia das mães é a ocasião perfeita para declararmos todo nosso amor por aquela que nos deu a vida; para falar abertamente sobre tudo o que ela representa. Qual a mãe que não se sentiria especial diante de palavras como “mamãe, gostaria de dizer, do fundo do meu coração, que eu te amo e quero que você saiba, nesse dia tão especial, que você significa muito para mim.”

Foi pensando em criar a oportunidade para que os filhos pudessem homenagear suas mães que a Biblioteca montará, durante o mês de maio, um mural onde seus associados poderão expressar todo seu amor e criatividade, para dizerem: “Mãe, eu te amo”. ★



BALADA PAINEIRAS

O Salão Nobre receberá,

no dia 28 de Maio, a partir das 18h,

a Balada com o tema "Robotronic",

com o melhor som das pistas.

Esse evento é destinado a

adolescentes.

No local, serão comercializados

salgadinhos industrializados,

água, refrigerantes e bebidas

Valores:

Sócio: R\$ 20,00

Convidado: R\$ 40,00

Camarote: R\$ 60,00

Mais informações na CAT
Ingressos no Stand de Vendas

DIA MUNDIAL DO TAI CHI CHUAN

07/05/2011

Há onze anos, um sonhador e idealizador chamado Bill Douglas dava início, por meio de seu site, a um importante trabalho em benefício da saúde e do bem-estar da humanidade, ao implementar o Dia Mundial do Tai Chi Chuan e Chi Kung.

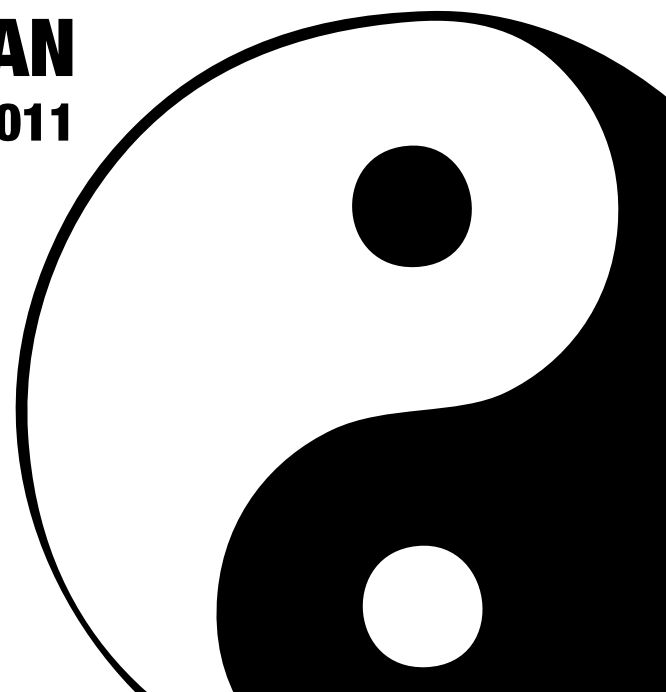
A data comemorativa foi criada com o objetivo de divulgar e tornar mais acessíveis as técnicas centenárias chinesas que buscam o aperfeiçoamento das práticas e habilidades que promovem a Longevidade, Serenidade e Equilíbrio. ✪

Aula Aberta

Local: Centro Cultural Paineiras

Horário: 08h30 às 11h30

Participe deste evento em que você poderá conhecer e participar de uma aula aberta de Chi Kung Terapêutico e Tai Chi



Festa Disco

Flash Back



Banda EU

A banda traz em repertório sucessos consagrados, como Lança perfume e Chega mais - de Rita Lee; canções do grupo Frenéticas, de Sidney Magal, Gretchen e Tim Maia; interpreta também músicas mundialmente conhecidas, como Get a None, Celebration, You Get Me Hot, Bad Girl, Good Times, Dancing Queen, It's Raining Men e Macho Man, além de canções de muitos outros artistas de expressão nacional e internacional que marcaram época.

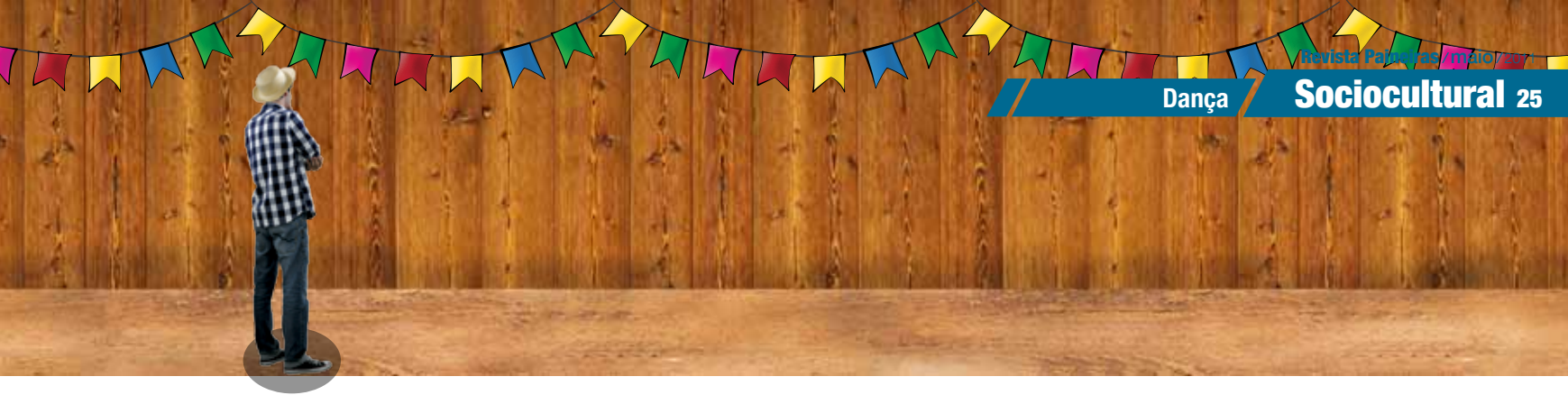


Banda Rock Memory

A festa contará ainda com a participação da Banda Rock Memory. Com mais de 20 anos de estrada, a banda traz para o palco em seu repertório: Rock Around the Clock, Johnny B. Good, Twist and Shout, Suzie Q, Foxy Lade, Purple Haze, Never Before, Boys Don't Cry e muitas outras.

27 de MAIO (sexta-feira) - 22h
pista do restaurante das cúpulas

sócios : R\$ 40,00
convidados R\$ 60,00
os valores não incluem alimentos e bebidas



XII ENCONTRO DE SAPATEADO DO PAINEIRAS

Em comemoração ao dia Internacional do Sapateado.

O Clube Paineiras, mantendo sua tradição de oferecer os melhores eventos culturais e apresentações artísticas a seus associados, tem o prazer de anunciar que sediará o encontro de sapateado, que será realizado no dia 21 de maio.

O encontro contará com apresentações dos artistas participantes em duas sessões, às 15h e 17h e, para coroar essa ocasião especial, o palco do evento será o Cineteatro, que passou recentemente por uma grande reforma.

Além de ser uma apresentação imperdível, o evento tem o objetivo de atrair a atenção dos jovens para criar novos grupos e promover essa manifestação artística entre os demais clubes, criando condições para que se possa fazer intercâmbios para trocas de experiências.

Dessa maneira, estaremos contribuindo para que essa forma de expressão artística venha a ganhar novos adeptos e possa nos oferecer apresentações de altíssimo nível técnico.

Esta primeira apresentação terá entrada franca, mediante apresentação de convites que deverão ser retirados previamente no Stand de Vendas na CAT. ✨





Cinco anos de História da Arte no Paineiras



Há 5 anos, Edu Oliva e Luccia Lima ministram, de forma dinâmica, o Curso de História da Arte no Clube Paineiras do Morumby com o objetivo de revisar e estudar momentos históricos e movimentos artísticos e culturais importantes. De cada um desses períodos são analisadas as principais manifestações políticas, religiosas, tecnológicas e culturais que contribuíram para influenciar e transformar a sociedade.

As aulas são ministradas contando com o auxílio de modernos recursos audiovisuais, incluindo projeção de filmes e documentários referentes aos temas apresentados. Além das discussões em sala de aula, os professores organizam visitas a Museus, Bienais e Galerias, sempre buscando recursos diferenciados que possam contribuir para enriquecer o conhecimento sobre os temas debatidos em sala de aula.

Os professores dispõem de um programa abrangente e bem elaborado que capacita os alunos a fazerem uma leitura crítica sobre obras de arte e exposições: "Parte das alunas frequenta o curso desde o seu início, em 2006, e elas acumularam uma 'bagagem' de conhecimento muito grande, facilitando a compreensão dos estudos sobre Arte Moderna e Contemporânea", entusiasma-se Luccia.

O Curso propõe um diálogo intenso entre os participantes com abordagens disciplinares relacionadas às artes e aos estudos de imagens, focando principalmente a

pintura, escultura, fotografia, performance, vídeo e instalação. As imagens e obras de arte criadas ao longo da história trazem em si um universo expressivo próprio que não pode ser apreciado e compreendido em sua profundidade apenas por meio da linguagem teórico discursiva.

Nas aulas, todos os participantes fazem questão de trazer e expor suas opiniões sobre os assuntos. Todos mostram um grande interesse em compreender melhor os temas abordados e absorvem o máximo de todas as aulas: "Sempre gostei muito de estudar e este curso permite que eu aumente ainda mais meus conhecimentos sobre arte. Os professores são excelentes e as aulas maravilhosas. Gostaria muito de ver novos grupos sendo formados", comenta a aluna Soeli Chalita.

"Estamos juntas há 5 anos e aprendemos muito sobre os mais diferentes segmentos da Arte. Desenvolvi um olhar um pouco mais clínico e agora, quando vejo um quadro ou alguma outra forma de expressão artística, já consigo compreender o que os artistas realmente pretendiam manifestar", completa Alessandra.

As aulas acontecem no Centro Cultural Paineiras, todas as terças-feiras, das 16 às 19h.

Venha estudar conosco e descobrir este incrível mundo! ✨



Soeli Chalita



Alessandra Corchaki



APRESENTAÇÃO DAS ALUNAS DE DANÇA EM HOMENAGEM AO DIA DAS MÃES

Em homenagem ao dia das mães, as alunas apresentarão, nos dias 04, 05 e 07 de maio, nos horários de aula, uma demonstração do aprendizado do curso de Ballet Clássico, iniciação à dança e jazz infantojuvenil.

Nesses dias, as aulas poderão ser filmadas e fotografadas. ✪



ALTERAÇÃO DE LOCAIS DE CURSOS



Devido ao evento do 42º Arraiá dos Paineiras, as aulas dos dias 3 e 4 de Junho dos cursos a seguir relacionados serão oferecidos nos seguintes locais:

Sexta-feira 03/06

Atualização Cultural – permanecerá no Carteadado.
Consciência Corporal – Prof. Eugênia – sala de Yoga.

Sábado 04/06

Tai Chi Chuan – Antiga sala de Tai Chi Chuan, localizada no prédio da Wizard Jazz Infantojuvenil – Palco do Cinema.

Dança de Salão – participarão do evento do 42º Arraiá do Paineiras.

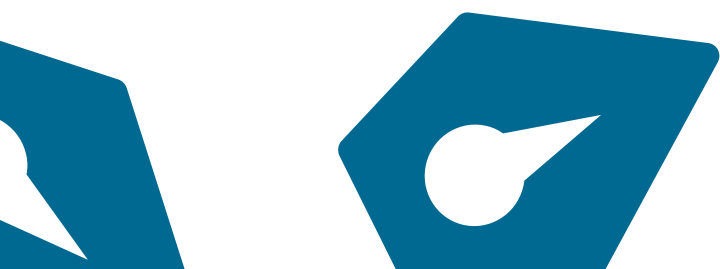
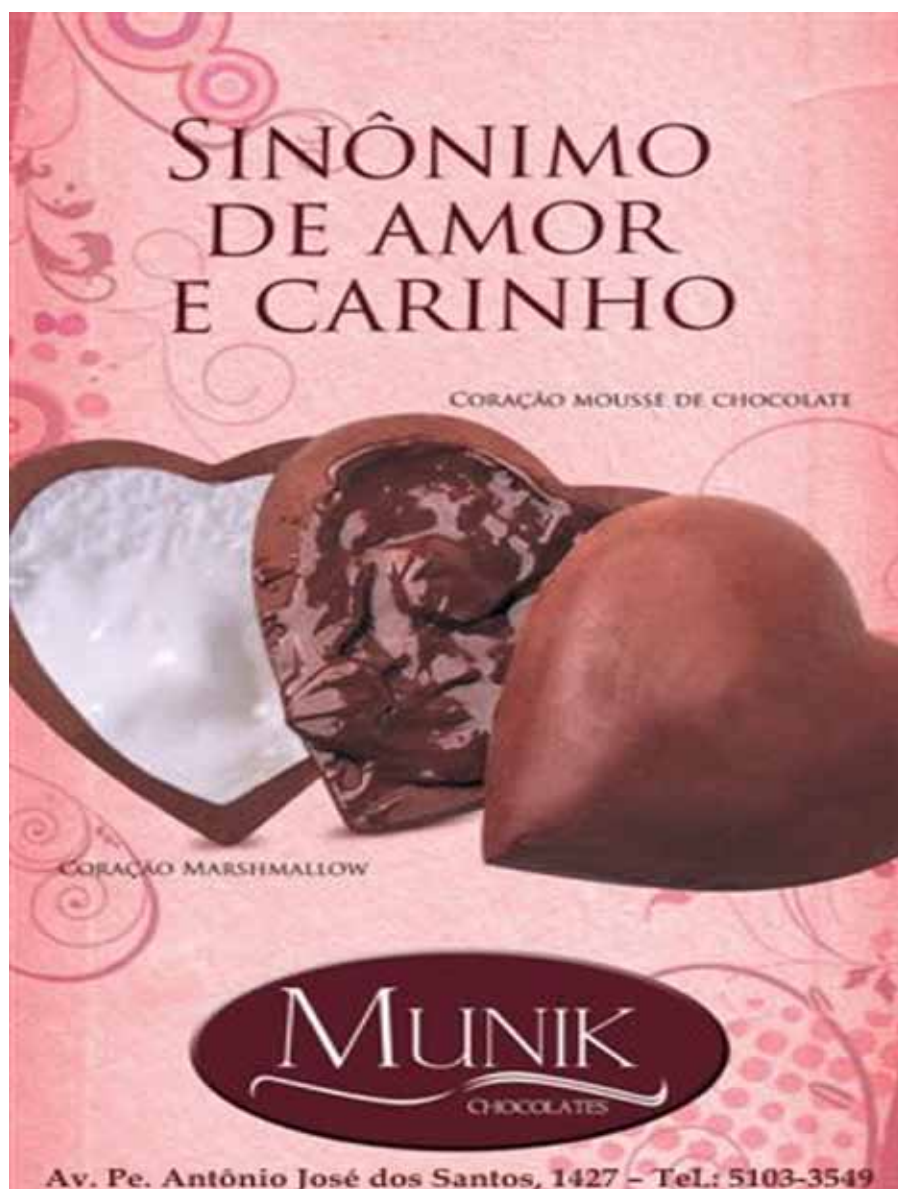
PESQUISA DE SATISFAÇÃO CURSOS CULTURAIS 1º SEMESTRE 2011

No período de 02 a 28 de Maio, será realizada uma pesquisa referente ao 1º Semestre de 2011, com o objetivo de avaliar o índice de satisfação dos frequentadores para que possamos continuar promovendo melhorias contínuas no atendimento aos alunos dos cursos do Setor Cultural.

Para isso é imprescindível a colaboração de todos.

O material referente à pesquisa será distribuído para que o preenchimento seja feito no horário de aula e deverá ser depositado nas urnas que estarão nas salas de cursos.

Os participantes das turmas de ballet clássico responderão à pesquisa nos dias 05 e 06 de maio, durante aula aberta do Dia das Mães. ✪





Exposição Silvana Ten



Silvana Ten vem de uma família na qual a arte sempre esteve presente em suas mais diversas manifestações: música, dança, pintura e escultura. Em sua trajetória de vida, conviveu com, aprendeu sobre e deixou que a arte passasse a fazer parte de sua identidade. Sempre muito curiosa, tinha pressa em aprender; comprava livros e os mais variados tipos de materiais que lhe pudesse trazer algum conhecimento sobre arte, sendo, inicialmente, apenas uma autodidata.

Posteriormente, frequentou a Escola Panamericana de Arte e a Fundação Armando Álvares Penteado (FAAP) onde cursou Artes Plásticas. Nesse período, trabalhou como desenhista em um escri-

tório de projetos. A sua realização enquanto artista, no entanto, só culminaria com a pintura, forma de expressão artística por meio da qual seu talento se manifesta em todo o seu potencial, notadamente em seus trabalhos em aquarela e Sumiê.

A arte é sua paixão, paixão que consegue expressar com muita sensibilidade em suas telas em acrílico. Como ela própria diz: "Minhas pinturas são Yin-Yang. Contêm meu lado forte de descendência espanhola e meu lado suave, oriental". ✨

Serviços:

Período de 24 a 29 de Maio;
Das 9h às 22h;
No Saguão Social.



Palestras sobre qualidade de vida com o Dr. Marco Antônio de Tommaso

Programe-se:

19/05 (quinta-feira)
20h30

Tema: Quando as emoções viram comida: a psicologia no emagrecimento.

16/06 (quinta-feira)

Tema: Estresse e Qualidade de Vida.

Local: Sala 7 - Centro Cultural Paineiras

O Setor Cultural programou um circuito de palestras que serão ministradas pelo Dr. Marco Antônio de Tommaso, Psicólogo e psicoterapeuta formado pela Universidade de São Paulo, que acontecerão mensalmente, sempre às quintas-feiras.

Tommaso atuou no Instituto de Psiquia-

tria do HCUSP na área de pesquisa e de atendimento, e é credenciado pela Associação Brasileira para Estudo da Obesidade; atualmente, é Consultor da Unilever – Dove na campanha pela real beleza e atua como Psicólogo da agência L'equipe de Modelos. ✨

“Quando as Emoções Viram Comida”

A Psicologia no emagrecimento.

A obesidade e o sobrepeso atingem níveis alarmantes em todo o mundo. No Brasil, mais de 40% das pessoas estão acima do peso ideal.

Para a obesidade não há cura, só tratamento. Esse tratamento se apóia em três pilares: parte médica e nutricional, atividade física e acompanhamento psicológico.

O componente psicológico é o mais negligenciado, talvez por ser a parte menos compreendida e a menos tangível.

Você come por ansiedade, quando está triste, deprimida ou estressada? Sabe o que fazer, mas não consegue fazer o que sabe que deveria? Tem um longo histórico de dietas? Emagrece e engorda? Come compulsivamente? Confunde outras emoções com fome?

Então assista a essa palestra! Ela é programada para pessoas como você!



Sexta Dançante

As sextas-feiras do mês de Maio estarão recheadas de boa música, requinte e animação. Prepare-se para dançar com os mais diversos estilos musicais em shows ao vivo e com DJ animando os intervalos. Reservas pelo telefone: 3779-2052.

06/05

BANDA FEELING'S

O melhor da dança de salão em uma apresentação imperdível. O repertório compreende diversos gêneros e inclui desde bolero, cha-cha-cha, baião, forró, sertanejo, pop, brega, samba e pagode até músicas dos anos 60 e muito mais.



13/05

OLDIES MOBILE & DJ

Cinco músicos profissionais e amigos de longa data se reúnem para apresentar o que consideram o melhor da música pop nacional e internacional. A banda apresenta os sucessos do Mamas & Papas, Ray Charles, Trini Lopez, Peter, Paul & Mary, Johnny Rivers, Platters, Elvis e Simon & Garfunkel, além dos grandes momentos da música italiana e francesa, dos inesquecíveis clássicos da Jovem Guarda e dos Beatles.



20/05

BANDA SINTONIA COM VOCÊ & DJ

Formada em 2006 pelo renomado guitarrista paulistano Johnny Moraes, a Banda Sintonia com Você vem revolucionando, a cada ano, o mercado de shows musicais de São Paulo. Contando com um repertório vasto e atualizado, muita animação e interação com o público, o grupo vem construindo uma carreira de muito sucesso e protagonizando momentos marcantes.



27/05

FESTA DISCO



Horário: 21h30 às 2h

Local: Restaurante das Cúpulas

A&B: Buffet Rofer

Sábado Musical

O Piano Bar é o espaço preferido pelos associados que procuram uma boa opção de ambiente onde é possível curtir uma noite agradável, apreciando apresentações de grandes nomes da MPB acompanhadas por deliciosos petiscos e as mais variadas opções de drinks. Para sua comodidade, fazemos reservas até às 17h da sexta-feira que antecede o evento, que serão mantidas até às 21h de sábado. Entre em contato conosco pelo telefone 3779-2052. Traje casual.

07/05



CACO BARROS

Artista de voz afinada e visual descolado, Caco Barros é um paulistano que construiu uma sólida trajetória artística através de seu talento musical, do bom gosto de que se utiliza para selecionar e compor canções e do requinte e criatividade que esbanja em suas apresentações; Caco compõe em vários estilos e segmentos musicais e em seu repertório, reúne canções que passam pelo Jazz, Bossa Nova, Pop, Samba, Regional, além de agradáveis e românticas Baladas.

14/05



PROJETO NOSSOS TALENTOS

APRESENTA SILVIO PRADO E BANDA

Intérprete de vários estilos, traz para o palco uma atuação que privilegia canções da MPB e Pop-rock. Algumas incursões pelo Jazz também fazem parte de sua apresentação.

21/05



PROJETO NOSSOS TALENTOS

FABIO ARRUDA & BOSSA IN SIX

As melhores canções Pré Bossa Nova dos grandes compositores brasileiros: Lupecinio Rodrigues, Cartola, Noel Rosa, Lamartine Babo e Dorival Caymmi. Venha ouvir canções como As Rosas não Falam, Marina, Serra da Boa Esperança, Conversa de Botequim e Nervos de Aço, entre muitas outras.

28/05



PROJETO NOSSOS TALENTOS

APRESENTA SILOS E A BANDA CANTA BRASIL

Venha conferir toda a irreverência, o balanço e a alegria do grupo Canta Brasil, que tem em sua formação o nosso associado Silos e traz, no repertório, muito samba com toda a sua diversidade e também os Clássicos de Noel Rosa, Cartola, Nelson Cavaquinho e Zeca Pagodinho.

Horário: 20h à 1h
Show: das 21h30 às 23h30

Local: Piano Bar
A&B: Buffet Rofer



ARRAIÁ!



Dicas Culturais

Neste mês de Maio, o Departamento Sociocultural traz como indicações a seleção dos livros que foram adquiridos mais recentemente e já se encontram disponíveis em nossa Biblioteca e de algumas exposições que estão entre as mais recomendadas. ✨

Livros:



MODIGNANI, Sveva Casati. **Desesperadamente Giulia**. trad. Joana Angelica D'Ávila Melo. Rio de Janeiro: Record, 2007. 431 p.

Palavras-chave:

Literatura Italiana - Romance.

Sinopse:

Ela é uma escritora famosa; ele, um cirurgião respeitado. Dois passados muito diferentes, unidos por uma forte paixão. Mas quando uma terrível doença e uma acusação injusta ameaçam destruir a vida do

casal, eles terão que encontrar forças para seguir juntos. Um romance comovente e dramático, de autoria de um dos nomes mais populares da ficção italiana.



LAMB, Cathy. **Terapia do chocolate**. trad. Débora da Silva Guimarães Isidoro. São Paulo: Arx, 2008. 351 p.

Palavras-chave:

Literatura Estadunidense - Romance.

Sinopse:

Nesse romance, a protagonista Julia Bennet dá uma lição de coragem, ousadia e amizade. Em um momento de lucidez, na véspera de seu casamento, Julia abandona o noivo violento – que constantemente a humilhava – e se refugia na pequena cidade onde mora

sua divertida e amorosa Tia Lydia. Lá, ela receberá a amizade e o apoio necessários para reconstruir sua vida, superar o pânico e conhecer o amor de verdade. Sua relação apaixonada com o chocolate será sua grande terapia, por meio da qual encontrará força e descobrirá seu grande talento.



VALVERDE, Ricardo. **2012: O menino que previu o apocalipse**. Osasco: Novo Século, 2010. 245 p.

Palavras-chave:

Literatura Brasileira - Romance.

Sinopse:

Ao longo dos tempos, inúmeros profetas, cientistas, filósofos e religiosos vêm tentando avisar às gerações futuras, por meio de códigos e mensagens ocultas, de que o fim desta era pode estar mais próximo do que se imagina. E todas as evi-

dências apontam para o dia 21 de dezembro de 2012 como a data do apocalipse. Por quê? O que acontecerá nesta data? Por que tantas pessoas acreditam que este dia não nascerá como os demais? Um menino pode ter as respostas para todas essas perguntas.



Exposições

Olhares sobre a China

A exposição "Trilogia Vermelha: China" está em cartaz na Pinacoteca do Estado com a mostra de 65 fotografias em preto e branco de Mauricio Nahas, Paulo Mancini e Ricardo Barcellos. Os retratos trazem cenas do cotidiano Chinês, com um olhar especial para temas como a cultura, a política e a religiosidade daquele povo. As imagens foram captadas pelos fotógrafos, durante o período de 40 dias, nas cidades de Pequim (Beijing) e Xangai, além de outras 18 pequenas cidades e províncias espalhadas pela China.

Trilogia vermelha: China

Até 3 de Julho

Terça a domingo, das 10h às 18h

Pinacoteca do Estado

Praça da Luz, 02. Centro - São Paulo/SP

Tel.: (11) 3324-1000

R\$ 6,00. Grátis aos sábados



6 Bilhões de Outros

Criada pelo fotógrafo, jornalista e ambientalista francês, Yann Arthus-Bertrand, autor do livro de fotos mundialmente famosas como "A Terra Vista do Céu", chega a fascinante exposição "6 bilhões de Outros". A mostra, que estreou em janeiro de 2009 no Grand Palais, em Paris, circulou por cidades europeias e asiáticas e tem exibições previstas, ainda para este ano, na Espanha, Rússia, Israel e territórios palestinos. A vídeo-exposição traz entrevistas feitas com pessoas comuns sobre assuntos cotidianos, realizadas por uma dezena de repórteres em mais de 4.500 horas de gravações feitas em 78 países, dirigidas pelos cineastas Sibylle dOrgeval e Baptiste Rouget-Luchaire.

6 Bilhões de Outros

Até 10 de Julho

Terça a Domingo, das 9h às 18h

Quintas, das 11h às 20h

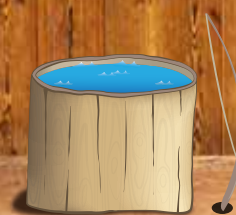
MASP – Museu de Arte de São Paulo Assis Chateaubriand

Avenida Paulista, 1578 – Cerqueira César

Tel.: (11) 3251-5644

R\$ 15,00. Grátis nas terças.





Vamos ao Teatro

O Departamento Sociocultural do Clube Paineiras do Morumbi leva você para assistir o premiado espetáculo “Mamma Mia!”, de Robert McQueen e direção local de Floriano Nogueira.

Mamma Mia! é uma grandiosa apresentação com músicas do quarteto sueco ABBA – um dos grupos musicais de maior sucesso de todos os tempos – e com letras e músicas de Benny Andersson e Björn Ulvaeus. A produção brasileira contará com figurinos e cenários originais, com letras em português e elenco totalmente nacional.

A magia e o encantamento das canções do ABBA inspiraram a escritora Catherine Johnson na criação desta história sobre amor e amizade, passada em uma pequena ilha grega. Às vésperas de seu casamento, uma filha em busca da identidade de seu pai, convida três homens que fazem parte do passado de sua mãe e que há 20 anos não a viam para lhe auxiliar em sua procura por respostas. Os hits do ABBA, incluindo “Dancing Queen”; “The Winner Takes It All”; “Money, Money, Money” e “Take A Chance on Me”, servem como plano de fundo e acompanha os novos amigos nessa deliciosa noite de pura diversão. ✨

Data: 26/05 (quinta-feira)

Local: Teatro Abril (Av Brigadeiro Luíz Antônio, 411)

Horário de saída: 20h - Portaria Social.

Duração: 180 minutos

Classificação Etária: 12 anos

Gênero: Musical

Direção: Direção geral de Robert McQueen e direção local de Floriano Nogueira

Elenco: Rachel Ripani, Thiago Machado, Kiara Sasso e outros.

Valor: R\$ 190,00

Valor Meia Entrada: R\$ 105,00

(Condução Inclusa)

Adquira seu(s) ingresso(s) até o dia 10 de Maio no Stand de Vendas
Mais informações na Central de Atendimento - CAT

MAMMA MIA!





O Despertar da Primavera

*Em Maio,
nova temporada*

Dias 05, 06, 12 e 13 às 21h e dias 07, 08, 14 e 15 às 19h, no Cineteatro.

A peça será encenada pelo grupo juvenil do teatro Arte In Cena do Paineiras, que neste mês de Maio completa 13 anos de existência. A peça ganhou os seguintes prêmios no Festival de teatro da ACESC de 2010:

1º Lugar – melhor Iluminação – José Carlos Castro da Fonseca.

2º Lugar – Melhor Diretor – Moisés Miastkowsky

2º Lugar – Melhor Espetáculo

3º Lugar – Melhor Sonoplastia – Massayuki Yamamoto

'O Despertar da Primavera' tem como fundo a Alemanha do final do século XIX onde se passa a história que envolve Melchior Gabor e Wendla. Ele, um jovem brilhante e rebelde que ousa questionar os dogmas então vigentes. Ela, integrante de uma família de classe média alta, educada por uma mãe com rígidos princípios morais e religiosos. O encontro dos dois irá provocar a explosão do desejo, da vontade de conhecer o amor em toda a sua intensidade. A história deles se cruza com a de vários outros jovens, como o oprimido e trágico Moritz ou a bela Ilse, que tem a coragem de usufruir de sua liberdade e se aventurar pelo mundo. Todos têm de enfrentar o peso da repressão e do conservadorismo, presentes em todos os segmentos da sociedade. Muitos dos conflitos que permeiam a adolescência estão presentes na narrativa manifestos em momentos decisivos da vida desses jovens.

A peça original denunciava os preconceitos e o conservadorismo das três principais instituições que regem a educação do homem: a família, a igreja e a escola. A atual montagem feita pelo Núcleo de Teatro Juvenil Arte In Cena do Clube Paineiras do Morumbi, passou por uma livre adaptação do texto original, que, embora trate de questões que ainda se mantêm recentes, foi escrito em 1890.

A direção do espetáculo teve a preocupação de deixar o texto mais apropriado para alunos adolescentes de um curso de teatro, mas teve também o cuidado de manter a temática central da peça, cuja ação gira em torno de reflexões sobre questões como o despertar da adolescência com as suas descobertas, receios e tabus.

Todos os jovens do grupo se apaixonaram pelo texto de Frank Wedekind, resultando em uma ativa participação. Alguns dos participantes são também alunos de colégios alemães de São Paulo e colaboraram na tradução. Os envolvidos promoveram seminários, palestras e discussões sobre o tema, resultando em uma melhor assimilação dos eventos a serem interpretados – em um amadurecimento humano e artístico para todos.

Essa peça já foi interpretada pelo grupo de teatro de jovens do clube Paineiras em 1995 com direção de Ademir Martins e em outros momentos mais atuais; é também estudada em várias escolas que trabalham com teatro em São Paulo.

A primeira montagem profissional de 'O Despertar da Primavera' se deu apenas em 1974, na Inglaterra, 83 anos após o texto ter sido escrito. A produção foi muito elogiada pela crítica; pode se dizer que Wendekind foi um inimigo da hipocrisia social e fazia uma feroz oposição à imposição dos dogmas naquela sociedade por parte de algumas instituições. Escreveu espetáculos como 'O Espírito da Terra', 'A Caixa de Pandora' e 'A Morte e o Demônio', que, juntos, compunham a trilogia 'Lulu'. ★



Vem aí o 42º Arraiá do Paineiras Rancho Caipira



O Cheiro de milho, churrasco e vinho quente estão no ar!

ARRAIÁ
do
paineiras
2011

Reconhecida pela sua tradição na cidade de São Paulo, a Festa Junina do Clube Paineiras do Morumby apresentará novidades neste ano: agora, os Paineirenses poderão curtir 3 dias de evento e, além das atrações tradicionais, uma programação especial com shows de artistas de grande expressão no cenário nacional.

Os cantores Daniel, Edson (da dupla Edson e Hudson), Renato Teixeira e a dupla Sá e Guarabyra serão as principais atrações do nosso Arraiá. Além deles, outros grupos serão responsáveis por não deixar ninguém parado.

Para completar a alegria da galera não faltarão jogos e brincadeiras divertidas para temperar o ambiente, com destaque para tiro ao alvo e jogos de argola. Serão dezenas de barracas oferecendo variadas formas de diversão e tipos de alimentos. Um dos pontos altos da Festa Junina do Paineiras são as comidas e bebidas típicas. Venha aproveitar e saborear as diversas iguarias oferecidas pelas barracas de comidas portuguesa, japonesa e árabe e, é claro, daquelas que tradicionalmente fazem parte da festa, como as de churrasquinho, quentão, vinho quente e deliciosos doces. ★

03/06, sexta-feira, das 18h à 1h

04/06, sábado, das 13h às 2h

05/06, domingo, das 13h às 22h

Sócios e crianças: até 05 anos não pagam

Valores dos ingressos para convidados:

Sexta - R\$ 60,00

Sábado - R\$ 60,00

Domingo - R\$ 50,00.

- **Pacote 1: para os 3 dias** - R\$ 140,00
- **Pacote 2: sexta e sábado** - R\$ 110,00
- **Pacote 3: sexta e domingo** - R\$ 100,00
- **Pacote 4: sábado e domingo** - R\$ 100,00



03/06 - sexta-feira

Daniel

Daniel canta, dança, toca e interpreta. Seu inegável talento é reconhecido nacionalmente, foi premiado 4 vezes como melhor cantor do Brasil pela Rede Globo, no programa do Faustão, além de ter recebido o prêmio SBT Internet em 2004, 2007 e 2008, como melhor cantor e outras diversas indicações. Uma das mais importantes premiações da história artística de Daniel foi a recente conquista do Grammy Latino, que lhe foi conferido em 2009 pelo álbum "As músicas do filme O Menino da Porteira". Venha conferir seu novo sucesso: "Tá no coração".





04/06 - sábado

Edson

Edson, ex-parceiro de Hudson, agora em carreira solo, garante a alegria do público com os sucessos de seu primeiro álbum, Edson e Você, além dos antigos sucessos da época em que se apresentava ao lado de seu irmão.

05/06 - domingo

Renato Teixeira

Cantor e compositor, Renato é autor de conhecidas canções nacionais como Romaria – grande sucesso na gravação de Elis Regina – Tocando em frente, criada em parceria com Almir Sater e gravada por Maria Bethânia, além de ser o autor do tema de abertura do seriado Carga Pesada, veiculado pela Rede Globo.

Sá e Guarabyra

A dupla Sá e Guarabyra é formada pelos compositores e cantores, Luís Carlos Pereira de Sá e Guttemberg Nery Guarabyra e agitam os palcos do nosso país desde 1973. O dueto é um dos responsáveis pelo nascimento do Rock Rural, estilo musical que se refere aos temas do campo, em composições com arranjos que trazem o tema regional com uma batida mais próxima do pop rock.



Com o Cartão de Crédito Bradesco, você tem vantagens de sobra. Na hora de trocar seus pontos por viagens, por exemplo, sobra tempo.

Com o Cartão de Crédito Bradesco, você tem mais que recompensa, tem Pre-compensa®: descontos e benefícios exclusivos que você aproveita assim que usa o cartão. Quem participa do Programa de Fidelidade Cartões Bradesco aproveita isso do jeito mais fácil, pois ele é o único com resgate de passagens aéreas on-line, na hora e sem burocracia, basta realizar a troca no site. E, se não tiver todos os pontos, pode completar a diferença com seu Cartão Bradesco. Cartões Bradesco. Vantagens e benefícios lado a lado.

Adquira já o seu. Fale com o seu Gerente.
Ou, se ainda não for correntista, ligue 0800 728-1003.



Pre-compensa®
bradescocartoes.com.br



SAC Bradesco Cartões – Cancelamentos, Reclamações e Informações: 0800 727-9988; Deficiente Auditivo ou de Fala: 0800 722-0099. Atendimento 24 horas, 7 dias por semana. Ouvidoria: 0800 727-9933. Atendimento de segunda a sexta-feira, das 8h às 18h, exceto feriados.

Imagens ilustrativas. Consulte sobre as condições de uso e cartões elegíveis do programa em bradescocartoes.com.br/fidelidade.



Bradesco

| 04, 05 e 07 | Aula Aberta de Dança em Homenagem ao Dia das Mães

| 06
| sexta-feira | 21h30 | Sexta Dançante – Banda Feeling´s

| 07
| sábado | 20h | Sábado Musical – Caco Barros

| 13
| sexta-feira | 21h30 | Sexta Dançante – Oldie Móbile e DJ

| 14
| sábado | 20h | Projeto Nossos Talentos – Sílvio Prado e Banda

| 19
| quinta-feira | 20h30 | Palestra sobre Qualidade de Vida

| 20
| sexta-feira | 21h30 | Sexta Dançante - Banda Sintonia com Você e DJ

| 21
| sábado | 16 e 18h
| 20h | XII Encontro de Sapateado
| Projeto Nossos Talentos – Fábio Arruda e Bossa Six

| 24 a 29 | 9h às 22h | Exposição Silvana Ten – Saguão Social

| 26
| quinta-feira | 20h (Saída) | Vamos ao Teatro – Mamma Mia!

| 27
| sexta-feira | 22h | Festa Disco no Salão Nobre

| 28
| sábado | 11h
| 20h | Teatro Infantil – Pés Descalços
| Projeto Nossos Talentos – Silos e a Banda Canta Brasil



Kids

Teatrinho

Dia 28 de Maio, às 11h, no Cineteatro.

Teatro Infantil Pés Descalços

Morpheus Teatro apresenta

"Pés descalços" é uma produção de teatro de animação voltado para o público infantil que aborda, de forma simples, temas como a beleza do encontro e a aceitação do outro; trata também, com a mesma coerência, de questões como o despojamento de ideias preconcebidas, da força da imaginação e do ato criativo.

A narrativa gira em torno do encontro de um menino e uma menina e do mundo mágico que eles são capazes de construir dentro de um simples tanque de areia...

A temática da diferença entre as pessoas é abordada de forma sutil, a partir da representação dos nossos medos e receios, da timidez e da sensação de inadequação

– impressões com as quais todos nós, seres humanos, em alguma medida, convivemos desde a mais tenra idade. ✨

OBS: Diante da frequência de público, que tem comparecido em número maior do que o nosso teatro pode comportar e da impossibilidade de oferecermos uma sessão extra sempre que ocasiões como essa assim o exigir, solicitamos a compreensão e colaboração de todos, no sentido de que, em face da situação acima referida, apenas um acompanhante adulto ingresse no Cineteatro com a(s) criança(s).

Os convites deverão ser retirados gratuitamente no dia da apresentação, a partir das 9h no Stand de Vendas.



UM LUGAR PARA APRENDER BRINCANDO

Brincar é uma necessidade do ser humano e é através de atividades lúdicas e criativas que a criança tem acesso ao passado e ao futuro, revitalizando a cultura e inventando o mundo que almeja para si.

BRINQUEDOTECA

A Brinquedoteca é um lugar onde tudo convida a explorar, a sentir e experimentar, estimulando a imaginação e a criatividade. É um espaço que proporciona, por meio da atividade lúdica, a construção do conhecimento socialmente produzido e historicamente acumulado, sendo um instrumento de compreensão da realidade como um todo.

Devido à restrição do espaço físico, é sugerida a entrada de apenas 1 acompanhante por criança de 3 meses a 3 anos, enquanto os demais devem aguardar nas proximidades da Brinquedoteca, para que as crianças possam usufruir do espaço com maior conforto.

A Brinquedoteca do Paineiras é destinada às crianças de até 10 anos e dispõe, em seu acervo jogos, instrumentos musicais, brinquedos, fantoches e fantasias para atividades lúdicas de dramatização e teatro.

O espaço é dividido em ambientes e os brinquedos são armazenados em prateleiras de diferentes cores, de acordo com a faixa etária.

- Cantinho do bebê – destinado às crianças de até 18 meses, e disponibiliza brinquedos que estimulam a coordenação motora, a percepção, a audição e visão.

- Cantinho do faz de conta - espaço com móveis infantis, como quartinho do bebê com berço, caminha, roupas de bonecas, cozinha completa, carrinhos de supermercado, feira e cachorro quente, fantasias, camarim com espelho e teatrinho de fantoches, escolinha com lousa e cadeiras, minimercado para compras e a bancada de ferramentas.

- Canto das brincadeiras – um canto organizado com tapetes e prateleiras com diferentes brinquedos de construção, carrinhos, jogos de encaixe e brinquedos pedagógicos, todos à disposição das crianças.

- Canto dos jogos – disponibiliza jogos com diversos graus de dificuldade, destinados a todas as idades e recomendados para estimular o raciocínio.



SEARTI

O SEARTI é um espaço destinado às crianças de 3 a 10 anos, que oferece atividades recreativas monitoradas e trabalhos manuais, com o objetivo de desenvolver a coordenação motora, imaginação, criatividade, autonomia e conscientização dos recursos oferecidos.

Quando a criança participa das atividades desenvolvidas nesse espaço, ela está exercitando sua capacidade de concentração e criatividade, tomando parte de trabalhos como a construção e invenção de brinquedos de sucata, colagem, pintura e massinha.

Trata-se, enfim, de um espaço especialmente projetado para que a criança tenha contato prático com as mais diferentes formas de manifestações artísticas.

Cada criança pode executar, por dia, 1 atividade programada, sendo livre o uso de materiais e desenhos para colorir.

Pedimos apenas aos pais que orientem seus filhos para que eles brinquem com os brinquedos adequados a faixa etária deles.



Enquanto a criança brinca, a mente trabalha com as atividades lúdicas e pedagógicas. Confira como é importante brincar!

Faixa Etária	Brincadeiras	Habilidades Trabalhadas
até 3 anos	Manuseio de objetos coloridos, com diferentes sons, tamanhos e texturas	Os cinco sentidos e observação
	Andar de triciclo, brincar, correr	Lateralidade, locomoção
	Inventar histórias	Comunicação e criatividade
3 a 5 anos	Faz de conta, casinha e teatro	Social e emocional
	Blocos de montar, quebra-cabeça	Motora e lógica
	Atividade rítmica, de roda ou de mão	Social, emocional e lógica
	Andar de bicicleta	Espacial e locomoção
5 a 7 anos	Atividades em grupo, jogos	Social (lidar com regras)
	Esconde esconde	Emocional e espacial
	Mímica	Raciocínio e memória
7 a 10 anos	Quebra-cabeça mais elaborado	Raciocínio e memória
	Torneios e jogos de movimentação	Raciocínio e lateralidade
	Empinar pipa	Lateralidade, destreza

Para que as crianças possam ter o aproveitamento esperado, além do espaço lúdico organizado, é necessário que haja uma equipe de profissionais capacitados, com boa formação prática e teórica para coordenar as atividades lúdicas, de jogos e as brincadeiras.

Respeitando esse princípio, contamos com monitoras profissionais (Daniele, Debora, Fernanda, Grace, Jackeline, Janaina, Juliana, Nubia, Rosana e Silvania), com formação nas áreas de pedagogia e psicologia e, entre as novas contratadas, uma estudante de enfermagem; todas possuem diversos cursos complementares para aprimoramento.

Somente compartilhando e construindo coletivamente, estaremos promovendo uma ação eficaz em direção à humanização da criança; aqui, isto é feito diariamente, com as crianças planejando seu espaço de brincar, promovendo oportunidades de construir relações – respeitando as diferenças na direção de uma efetiva integração. ✪



Jackeline, Silvania e Debora



Núbia



Daniele



Grace



Rosana



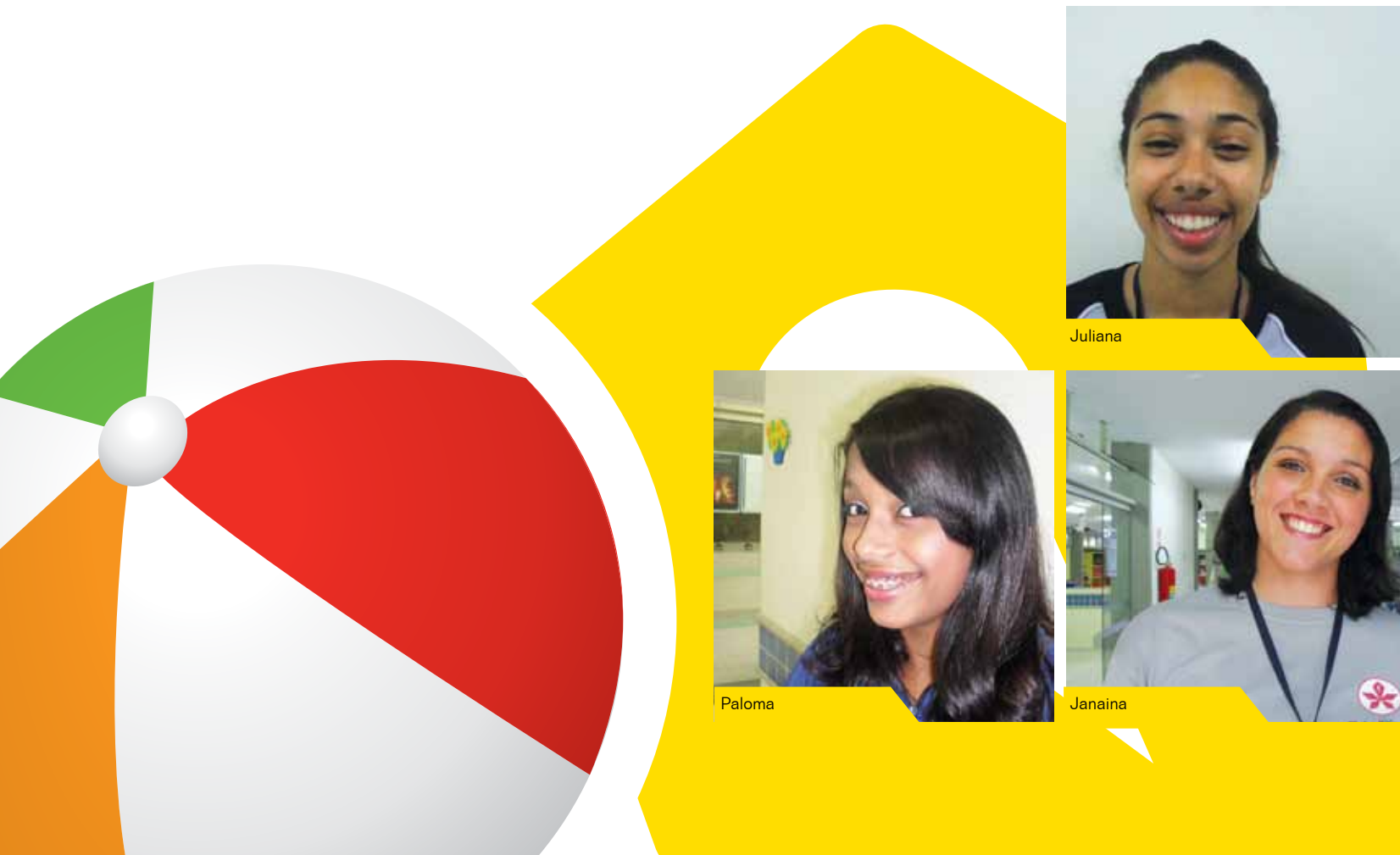
Juliana



Paloma



Janaina



REGRAS DA BRINQUEDOTECA



A brinquedoteca é destinada às crianças de até 10 anos.



Espaço reservado exclusivamente para brincar!



As crianças menores de 03 anos, obrigatoriamente, devem estar acompanhadas por um responsável.



As monitoras não são responsáveis por crianças deixadas sozinhas na brinquedoteca.



É proibida a troca de fraldas e fazer refeições na brinquedoteca.



Vamos compartilhar os brinquedos!



Não é permitido levar brinquedos e objetos emprestados da Brinquedoteca.



Podemos aos responsáveis:
- Não deixar brinquedos espalhados pelo chão.
- Após o uso, devolver os brinquedos no local do onde foi retirado.



Lembre-se: a Brinquedoteca é um ambiente educativo, colabore para o aprendizado.



Brinquedos espalhados podem causar queda das crianças e machucá-las.



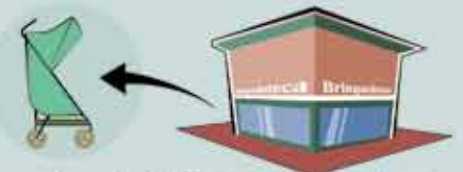
Podemos aos responsáveis pela(s) criança(s), que a(s) leve(m) ao banheiro antes de deixá-la(s) na brinquedoteca.



Somente é permitida a permanência de adultos na brinquedoteca que estejam acompanhando crianças.



Crianças, vamos manter nossos brinquedos organizados, para que não estraguem.



Os carrinhos de bebê deverão permanecer fora das dependências da Brinquedoteca, exceto quando em uso por criança dormindo.



Responsabilidades da Monitora:
- Seguir as normas e os procedimentos.
- Interagir com as crianças.
- Proporcionar um ambiente agradável e confortável.



As monitoras não podem guardar nenhum tipo de objetos.



Respeite as monitoras.



Não é permitido ao acompanhante deitar-se ou dormir no recinto.

- A brinquedoteca oferece brinquedos para crianças de até 10 anos.
- Para maior diversão e segurança das crianças, favor orientá-las a usarem os brinquedos mais adequados à sua faixa etária.

OFICINA DE ATIVIDADES



Maio

Horários de Funcionamento do SEARTI

Segunda a Sábado: 8h30 às 17h.

Domingos e Feriados: Fechado.

02 e 03 segunda/terça-feira	Confeção de vaso de flor – pote de danone, palito de sorvete, papel collar set e canetinha.
04 e 05 quarta/quinta-feira	Confeção de porta pano de prato – tecido, argola, manta acrílica, E.V.A e cola colorida.
06 sexta-feira	Sucata livre.
07 sábado	Oficina do dia das mães. - Uma linda toalhinha de bandeja.
09 e 10 segunda/terça-feira	Trabalho com garrafa pet - garrafa pet, tampinha, bolinha de isopor e canetinha.
11 e 12 quarta/quinta-feira	Atividades com rolo de papel - rolo de papel, papel espelho, cola, papel cartão e canetinha.
13 e 14 sexta-feira/sábado	Confeção de descanso de copo - E.V.A, canetinha, cola e cartolina.
16 e 17 segunda/terça-feira	Confeção de bilboquê de sapo – garrafa pet, papel cartão, tampinha, barbante, e canetinha.
18 e 19 quarta/quinta-feira	Confeção de imã de geladeira - imã, E.V.A, e cola colorida.
20 e 21 sexta-feira/sábado	Confeção de dedoche – papel cartão, cola, glitter, canetinha, e lantejola.
23 e 24 segunda/terça-feira	Confeção de porta treco – rolo de papel, papel espelho, cola, canetinha e papel cartão.
25 e 26 quarta/quinta-feira	Confeção de coruja – papel cartão, papel collar set, cola e prato descartável.
27 e 28 sexta-feira/sábado	Confeção de palhaço – tule, canudo, cetim, garrafa pet, canetinha e cola.
30 e 31 segunda/terça-feira	Confeção de leão - caixa de leite, papel espelho, papel collar set, cartolina e canetinha.

BRINQUEDOTECA

Horários de Funcionamento da Brinquedoteca

Segunda a Sábado: 9h às 18h.

Domingos e Feriados: 9h às 17h.

Hora de História: Dias 3, 10, 17, 24 e 31, sempre terças-feiras às 16h

Os contos e as fábulas exercem um grande fascínio sobre as crianças. Pensando nisso, elaboramos esse projeto com o propósito de inserir as crianças nesse mundo de imaginação e criatividade das histórias infantis. O evento será realizado na Brinquedoteca. Para que a atividade organizada pelas brinquedistas possa atingir seu objetivo de atrair a atenção das crianças, elas serão organizadas em um círculo para que todas possam participar e ser envolvidas pela fantasia das histórias que serão narradas.

Circuito de Brincadeiras

O Circuito de Brincadeiras tem como objetivo proporcionar para as crianças momentos de convivência saudável, amigável, criativa e construtiva. Com horário programado para às 10h e às 15h.

“O jogo dá à criança a oportunidade de se livrar progressivamente do egocentrismo, para adotar o ponto de vista do outro e poder prever suas reações...” (Profª. Ana Lúcia F. Tessari Silva)

01 domingo	Descobrimo as cores - Cada criança receberá uma cor e deverá tocar um objeto quando sua cor for anunciada. Família - A criança deverá inventar alguns passos de dança engraçados enquanto as outras ficarão imitando os comandos. Caixinha de surpresas - Em forma de círculo as crianças receberão de dentro de uma caixa, tarefas engraçadas.
14 sábado	O melhor observador - As crianças deverão observar qual objeto foi retirado do ambiente. Tira e Põe no cesto - O objetivo é fazer com que a criança acerte a bola no cesto. Frio ou quente - A criança deverá encontrar o objeto escondido através do comando “frio ou quente”.
29 domingo	Bola no gol - A criança será o gol e a mesma deverá impedir que as outras façam os gols. O Pequeno trem - Em fila, as crianças simularão um pequeno trem aos comandos do maquinista O coro mundo - Ao sinal do animador todas as crianças deverão desatar um alto choro e parar no tempo certo.

The background features a central white area with several sharp, angular green shapes radiating outwards. These shapes are composed of various polygons, some of which are nested or overlapping, creating a dynamic, starburst-like effect. The word "Esportes" is centered within the white area.

Esportes

Atletas Paineirenses defendem o Brasil no Sul-americano de Esportes Aquáticos



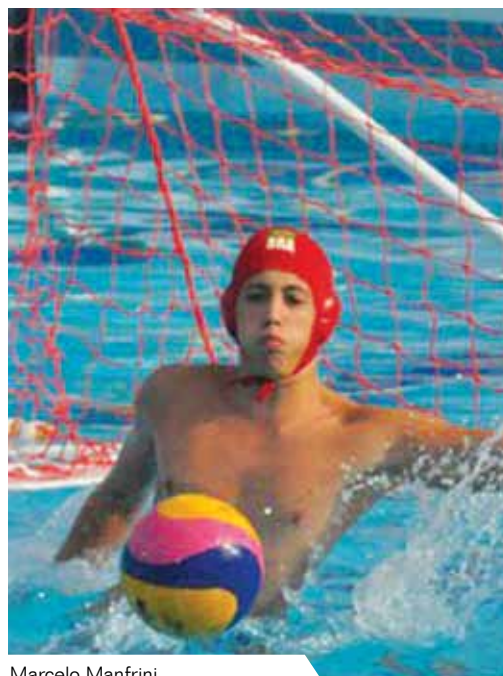
Técnica Shirlei Montanari, Beatriz Mota, Fernanda Marques, Adriana Bitiati, Sabine Lowe, Rebeca Nogueira e Luiza Gomes.



Com direito a grandes conquistas e brilhantes apresentações, nossos atletas representaram muito bem o Brasil e ajudaram a trazer para casa 74 medalhas, sendo 35 de ouro, 21 de prata e 18 de bronze.



Técnico: Wlad Veiga, Nicole Madeira, Bruna Primati e Bianca Avella



Marcelo Manfrini



Maurício Lima

O Clube Paineiras do Morumbi, reconhecido no meio esportivo como um verdadeiro “celeiro de atletas”, cedeu – para as Seleções Brasileiras das modalidades de Nado Sincronizado, Natação e Pólo Aquático – nada menos do que onze atletas e dois treinadores para defender as cores do nosso país no Sul-americano de Esportes Aquáticos, disputado em Lima, no Peru, no último mês de Março.

Competindo pelo Nado Sincronizado, fizeram parte da Seleção as Paineirenses Luiza Gomes, Rebeca Nogueira e Sabrine Lowe (categoria Juvenil); Adriana Bitiati, Beatriz Mota e Fernanda Marques (categoria Júnior) e a auxiliar técnica Shirlei Montanari, ajudando o restante da equipe brasileira a conquistar o impressionante saldo final de seis medalhas de ouro e uma de prata em sete provas disputadas.

A Natação também foi muito bem representada. Com apresentações técnica-

mente impecáveis, nossas atletas, Bianca Avella, Bruna Primati e Nicole Ladeira, juntamente com o restante dos membros da equipe, conquistaram importantes resultados. Nicole, embora ainda não estivesse totalmente recuperada de uma lesão, participou das finais nos 200 Medley e obteve um honroso 7º lugar. Bruna, por sua vez, foi um dos destaques da Seleção Brasileira em Lima, conquistando 3 medalhas de Ouro – nos 400 Livre, 800 Livre e 400 Medley – e uma de Prata nos 200 Costas. Bianca também fez um trabalho perfeito, conquistando uma importante marca em sua carreira como atleta ao consagrar-se campeã nos 200 Livre e nos 4x100 Livre, vindo, inclusive, a superar o atual recorde sul-americano.

Ainda nessa delegação, nosso técnico, Wlad Veiga, representou muito bem o Clube, colaborando com o bom trabalho desenvolvido pela equipe técnica da Seleção

que resultou no bom desempenho conseguido pelos atletas.

No Pólo Aquático, o Brasil conquistou mais uma vez o título do Sul-americano, batendo, na final, a equipe da Venezuela por 16 a 3 (BRA 5x1 VEN / 5x2 / 1x0 / 5x0). O Paineiras foi representado pelos atletas Marcelo Manfrini e Maurício Lima.

O Brasil foi campeão geral do torneio com 750,50 pontos, seguido por Venezuela, 404,50, Argentina, 397,50, Peru, 376,50, e Colômbia, 222,50. Na divisão por categoria, nosso país foi o melhor na categoria Juvenil A feminino com 215 pontos, seguido por Peru, 127, e Argentina, 106. No Juvenil A masculino, os brasileiros somaram 202 pontos. No Juvenil B feminino, também ficamos em primeiro com 152 pontos. No Juvenil B masculino, o Brasil venceu com 181,50 pontos. ★

CBDA cria Conselho Consultivo

A Confederação Brasileira de Desportos Aquáticos (CBDA) em reunião realizada no dia 29 de Março, em sua sede, implantou o Conselho Consultivo de Pólo Aquático que será constituído por desportistas indicados pelos presidentes dos principais clubes filiados às Federações.

O Diretor de Pólo Aquático do Clube Paineiras do Morumby, Alejandro Pessoa Sartori, que também faz parte da Comissão de Avaliação Esportiva do Clube desde o início de 2010, foi indicado ao cargo e agora terá como objetivo sugerir e opinar sobre quaisquer assuntos da modalidade. Ficou acordado com o presidente da CBDA, Coaracy Nunes Filho, que haverá duas reuniões por ano, uma no início de cada semestre e também toda vez que se fizer necessário.

Os trabalhos do Conselho já começaram com o debate sobre a organização da quarta edição da Liga Nacional de Pólo Aquático, cujo projeto está tramitando no Ministério do Esporte, com recursos do Banco Bradesco, através da Lei de Incentivo Fiscal. Como de costume, a Liga será disputada no segundo semestre, porém neste ano de 2011, terá sua duração reduzida em virtude da realização do Mundial de Esportes Aquáticos de Xangai; do treinamento das seleções na Croácia para o masculino e nos Estados Unidos para o feminino; e da participação nos Jogos Pan-Americanos de Guadalajara.

Para Alejandro, a presença no Conselho Consultivo, permitirá uma participação ativa do Clube Paineiras na gestão do Pólo Aquático nacional, estreitará nosso relacionamento com a CBDA, refletindo positivamente em todos os esportes aquáticos que competimos. ★



Clínica de Pólo Aquático em Bauru

Os responsáveis pelo Projeto Futuro de Natação e Pólo Aquático estão comemorando o sucesso do fim de semana de aperfeiçoamento promovido por aquela entidade junto aos colegas do Paineiras do Morumby, que ocorreu, naquela cidade, nos dias 18, 19 e 20 de Fevereiro.

Os organizadores tinham o objetivo de reunir pelo menos 50 crianças, na faixa etária entre 8 e 11 anos, para treinamentos dentro d'água, participarem de uma palestra de arbitragem e de eventos culturais.

Para o técnico do Paineiras, Emerson Martins, esse tipo de treinamento é muito importante para o atleta: "Para muitos que participaram dessa clínica, foi a primeira viagem que eles fizeram pelo Pólo Aquático. Como não se tratava da disputa de um campeonato, todos tiveram a chance de jogar, o que acabou sendo uma atividade de treino em que puderam intensificar suas habilidades. Trabalhamos fortemente a integração

desses atletas, colocando-os para jogar com outros jogadores com quem eles não treinam no nosso dia a dia", completa.

Na ocasião do anúncio do evento, André Anastácio – o Chiquinho –, um dos coordenadores do Projeto, ainda aproveitou para convidar equipes de projetos sociais semelhantes que também quisessem participar jogando e/ou treinando com os demais participantes em Bauru, oferecendo, inclusive, estadia e alimentação.

Com uma participação bastante expressiva de atletas oriundos de diversas regiões, os organizadores só têm a comemorar e aproveitar para agradecer ao pessoal do Paineiras pelo apoio em mais esse importante evento para promoção do esporte. ★





Taça Brasil Juvenil



A disputa pela Taça Brasil Juvenil de Pólo Aquático ocorreu no período de 24 a 27 de Março, no Clube Paineiras (na categoria feminina) e na Hebraica (na categoria masculina) e contou com equipes de São Paulo e Rio de Janeiro.

As meninas trouxeram o caneco para casa após uma série de 3 jogos em formato de pontos corridos contra a equipe carioca do Botafogo. Nossas atletas venceram a 1ª partida com o placar de 7x3, a segunda partida por 10x5, sagrando-se campeãs por antecipação e ainda venceram a última partida por 6x4. A nossa goleira, Amanda, ficou com o título da goleira menos vazada da competição.

Na categoria masculina, o Paineiras ficou com o bronze após perder a semifinal para a equipe do Flamengo (campeão do torneio) por 11x3. Na disputa pelo terceiro lugar, nossos atletas tiveram sua oportunidade de revanche e não desperdiçaram, vencendo o SESI por 11x8. Sete equipes participaram desta categoria. ✪

Confira nossos atletas:

Equipe Feminina:

Aline Meirelles, Amanda Silva, Ana Alice Martinez, Carolina Moretti, Gabriela Longo, Giulia Loro, Luiza Pesoa, Mariana Duarte, Marina Cardoso e Paula Marrani.

Técnico: Emerson Martins.

Equipe Masculina:

Adrian Fernandes, Alexandre Kerkis, Caio Ribas, Enrico Lucatto, Gabriel Faria, Gabriel Poci, Guilherme Marrani, João Bahia, Leonardo Lucas, Paulo Saad, Pedro Bastos, Roberto Freitas, Thiago Thome, Victor Bianco e Victor Chafic.

Técnico: Frank Diaz.

Sul-americano Sub-17

Atleta de Pólo Aquático do Clube Paineiras do Morumbi, Viviane Bahia, e o nosso técnico, Frank Diaz, conquistaram juntamente com a Seleção Brasileira da modalidade o 1º Sul-americano Sub17 de Pólo Aquático feminino, de maneira invicta, com duas vitórias sobre a Venezuela e duas sobre a Colômbia. No último jogo, vitória sobre a Venezuela por 11x5.

A equipe brasileira sobrou durante a competição, fazendo uma prova de alto nível e criando uma espécie de hegemonia Sul-americana. O Campeonato foi disputado na cidade de Medellín, Colômbia, no período de 4 a 10 de Abril.

Para o técnico Frank Diaz, a presença da Viviane Bahia na Seleção Brasileira é muito positiva e serve de inspiração para as outras atletas, além do fato da jogadora ser uma excelente aposta para o futuro: "A Vivi é uma atleta com um potencial enorme e apesar da pouca idade, já apresenta características de liderança e trabalho. Por outro lado, a atleta acaba virando um ícone para a nova geração, quando a veem já atuando pela seleção", completa. ✪



Luiz Revite – 1º Atleta Paineirense classificado para as Olimpíadas de Londres 2012



A Seleção Brasileira de Judô já está definida para a temporada 2011/2012.

A confirmação oficial veio após a realização da última Seletiva, ocorrida no dia 26 de março, em Vitória, no Espírito Santo. Nosso atleta, Luiz Revite, 66kg, foi campeão da seletiva final e carimbou seu passaporte para os Jogos Olímpicos 2012, que serão disputados em Londres – Inglaterra.

Segundo o técnico Alexandre Lee, Luiz Revite é uma das promessas da nova geração do judô nacional, um atleta bastante técnico e muito determinado, que já começa apresentar resultados expressivos.

“Conheço Revite e sua família há muitos anos e acho importante que um jovem com sua formação brilhe no cenário esportivo paineirense e nacional, pois ele é uma excelente referência para nossas crianças”, comenta o Diretor da modalidade Daniel Dell’Aquila.

Revite se dedica há mais de 10 anos ao judô, conseguindo se destacar em todas as categorias de base.

“Estou muito feliz com tudo que está acontecendo na minha vida, todo esforço vale a pena; agradeço ao Clube Paineiras pelo apoio e pela estrutura e, de modo especial, pelo suporte que o Departamento de Esportes do Clube vem oferecendo”. ✪

SEFFE(Judô Kids)

Desde o início da nova fase do Judô Paineirense o número de alunos praticamente triplicou. Por essa razão, a diretoria do judô, juntamente com o Departamento Formativo, está estudando uma forma de adequar o Judô, de modo que possa ser praticado também por crianças de 3 a 5 anos (Judô Kids). Para que isso possa ocorrer, estamos com uma lista de intenções no Espaço de Artes Marciais, voltada para atender o desejo dos associados na criação do Judô Kids.

Convém ressaltar que um programa para a prática desse esporte por crianças dessa faixa etária, seria organizado dando ênfase em atividades lúdicas, visando o desenvolvimento neuropsicomotor, e o convívio entre as crianças. ✪

INTERCLUBES DE TÊNIS CAMPEONATO ESPECIAL FEMININO

O Clube Paineiras do Morumby sagrou-se campeão da categoria especial feminina do torneio Interclubes de Tênis 2011, evento que agrega jogos o ano inteiro e reúne diversas equipes do estado de São Paulo.

Fizeram parte da equipe do Paineiras as atletas: Ana Dantas, Ana Helena de Moraes Pinto, Gabriela Alves, Giovana Patitucci, Giovanna Ramos, Luiza Adas, Maria Júlia Mendes, Samantha Rego e Sophia Chow.

Parabéns para as nossas atletas. ✪



Ana Dantas



Ana Helena



Gabriela Alves



Giovana Patitucci



Giovanna Ramos



Luiza Adas



Maria Júlia



Samantha Rego



Sophia Chow

Campeonato Paulista Interclubes de Tênis

Final de 10 anos Masculino

16/04

O Paineiras "A" foi o grande campeão

Paineiras A

**(Fábio Gofferje Pereira)
(Paulo Henrique Gallo Issa)
(Luccas Abramo Cerquiaro da Silva)**

X

Paineiras B

**(Rafael Marques da Silva)
(Thiago Lopes David)
(Eric Logli Oncins)**



Baú da Natação

**CARLA
CRISTINA NOSÉ**



Carla Nosé começou a dar suas primeiras braçadas já aos cinco anos de idade e iniciou sua história na natação do Clube Paineiras do Morumbi aos 12 anos. Acumulou, ao longo de 13 anos de competições, um vice-campeonato Brasileiro, 11 títulos de Campeã Paulista e ainda foi campeã do Torneio de Águas Abertas uma vez e vice outras duas, completando 3 vezes a travessia Ilhabela-Caraguatatuba. Incentivada pelo ex-técnico do Paineiras, o argentino Pancho, trocou as piscinas pelas competições em águas abertas, provas que dependem muito do preparo físico do atleta para que sejam realizadas, o que requer muita dedicação aos treinos com a finalidade de que o competidor fique em condições de superar a dor e o cansaço decorrentes do longo período de tempo necessário para concluir as provas.

Desde pequena, Carla foi uma amante da Natação, mesmo indo contra a ideia inicial de sua mãe, que sonhava em ter uma bailarina na família: "A natação entrou na minha vida após várias tentativas frustradas da minha mãe de me colocar no balé. Quando ela me perguntou o que eu queria fazer, respondi de imediato: Natação, para fugir do jacaré, como o Tarzan", conta.

Além das eternas boas lembranças que acumulou do seu período de dedicação ao esporte, a Natação também trouxe para Carla muitos benefícios em vários momentos da vida, na infância e adolescência. Nessa época, fez grandes amigos que estão presentes em sua vida até hoje

e estiveram, inclusive, durante a gestação do seu primeiro filho, auxiliando-a em seus exercícios para aliviar dores nas costas e, nos dias atuais, estão sempre por perto em suas horas de lazer, ou quando está praticando aulas de mergulho junto com seu filho Theo, que já está seguindo os passos da mamãe como atleta Paineirense.

Muito mais do que apenas um esporte, a natação sempre serviu como um importante remédio para Carla: "Esse esporte sempre foi para mim um dos grandes aliados no combate ao estresse, pois a enorme concentração necessária para conciliar respiração e movimentos leva a uma sublimação das tensões e a um distanciamento dos problemas do cotidiano, além disso, a água propicia uma grande liberdade de movimentos não encontrada em outras atividades praticadas em terrenos secos", completa.

Profissional altamente gabaritada da área de Odontologia, Carla Nosé garante que quem conhece a Natação, nunca mais larga: "Infelizmente, por falta de tempo, não tenho conseguido mais nadar, mas agora que meu segundo filho Enzo está com nove meses e frequenta o Clube todos os dias para acompanhar o irmão mais velho, pretendo encontrar um tempinho para nadar e tentar recuperar a forma. Agradeço muito aos meus pais por sempre terem me incentivado a praticar esse esporte que, além de todos os benefícios ligados a saúde, trouxe também disciplina e perseverança para superar obstáculos e alcançar sucesso na vida pessoal e profissional", finaliza. ★

Seletiva Troféu

Kim Mollo



Nos dias 09 e 10 de Abril, aconteceu, na piscina do Clube Paineiras do Morumby, a seletiva para o Troféu Kim Mollo – competição que será realizada na cidade de Moococa – da qual participarão apenas os atletas classificados em diferentes seletivas ocorridas em regiões pré-determinadas do Estado de São Paulo. Esta é uma das competições mais fortes e tradicionais da natação, para a qual os atletas precisam estar bem preparados para garantirem a classificação.

Desta seletiva, participaram 16 clubes, mobilizando um total de 472 atletas.

A equipe Petiz do Paineiras se saiu muito bem, conquistando ótimos resultados e conseguindo um saldo de dois atletas convocados para a disputa do Troféu Kim Mollo. Ana Clara Freitas Cervone e Diogo Teixeira Nunes foram classificados para fazer parte da Seleção da 1ª Região (Seleção que é a atual campeã e que vem sendo por 10 anos consecutivos). Vale ressaltar também que a atleta Ana Clara bateu dois recordes internos do Clube – nas provas de 100m Livre e 100m Borboleta – e que a atleta Fernanda Ribeiro Bernardo conseguiu obter o índice interno para participar do Festival Sudeste de Inverno, que será realizado no mês de maio, em Belo Horizonte.

A equipe Infantil do Clube Paineiras também se saiu muito bem e deu o tom da competição desde o começo, quando os atletas chegaram à área da piscina usando óculos escuros e nossa tradicional cartola cor-de-rosa.

Depois de passarem cumprimentando os membros das demais equipes adversárias e fazerem o tradicional grito de guerra no meio da área de preparação das equipes, foram para o aquecimento. Já nas piscinas, mostrando talento e preparação e grande potencial para competições, a equipe se saiu muito bem nas provas, melhorando vários tempos, competindo muito por cada ponto disputado.

Como resultado final, três atletas venceram suas provas e estão automaticamente convocadas para se juntar ao restante da Seleção da primeira região, são elas: Fernanda Pini, que disputará os 400m Livre, Rebecca Crompton, para brigar pelos 200m Medley e Geovanna Buoro, classificada para disputar os 400m livre.

Outros de nossos atletas, que também fizeram excelentes provas, ainda têm chances de fazer parte da Seleção, que ainda não está definida.

Após a Reunião para convocação dos atletas, informaremos sobre quais atletas foram oficialmente classificados.



A Equipe Juvenil se saiu igualmente bem na Seletiva do Kim Mollo. Das 45 provas que disputaram, fizeram os 42 melhores tempos já conseguidos por equipes internas.

Um resultado muito bom, que serve principalmente para estimular os atletas, deixando-os muito mais motivados a treinar, para que venham a conseguir melhorar cada vez mais os tempos das provas realizadas; conseguir um bom resultado é muito importante, mas fazer com que o atleta saia das competições ainda mais motivado a treinar e a melhorar é certamente o grande objetivo por trás de toda e qualquer competição esportiva.

Vale destacar que dois atletas conseguiram atingir o Índice Interno para participar do Campeonato Brasileiro de Verão.

Matheus Ferraz fez uma ótima apresentação, conseguindo os 3 melhores tempos de sua carreira, sendo que nos 100m Peito atingiu o índice necessário para participar do Brasileiro pelo Juvenil.

Victória Tornelli também nadou bem e nos 100m Peito conquistou a marca exigida para disputar o Brasileiro pelo Juvenil.

“Parabéns a todos os atletas por seus resultados, pela vibração, pela torcida e pelas melhoras nos tempos. Temos muitos metros e muitas braçadas ainda pela frente para alcançarmos nossos objetivos, mas lembrem-se que toda conquista de bons resultados depende necessariamente de muito treino e de muita dedicação”, Comenta o técnico Cesar. ✪

Associado Paineirense tenta escalar o Everest

A montanha mais alta do planeta será o sexto desafio a ser encarado pelo alpinista



Chegar ao topo do mundo será o desafio que o Paineirense Cid Ferrari colocará em prática entre os próximos meses de Maio e Junho, quando espera vencer os 8.850 metros do Monte Everest, localizado na Cordilheira do Himalaia, entre Nepal e Tibete. A escalada será a sexta de sua carreira como alpinista, dentro de seu projeto "Sete Cumes", que inclui as montanhas mais altas de cada região do mundo.

Cid já traz na bagagem as conquistas dos montes Kilimanjaro (África), Elbrus (Europa), McKinley (América do Norte),

Vinson (Antártida) e Aconcágua (América do Sul); mas, apesar de todos esses feitos, garante que nada se compara ao que enfrentará agora. "Na montanha mais alta do mundo os desafios também são enormes", comentou. Se chegar ao cume do Everest, ele precisará apenas escalar o Carstensz, localizado entre a Ásia e a Oceania, para completar o projeto. Sua preparação para as expedições tem contado com o apoio do experiente casal Paulo e Helena Coelho.

A escalada será feita pelo lado nepalês. Segundo ele, o resultado mais impor-

tante desses desafios, é que se aprende a valorizar a vida. "Você sai da realidade de São Paulo, fica mais próximo da natureza e começa a pôr o devido peso nas coisas; aprende a se comportar e a respeitar certas condições", afirmou. "Em meio a um ambiente natural, você tem que ter humildade para reconhecer sua natureza humana e respeitar a montanha", finalizou.

No cume, as temperaturas podem chegar até menos 50 graus centígrados e ter ventos de 60 km por hora. ★

Campeonato Paulista de Supino

A cidade de Indaiatuba foi palco, no dia 27 de Março, do Campeonato Paulista de Supino. Entre os participantes, estava o atleta Paineirense Nelson Dell' Aquilla, que ficou com o título de campeão na categoria Máster 1.

O título conquistado ganha um significado muito mais especial ao considerarmos que o Dr. Nelson ficou ausente dos treinos por um longo período, em decorrência de lesões.

Parabéns ao campeão!!! ★



Clínica e Torneio Mães e Filhos de Tênis

7 de maio (sábado)

Clínica:

11h

Quadra: 01

Torneio:

12h às 18h

**Quadras: 01, 02,
03 e 04**

**Inscrições:
até 7 de maio na CAT.**

**Em caso de chuva,
os jogos serão transferidos
para as quadras 05 e 06.**

Tênis Recreativo

Procedimentos para pré-inscrições 2º semestre 2011

Alunos Novos

Para associados acima de 12 anos (completos ou a completar até dia 31 de dezembro de 2011).

Alunos novos, que não participaram da atividade no 1º semestre de 2011, devem fazer pré-inscrição diretamente na Central de Atendimento, mediante apresentação do "teste de nível" que será realizado pelos professores, entre os dias 03 e 27 de maio de 2011.

Haverá sorteio eletrônico de vagas para alunos novos no dia 31/05/11, às 11hs, na Central de Atendimento. Após o sorteio a matrícula será automática.

Para confirmar sua inscrição, consulte a Central de Atendimento ou o Portal do Clube, a partir do dia 01/06/11.

- As aulas do 2º semestre terão início em 01/08/2011.
- Lembramos que a pré-inscrição não é garantia de vaga.

Alunos Antigos

Para associados acima de 12 anos (completos ou a completar até dia 31 de dezembro de 2011).

Alunos antigos, que participaram da atividade no 1º semestre de 2011, devem fazer pré-inscrição diretamente na Central de Atendimento, mediante apresentação do "teste de nível" que será realizado pelos professores, entre os dias 01 e 17 de junho de 2011.

Haverá sorteio eletrônico de vagas para alunos antigos no dia 18/06/11, às 11hs, na Central de Atendimento. Após o sorteio a matrícula será automática.

Para consultar o resultado do sorteio, entre em contato com a Central de Atendimento ou verifique através do Portal do Clube, a partir do dia 21 de junho.

- As aulas do 2º semestre terão início em 01/08/2011.
- Lembramos que a pré-inscrição não é garantia de vaga.
- Vagas remanescentes a partir de 21/06/2011.
- Testes de nível serão realizados somente de segunda à sexta.

XV Circuito Paulista Máster de Natação

A Piscina Olímpica do Clube Paineiras foi palco, no dia 20 de Março, para a realização da 1ª etapa do Circuito Paulista Máster de Natação. Participaram do campeonato 25 entidades que reuniram um total de mais de 300 atletas inscritos, com idades que variavam entre 20 e 85 anos.

Conquistando o 1º lugar na classificação geral por pontos, o Paineiras acumulou 1.938 pontos e superou o Clube Pinheiros e a Academia Competition, começando muito bem o ano de 2011, já na liderança.

A nossa atleta, Renate Langeani, foi considerada o destaque do Paineiras, estabelecendo um novo Recorde Sul-americano na prova de 200 metros nado costas, categoria 80+.

O Clube Paineiras do Morumby esteve presente no torneio com mais de 50 atletas, que conseguiram atingir as principais colocações. ✪



Vem aí o 60º Paineiras CAMP

Vem aí a 60ª temporada do Paineiras CAMP, desta vez com duas semanas de muitas brincadeiras, recreação e iniciação às práticas esportivas.

Nesta edição, o evento será realizado entre os dias:
04 e 09 e entre 11 e 16 de julho de 2011.

■ QUEM PODE PARTICIPAR:

Crianças de 03 a 12 anos de idade.

A "galera" será dividida em 5 grupos, conforme relacionados abaixo:

GRUPO VERMELHO : 03 e 04 anos. **GRUPO AMARELO** : 05 e 06 anos.

GRUPO VERDE : 07 e 08 anos. **GRUPO LARANJA** : 09 e 10 anos.

GRUPO AZUL : 11 e 12 anos.

■ INSCRIÇÕES:

Estarão abertas a partir de 30 de Maio de 2011, na CAT (Central de Atendimento). As vagas e lista de espera serão preenchidas por ordem de chegada (vagas limitadas).

■ VALORES DA INSCRIÇÃO:

SÓCIO: R\$ 400,00.

DOIS IRMÃOS: R\$ 710,00.

TRÊS IRMÃOS: R\$ 975,00.

NÃO SÓCIO (apresentado): R\$ 710,00.

SÓCIOS (que participaram na temporada passada dezembro/10): R\$ 355,00.

■ FORMAS DE PAGAMENTO:

1ª parcela no ato da inscrição (50%).

2ª parcela via boleto bancário, junto com a mensalidade do Clube, agosto/2011.

■ INCLUSO:

03 refeições diárias

(Café da manhã, almoço e lanche da tarde)

01 camiseta

01 boné

Todas atividades inclusas sem custo extra

Monitores especializados

■ INFORMAÇÕES GERAIS:

No ato da inscrição será entregue o regulamento do evento.

Em caso de dúvida, entrar em contato pelos telefones:

3779-2000 (Central de Atendimento)

3779-2103/2115 (Área Formativa).

1ª Etapa do Paulista de Squash 2011

Grandes jogos, belas atuações e um excelente público presente! Mais de 100 inscritos! A 1ª Etapa do Paulista de Squash 2011 foi um sucesso! E a turma do Squash-Paineiras se saiu muito bem: conquistaram título de Campeão nas Categorias Máster 50, Máster 45 e na 6ª Classe e de Vice-Campeão na 3ª, 4ª e 5ª Classes.

Em destaque, a vitória de Rafael Chow, estreante em campeonatos e o único que teve que enfrentar 5 duros games...

Agradecemos a Plano & Plano, patrocinadora do evento.

Vejam os resultados das finais:

Feminino:

3ª Classe: Giovana Quarezzi 3x1 Sheila Takatsu (11/6, 9/11, 12/10, 11/3)

2ª Classe: Linamara Ferrigno 3x0 Patricia Kopal (11/13, 3/11, 1/11)

Masculino:

6ª Classe: Rafael Chow 3x2 Rodrigo Polacco (11/9, 11/3, 7/11, 11/13, 11/8)

5ª Classe: Nilton Oliveira 3x1 Tito Livio (5/11, 11/5, 3/11, 3/11)

4ª Classe: Frederico Athayde 3x1 Vitor Silva (11/7, 11/6, 8/11, 11/9)

3ª Classe: Caio Magnani 3x0 Marcelo Pereira (11/9, 11/3, 11/8)

2ª Classe: Diego Gobbi 3x0 Ricardo Cesar (11/4, 11/1, 11/4)

1ª Classe: Alex Baruzzi 3x0 Thomas Forster (11/3, 11/8, 11/7)

Master45: Luiz Cunhalima 3x1 Sergio Carvalho (15/13, 5/11, 6/11, 5/11)

Master50: Campeão - Fernando Augusto / Vice: Jonas Salgado

Alex Baruzzi, vencedor da 1ª Classe, recebeu – além do troféu de Campeão – uma raquete Karakal, oferecida pela Loja de material esportivo "SportBuy".



Meia Maratona Internacional da Corpore

A equipe de Corridas de Rua do Clube Paineiras do Morumby, o SCORP, esteve presente, no dia 10 de Abril, domingo, na 12ª edição da Meia Maratona Internacional da Corpore. A prova teve a largada às 7h40, na Cidade Universitária, e contou com o tradicional percurso de 21km e uma prova menor de 5km. ✨

Confira o tempo dos nossos participantes:

5KM:

Ricardo Saldanha 00:21:26.43

Alex Busnello 00:26:43.19

João Branco de Miranda 00:32:45.55

Marcelo Lacerda Soares 00:34:14.22

Alexandre Cafagni Borja 00:35:20.88

Feminino:

Haidee Salgado Alonso Ferreira 00:31:04.27

Dora Lacerda Soares 00:36:57.38

21KM:

Carlos Cherpe de Souza 01:29:24.45

José Antonio de Pádua A Coimbra 01:31:01.30

Álvaro Tenó 01:36:24.80

Sérgio Luis de Miranda 01:38:27.78

Laércio Schulze 01:42:45.33

Paulo Sérgio de Barros Ferreira 01:57:31.00

Alberto Manzi Jr. 02:01:29.90

Gilberto Perigolo 02:02:51.98

Paulo Fernando Cauduro Damiani 02:11:00.98

Newton Carlos Nishi 02:03:16.20

Antonio Carlos Montiel Galassi 02:18:29.69

Renato K. Matsumura 02:33:41.55

Feminino:

Itala R. G. Ignacio 01:52:33.00

Renata Staliano Broetto Azanha 01:53:15.98

Sandra Pini Sapata Dantas 01:59:22.99

Diana Jaen Saad 02:03:17.00

Carla Paula Rosa 02:04:02.02

Ana Cláudia Braga 02:06:30.80

Mayli Abrahão Orio Herrera 02:13:55.58

Nara Cristina dos Santos Feijó 02:19:14.01

Fabiola Le Sueur Baldacci 02:21:18.01

XII Campeonato Paulista de Karatê do Shotokan JKA - 2011



Realizado no último dia 19 de março, nas dependências do Ginásio "Sérgio Honda" em Barueri - SP, o evento contou com a participação de diversos atletas de São Paulo inscritos em diferentes categorias da modalidade. O Clube Paineiras esteve bem representado pelos alunos convocados pelo Profº do curso de Karatê, Marcello Dutra; disputaram as provas com garra, disciplina e empenho, o que garantiu ótimas colocações.

Confira abaixo a equipe Paineirense e o desempenho individual na competição:

Desempenho:

- 3º lugar** - kata Inou - 12 a 13 anos até faixa laranja - Gustavo Bronberg
- 1º lugar** - kata Inou - 14 a 15 anos até faixa laranja - Luna Barelli - fem.
- 2º lugar** - kata Inou - 14 a 15 anos até faixa laranja - João Guedes Portaro
- 3º lugar** - kata Inou - 16 a 17 anos até faixa laranja - Andre de Mendonça
- 1º lugar** - kata Inou - 16 a 17 anos até faixa laranja - Alexandre Malulli Dias

Parabéns a todos que atenderam a convocação pelo brilhante desempenho!

Profº Marcello Dutra

Atletas/alunos: Bruno Mendonça, Pedro Kato Milani, Arthur Kaufmann Sanches, Gustavo Rodrigues Ferreira, João Felipe de Sabóia, Raphael Jurdi Gomes.

Neste evento, foram nomeados árbitros de cada entidade e o atleta Rodrigo Ferrarezi foi o escolhido pelo Paineiras. ★

Turmas de Futsal SEFFE/SAT

O Departamento de Esportes Formativos convida os interessados em Futebol de Salão para fazer parte de nossas turmas. As vagas estão abertas para as Turmas de Treinamento e, para participar, os candidatos precisam primeiro se submeter a um teste.

Para as meninas, as turmas de Futsal têm atividades todas as terças e quintas, para as categorias 11 a 14 anos e acima de 15. Temos também as turmas mistas, para crianças a partir dos 6 anos.

Venha jogar futebol conosco. ★

Mais informações no Departamento de Esportes Formativos: 3779-2103.

Copa

Sindiclubbe

O Futsal do Clube Paineiras do Morumbi disputou no período de Abril a Novembro de 2010 a Copa Sindiclube de Futsal nas categorias: Sub-9, Sub-11, Sub-13, Sub-15 e Sub-17 masculino.

No ano de 2010, o Clube Paineiras atingiu expressivos resultados ficando entre os 4 melhores na categoria sub-17, além de sermos campeões da série prata. Neste ano, o Departamento de Esportes Formativos deseja a todos os atletas participantes um bom campeonato. ★

Veja os participantes:



Sub-9:

Franco Mascarenhas, Giovanni Buzzzi, Henrique Linge, João Chimello, João Salemi, Leonardo Peterutto, Luis Otavio Moura, Matheus Bittencourt, Pedro Sampaio, Pedro Torino, Rafael Moura e Rodrigo Costa.

Técnico: Fernando Massei

Sub-11:

Arthur Boemer, Enrico Ferro, Enzo de Tomi, Felipe de Assis, Felipe de Moraes, Gabriel Passos, Guilherme Liberatore, Guilherme Pinheiro, João Ting, Matheu Senna, Paulo Henrique Gallo, Pedro Giamini, Pedro Smith, Rafael Oncins, Raphael Dias e Rodrigo Nagai.

Técnico: Fernando Massei.



Sub-13:

Caio Liberatore, Danilo Armonia, Eduardo Allah, Erik Cristian, Felipe Franco, Gustavo Miyake, João Ulmo, Lucas Borba, Marcos Velloso, Patrick Serrano e Vitor Oller.

Técnico: Ronaldo Pereira.



Sub-15:

Daniel Chinellato, Felipe Antunes, Felipe Bernardes, Guilherme de Almeida, Henrique Veiga, Leonardo Frias, Luca Ferreira, Lucca Liorgira, Marco Caruso, e Matheus Alonso.

Técnico: Ronaldo Pereira.



Sub-17:

Bruno Fogaça, Diego Perez, Felipe Leite, Gabriel Antunes, Guilherme Flores, Gustavo Alzueta, Pedro Muller, Rafael Chinellato, Rafael Vilarunho, Rodrigo Leite, Thomas Macedo e Victor Shapiro.

Técnico: Ronaldo Pereira.

SUPER BIKE ROCK BO'S

07 / 05

sá b a d o

9 h 3 0 à s 1 2 h

MÚSICA AO VIVO

Iron Maiden Cover,
com o vocalista Sérgio Faga
do Children Of The Beast

VENHA CURTIR E OUVIR OS MAIORES
CLÁSSICOS DO ROCK MUNDIAL:
IRON MAIDEN, AC / DC, BON JOVI,
PINK FLOYD, SCORPIONS, ENTRE OUTROS.

VAGAS LIMITADAS

Inscrições no Balcão Musculação

Local: Sala Bike
Para maiores de
14 Anos masculino e feminino



Clube Paineiras
do Morumby

Dr. José Miguel Spina - Presidente
Diretoria Executiva 2010/2012

AGENDA ESPORTIVA COMPETITIVO

Maio

02 segunda-feira	Natação Pólo Aquático Pólo Aquático Pólo Aquático	Camp. Brasileiro Absoluto - Troféu Maria Lenk Campeonato Paulista Sub 19 Masculino Copa SP Adulto Masculino Copa SP Infante - Juvenil Masculino	Rio de Janeiro Piscina Olímpica Jogos a definir Jogos a definir
09 a 30	Pólo Aquático	Campeonato Paulista Sub 19 Masculino	Piscina Olímpica
12 quinta-feira	Natação	Torneio Regional Júnior e Sênior	Jogos a definir
14 sábado	Tênis	Circuito Nacional Correios Infante - Juvenil	Uberlândia
14 a 22	Pólo Aquático	Campeonato Paulista Sub 19 Masculino	Piscina Olímpica
17 terça-feira	Pólo Aquático	Campeonato Brasileiro Sub 19	Rio de Janeiro
19 a 22	Nado Sincronizado	Torneio Sul Sudeste	Curitiba
21	Natação	Torneio Regional Infantil	São Paulo (a definir)
sábado	Natação	Torneio Regional Juvenil a Sênior	São Caetano
27 a 29	Pólo Aquático	Torneio Internacional	Rio de Janeiro
	Natação	Festival Sudeste Petiz	Belo Horizonte

Para informações adicionais, entrar em contato com o Departamento de Esportes Competitivos do Clube: 3779-2110

AGENDA ESPORTIVA RECREATIVO

1 a 21 2 a 20	Futebol de Campo Vôlei	VI Super Copa Interna de Futebol Copa Sindiclube	Campo de Futebol Clube Paineiras do Morumbi
3 a 19 3 a 31 4 a 28	Futebol de Campo Squash Tênis Recreativo Snooker	Copa Paulistana Torneio de Squash Pré Inscrição de Tênis Recreativo Campeonato de Duplas "Antônio Celso Ferraz"	Campo de Futebol Quadras de Squash CAT Sala de Snooker
07 sábado	Basquete Tênis Recreativo Fitness Bike	Copa Paulista de Basquete Clínica e Torneio Mães e Filhos Super Bike Especial	Quadras do Vale Quadras de Tênis Sala de Bike
09 segunda-feira	Futebol de Campo	Copa Integração	Campo de Futebol
17 a 26 31 segunda-feira	Squash Snooker	Torneio de Inverno de Squash Campeonato Interno de Snooker Regra Brasileira	Quadras de Squash Sala de Snooker

Para informações adicionais, entrar em contato com o Departamento de Esportes Recreativos do Clube: 3779-2102

AGENDA ESPORTIVA FORMATIVO

02 domingo	Natação	Campeonato Mirim de Natação
	Judô	Torneio da Amizade
	Natação	Circuito Adulto de Natação
	Futebol Society	Campeonato Interclubes Anhembi
	Futebol Society	Campeonato Paulista 2ª Divisão de Futebol Society
	Futebol Society	Campeonato Interclubes de Futebol Society
14 sábado	Futebol de Campo	Campeonato Interclubes de Futebol de Campo
14 a 15	Handebol	Torneio Interno
22 domingo	Ginástica Rítmica	Festival da Hebraica
	Basquete	Taça Ipê de Basquetebol

Para informações adicionais, entrar em contato com o Departamento de Esportes Formativos do Clube: 3779-2103

The background features a central white area with a purple outline, surrounded by several purple triangular and polygonal shapes pointing towards the center. The word "Variedades" is centered in the white area.

Variedades

Reformar,



S seja no ato da compra ou com o passar do tempo, nota-se que é necessária a realização de reformas na casa.

Com o passar do tempo, percebe-se a parede desgastada, o problema elétrico e o gesso antigo e démodé que lhe causa mal estar e você evita olhar. Quando se dá conta, vê-se morando num local que lhe parece agressivo e desagradável. Aí, chega-se ao momento crucial da grande decisão; reformar, ou não? Certamente você optará pelo seu bem-estar e partirá para a reforma, que, além do imóvel, reformará também você.

Passamos grande parte de nossas vidas em nossa casa e nada mais agradável do que, ao nela chegarmos, nos sentirmos protegidos e confortáveis, com cada objeto em seu lugar de forma prática e organizada. São detalhes que nos transmitem a gostosa sensação de bem-estar.

Tomada a decisão da reforma, deve-se ter alguns cuidados e procurar optar por soluções compatíveis com as expectativas, antes de sair quebrando paredes, para que sejam evitados gastos desnecessários e dores de cabeça.

Um bom planejamento é essencial. Em primeiro lugar, é preciso definir exatamente o que vai ser feito e o quanto se pretende

ou não????



gastar. Esse passo vai orientar o tipo e quantidade de materiais a serem comprados e quais profissionais deverão ser contratados, entre outras despesas.

Uma vez que se tenha a consciência de que é necessário planejar, é fácil verificar como é importante contratar um profissional da área, com experiência, que vai orientar sobre a escolha dos materiais e criar um projeto dentro das suas reais expectativas.

Veja abaixo algumas dicas que vão ajudar no momento da reforma e da decoração:

- Cuidado ao utilizar cores fortes e escuras. Utilize cores mais fortes apenas em uma parede do ambiente, em objetos decorativos ou almofadas. Deixe predominar os tons mais claros e suaves; com este pequeno cuidado você nunca deixará seu ambiente pesado ou cansativo.

- Em salas, onde costuma existir um grande número de sofás ou de cadeiras, é recomendável que estes sejam revestidos com couro, couro ecológico ou tecidos protegidos por teflon que tornam o tecido impermeável.

- É indicada uma iluminação com focos em elementos importantes da decoração, como quadros ou objetos decorativos.

A iluminação deve clarear o ambiente, sem ofuscar os olhos de quem por ele circula.

A iluminação, quando bem explorada em um projeto, destaca os pontos fortes da decoração, criando climas distintos em um único ambiente.

- O piso deve ser escolhido levando em consideração o estilo e tipo de vida de cada um. Utilize sempre materiais

resistentes, duráveis e fáceis de manter, como os porcelanatos, laminados, entre outros disponíveis no mercado.

- Lustres que marcam presença podem servir como um recurso decorativo, funcionando como uma escultura luminosa (desde que acompanhe o estilo da decoração em geral).

- Tenha muita cautela com relação à quantidade de enfeites. Os enfeites muito pequenos e delicados podem "sumir" com facilidade, além de poluir visualmente o ambiente.

De preferência, utilize poucos enfeites, mas que sejam imponentes. Com certeza o seu ambiente não ficará carregado e a decoração ficará muito mais valorizada, criando uma atmosfera suave e elegante.

- Cuidado com arranjos de flores artificiais. Se os utilizar, use poucos e dê preferência aos com flores de seda importada, de silicone ou de flores secas. Mantenha-os sempre em ordem e livres de poeira, pois o que é para ser bonito pode se tornar feio e deselegante, quando não se atenta a pequenos detalhes como estes.

- Na parte elétrica, faça um levantamento de todos os pontos de tomadas, de antena e de telefones que serão necessários.

Para que não fique aparente aquele emaranhado de fios, a solução é embuti-los na parede.

Em ambientes onde estiverem previstos trabalhos de marcenaria, como em um escritório, por exemplo, é possível fazer fundos falsos ou portas com sistema toc para esconder toda a fiação.

Tomados os devidos cuidados, faça seus sonhos virarem realidade, transformando sua casa em um verdadeiro Reduto de Conforto. ✨



DECORAÇÃO & REFORMAS

Projetos Residenciais e Comerciais
Administração de Obras
Assessoria em Decoração

Solange Guerra
11 9292.6002
11 3772.5431
www.solangeguerra.com.br



Segurança na Rede Wireless

É difícil de acreditar, mas ainda hoje encontramos redes wireless sem proteção e sendo usadas por outros que nem sabemos quem são. Esclarecendo melhor os riscos deste fato, podemos usar o caso de um morador em um condomínio. Se o seu vizinho consegue usar a sua rede Wireless tudo o que ele faz pela rede leva junto sua assinatura o que tecnicamente chamamos de IP, o que quer dizer que se seu vizinho consegue entrar na sua rede e acessar um site indevido, isso pode causar consequências pra você. Existem algumas formas de se configurar o Roteador (wireless) e consequentemente a rede, para que ela fique mais segura, veja bem eu disse mais segura e não inviolável. A primeira questão diz respeito ao nome que se dá à rede, você não deve identificar o nome da rede com informações particulares como, por exemplo, seu sobrenome. Sei que a grande parte dos leitores deve ter tomado um susto agora, pois a maioria usa o sobrenome da família para identificar a sua rede Wireless. Quando abro o meu notebook no meu condomínio, por exemplo, posso escolher quais as redes que vou usar e faço isso usando a intensidade do sinal e também pelo nome das redes, se a minha intenção for maliciosa e quiser roubar informações do meu querido vizinho Sr. X SILVA, posso facilmente identificar sua rede pelo nome SILVA_Casa, e assim fica mais fácil para qualquer um. Aconselho usar nomes genéricos como por exemplo, Casa.

A segunda questão importante é a chave de segurança, existem basicamente três tipos de chave: WEP, WPA e WPA 2. As siglas se referem a padrões de criptografia, que é nada mais do que uma escrita escondida. Ou seja, são maneiras diferentes de “esconder” a sua senha para que outros não tenham acesso à sua rede sem fios.

Em termos de segurança que as mesmas proporcionam temos o seguinte, WEP é a mais antiga e menos segura, só existe para funcionar com aparelhos mais antigos. Depois temos a WPA, que já é um tipo de chave mais segura, sendo que a melhor e mais recomendada hoje em dia é a WPA2, ela é o que podemos chamar de uma chave dinâmica, pois fica mudando, de tempos em tempos. Quando você for criar a chave, o que recomendo é que escreva uma palavra seguida de números e também podemos usar os caracteres alpha numéricos. Um exemplo de senha segura seria paineras246\$\$\$. Outra dica que gosto é a de substituir letras por números, por exemplo, meu nome é Rodrigo uma senha usando esse critério seria R0dr190: eu troquei o O por 0, o g pelo 9 e o l por 1, fica fácil de lembrar e mais difícil de “quebrar”. Para empresas existem outras formas de segurança que também recomendamos. Existem empresas especializadas em consultoria que podem auxiliar neste ponto.

Rogério Rutledge
Consultor Senior Terabyte Business S/A

E ainda.... As sete armadilhas para o sinal Wireless. Veja as principais barreiras que podem afetar a propagação do sinal Wireless:

Antenas Baixas - Um dos mantras repetidos à exaustão pelos manuais de pontos de acesso se refere a localização do equipamento. Quanto mais altas as antenas estiverem posicionadas, menos barreiras o sinal encontrará no caminho até os computadores. Trinta centímetros podem fazer enorme diferença.

Telefones sem fio - Nas casas e nos escritórios, a maioria dos telefones sem fio operam na frequência de 900Mhz. Mas há modelos que já trabalham na de 2.4GHz, justamente a mesma usada pelos equipamentos 802.11b e 802.11g. Em ambientes com esse tipo de telefone, ou próximos a áreas com eles, a qualidade do sinal Wireless pode ser afetada. Mas isso não acontece necessariamente em todos os casos.

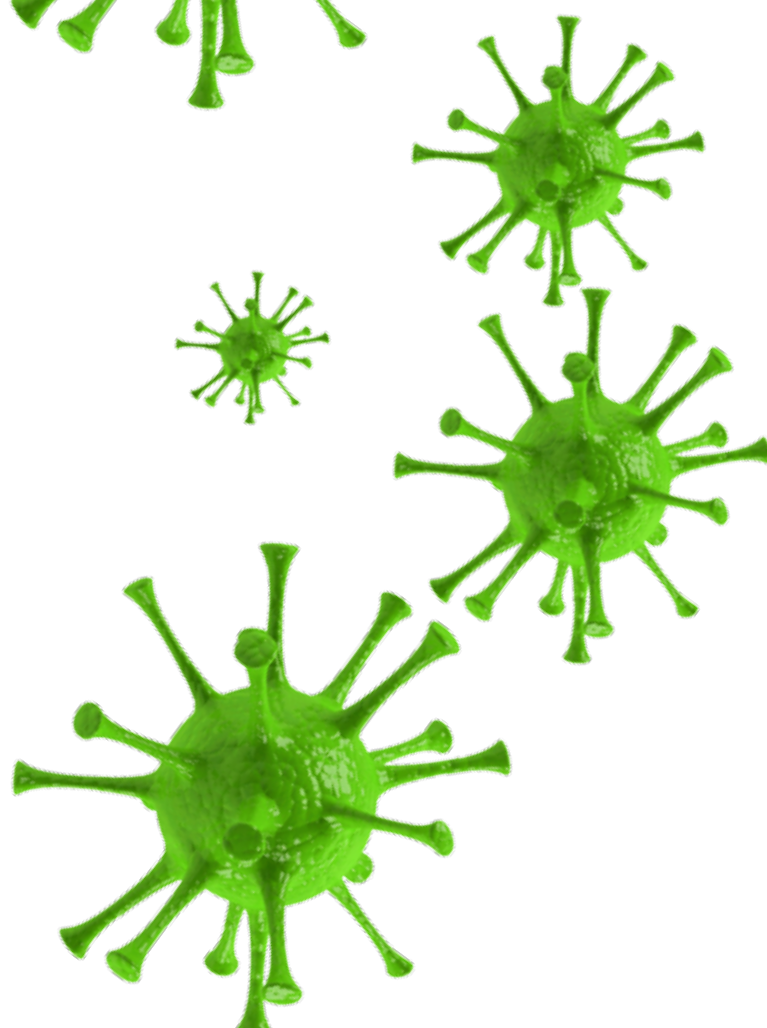
Concreto e Trepadeira - Eis uma combinação explosiva para a rede Wireless. Se o concreto e as plantas mais vistosas já costumam prejudicar a propagação das ondas quando estão sozinhos, imagine o efeito somado. Pode ser um verdadeiro firewall.

Microondas - A lógica é a mesma dos aparelhos de telefone sem fio. Os microondas também usam a disputada frequência livre de 2,4GHz. Por isso, o ideal é que fiquem isolados do ambiente onde está a rede. Dependendo do caso, as interferências podem afetar apenas os usuários mais próximos ou toda a rede.

Micro no Chão - O princípio das antenas dos pontos de acesso que quanto mais alta melhor, também vale para as placas e os adaptadores colocados nos micros. Se o seu desktop é do tipo torre e fica no chão e o seu dispositivo não vier acompanhado de um fio longo, é recomendável usar um cabo de extensão USB para colocar a antena numa posição mais favorável.

Água - Grandes recipientes com água, como aquários e bebedouros, são inimigos da boa propagação do sinal de Wireless. Evite que esse tipo de material possa virar uma barreira no caminho entre o ponto de acesso e as máquinas da rede.

Vidros e Árvores - O vidro é outro material que pode influenciar negativamente na qualidade do sinal. Na ligação entre dois prédios por wireless, eles se somam a árvores altas, o que compromete a transmissão do sinal de uma antena para outra. ★



ASSISTÊNCIA TÉCNICA PARA PESSOA FÍSICA E JURÍDICA

COMPUTADORES E NOTEBOOKS

PROFISSIONAIS CERTIFICADOS
PELA MICROSOFT



- › Manutenção em notebooks
- › Recuperação de dados
- › Manutenção em monitores e impressoras
- › Remoção de vírus, spywares e trojans
- › Instalação e configuração de redes wireless

CONTRATO DE MANUTENÇÃO PREVENTIVA PARA EMPRESAS

- › Redução de custos
- › Help desk
- › Consultoria em TI
- › Segurança de dados
- › Inventário, limpeza física, organização do ambiente.



OUTROS SERVIÇOS

- Outsourcing de TI
- Redes e conectividades
- Internet e VPN
- Balanceamento de links de internet firewall

CONHEÇA TODAS AS NOSSAS
SOLUÇÕES EM SERVIÇOS DE TI!

ENTRE EM CONTATO COM NOSSA EQUIPE!

CONHEÇA TAMBÉM NOSSA LINHA
DE PRODUTOS PARA INFORMÁTICA!
ACESSE WWW.TERABYTE.COM.BR

Tel.: (11) 5044-7887

Rua Vieira de Moraes, 1016 - Campo Belo - São Paulo - SP



Pense qualidade.



A 500 metros do centro de Capivari
 Centro de convenções
 Restaurante
 Room-service
 Gazebo bar
 Garagem com manobrista
 Van shuttle service
 Piscina aquecida
 Sauna seca e úmida
 Fitness center
 Suítes amplas
 Suítes com vista panorâmica
 Tv lcd 32" e dvd player
 Banheiros com piso aquecido
 Aquecedor de toalhas
 Piso anti-alérgico
 Suítes com lareira e
 banheira de hidromassagem



Rua Engenheiro Souza Campos Júnior nº 50
 Bairro Capivari - Campos do Jordão/ SP

Fone: +55 12 3669-2220

www.lerenard.com.br

Outono colore e enfeita Campos do Jordão

As árvores mudam de cor e as belas folhas de plátanos se juntam nas calçadas: são sinais inequívocos de que a nova estação está chegando nas montanhas.

O outono em Campos do Jordão é uma das estações mais notáveis da cidade. Quem frequenta a estância sente esta mudança especialmente na temperatura, que começa a cair nesta época, e nos ventos gélidos que começam a "aquecer" os preparativos para temporada.

Ao longo da avenida que atravessa a charmosa cidade, o amarelado das grandes árvores contrasta com o verde da vegetação. Folhas secas cobrem parte da Estrada de Ferro, criando o cenário perfeito para os turistas registrarem fotos memoráveis.

Caminhar pelas ruas de Campos do Jordão durante o outono é mais do que respirar o ar puro da montanha. Também faz parte da experiência ouvir as folhas secas se quebrantarem com os passos durante a caminhada.

É comum encontrar nas ruas que circundam a Vila Capivari incontáveis pinhões recém caídos das grandes araucárias, à espera de alguém que queira pegá-los.

O outono é uma estação de lindos dias ensolarados e folhas caídas, uma época muito prazerosa para estar nas montanhas. É quando sentimos a natureza fazer seus últimos preparativos para a chegada de mais um inverno rigoroso, porém acolhedor, em Campos do Jordão. ★

INTERCÂMBIO COM TRABALHO VOLUNTÁRIO

PENSE NESTA IDEIA

Em tempos de movimentos em favor da sustentabilidade e pró-direitos humanos, os trabalhos voluntários no exterior podem resultar em experiências incríveis. Por meio deles, é possível tornar a viagem de intercâmbio ainda mais interessante e com um objetivo muito maior do que a troca de conhecimento e o aprendizado de um novo idioma.

Afinal, a proposta é para lá de especial: ajudar pessoas carentes, zelar pela manutenção da vida selvagem, levar a bandeira da preservação ambiental e participar da construção de um mundo melhor. O trabalho voluntário contribui para levar esperança e resultados práticos às populações do país desejado. Quem se engajar na aven-

tura solidária, vai trabalhar em projetos sociais que ensinam sobre o meio ambiente, o respeito à natureza e as diferenças culturais.

Há programas com objetivos diversos. Cuidar de animais doentes e abandonados, realizar atividades com crianças órfãs ou portadoras de deficiências físicas e mentais, ajudar na conservação de reservas, faunas e floras e auxiliar para impulsionar atividades culturais e educacionais com crianças e jovens carentes, entre outras ações humanitárias.

Ao abraçar uma causa nobre, você embarca para fazer a diferença pelo mundo e volta com uma das experiências mais marcantes da vida!

Conheça as vantagens de trabalhar na África do Sul/ Peru ou Índia:

- Os projetos de trabalho voluntário no exterior são de curta duração, em geral de 2 a 12 semanas;
- Nas taxas dos programas, normalmente já estão inclusas alimentação, acomodação e transporte durante os períodos de trabalho;
- Você terá a oportunidade de praticar e aperfeiçoar o idioma (inglês ou espanhol), e ainda conhecer lugares e culturas exuberantes;
- Além de adquirir crescimento pessoal, o voluntário participa de atividades importantes para transformar o contexto social do país escolhido;
- Alguns projetos também oferecem atividades turísticas, workshops e até mesmo aulas de ioga;
- Atualmente, a prática de trabalho voluntário é bastante valorizada pelas grandes empresas. Ter no currículo uma experiência internacional desse porte representa um importante diferencial.

- Idade mínima: 18 anos, podendo haver exceções para participantes com 17 anos e 16 anos, dependendo do projeto de interesse.

Além de aperfeiçoar seu inglês ou espanhol você vai se deparar com paisagens que só se vê em filmes. E o melhor é que você poderá escolher entre estar em convivência intensa com a natureza, com crianças órfãs ou carentes, idosos ou animais. ★

Viaje e estude pela CI

e viva experiências
inesquecíveis.



Estude no Exterior

- Cursos de idiomas
- Ensino médio / High School
- Cursos de férias para jovens
- Cursos para executivos
- Cursos profissionalizantes
- Cursos de extensão universitária
- Cursos para professores

Trabalhos e Estágios

- Au Pair
- Trabalho nos EUA
- Trabalho voluntário na África
- Estágios remunerados
- IAESTE

Faça uma Viagem

- Passagens aéreas (nacionais e internacionais)
- Intercare (assistência de viagens)
- Acomodações
- Passes de trem
- Locação de veículos
- Cruzeiros

CI Morumbi
Av Giovanni Gronchi 5443 cj 22
Tel.: 11 3743-5538
morumbi@ci.com.br

www.ci.com.br
você aprende com o mundo



Queijos e Vinhos

O frio está chegando, e com ele a famosa temporada dos queijos e vinhos.

Quer combinação mais saborosa e convidativa?

A grande questão, e que muitas vezes não consideramos, é que nem todos os queijos combinam com todos os vinhos. Assim, a prática de servir uma seleção ampla de queijos com apenas um ou dois tipos de vinhos não é a mais indicada.

O fato de escolhermos opções que não harmonizam não significa um desastre enogastronômico, porém, não há prazer que se compare ao de provarmos o vinho certo com o queijo ideal.

Dentre um universo de milhares de tipos de queijos, provenientes da variedade de origens do leite e dos processos que determinam suas famílias, as principais categorias e as mais fáceis de encontrar no Brasil são:

Massa Fresca

Um dos grandes representantes é o Chèvre (queijo de cabra), que por sua acidez e toque levemente salgado, combina perfeitamente com um bom Sauvignon Blanc ou um vinho verde Português.

Massa Mole

Os queijos de massa mole, como o Camembert e o Brie, com flora externa, normalmente harmonizam muito bem com vinhos de corpo médio, perfumados e com toques de frutas, como o Pinot Noir do Novo Mundo, especialmente da Nova Zelândia.

Já os de casca lavada, como o Reblochon e o Português Serra da Estrela, pedem vinhos maduros e consistentes, como os tintos do Rhône, os espanhóis Gran Reserva do Duero e os Reserva do Douro, Portugal.

Massa Prensada

Os de massa não cozida, como o Gouda e o Édam, pedem brancos amadeirados e consistentes, como um bom Chardonnay, ou tintos frutados e glicerinados como Merlot, Carménère e Carbenet Sauvignon.

Já os de massa cozida, como o Grana Padano ou o Parmeggiano, por sua textura granulada, levemente salgada, são verdadeiros coringas, harmonizando com quase todos os tipos de vinho. Dentre os mais indicados, os Chardonnays amadeirados e os tintos perfumados, como os Shiraz Australianos.



Queijos Azuis

O Rochefort (ovelha) e o Gorgonzola (vaca), por seu sabor salgado, amplo e com alta acidez, pedem vinhos intensos e com textura licorosa, como um Vinho do Porto, o Tokaj Húngaro e bons Sauternes.

Apesar desses vinhos serem normalmente associados à sobremesa, quando temos os queijos azuis na entrada, é muito comum, e delicioso, servi-los juntos.

Regra Básica

Como as regras são amplas, apesar de simples – queijos leves com vinhos leves, queijos fortes com vinhos fortes – para não errar numa harmonização o ideal é limitar a quantidade de categorias e deixar as garrafas de cada vinho próximas aos queijos com os quais melhor combinam.

Stivy Malty Soares ★
Wine Expert.

The background features a complex geometric pattern of overlapping shapes in a muted green and white color palette. The shapes are angular and layered, creating a sense of depth and movement. The text 'Bem-Estar' is centered horizontally and partially overlaps these shapes.

Bem-Estar

Campanha de Imunização

para Gripe Sazonal e H1N1 (Vacina Trivalente)



O Departamento de Higiene e Saúde do Clube Paineiras do Morumbi realizará, nos dias 13 e 14 de Maio, a Campanha de Imunização para Gripe Sazonal e H1N1 (vacina trivalente).

A gripe H1N1 é uma doença respiratória produzida pelo vírus influenza, que pode causar infecções de moderada intensidade e, eventualmente, evoluir para quadros mais graves. O vírus é transmitido principalmente por meio de gotículas que eliminamos quando espirramos ou tossimos, embora também possa ocorrer por meio do contato com superfícies contaminadas.

Os sintomas mais comuns da gripe são: febre, dores musculares e de cabeça, coriza, tosse e cansaço fácil. Às vezes, alterações digestivas também (vômitos, náuseas e diarreia) podem ser sentidas.

Os grupos que podem sofrer mais complicações por causa da gripe são: idosos, crianças, portadores de doenças pulmonares e cardíológicas crônicas ou insuficiência renal, diabéticos ou portadores de qualquer outra doença que interfira na resposta imunológica. Nesses casos, pode haver evolução para infecções bacterianas, como pneumonia, otite, sinusite, ou então, piora do quadro clínico das doenças de base.

A melhor maneira de se proteger da gripe é recebendo a vacinação anual contra o Influenza antes de iniciar o inverno, época em que ocorrem mais casos. A vacina pode ajudar a prevenir os casos de gripe ou, pelo menos, diminuir a gravidade da doença. Sua efetividade entre adultos jovens é de 70-90%. Cai para 30-40% em idosos muito frágeis, isso porque estes têm reduzida a capacidade de desenvolver anticorpos protetores após a imunização (vacinação). ✱

13 de Maio (sexta-feira) – Horário 9h às 17h
14 de Maio (sábado) – Horário 8h30 às 16h30
Preço por Dose: R\$ 35,00

OBS: Crianças de 6 meses a 8 anos deverão tomar duas doses.

Agende sua dose no Centro Médico
3779-2059.

PATRIMÔNIO DO CLUBE

Caros associados;

O Clube Paineiras do Morumbi pede encarecidamente a todos os associados, colaboradores e visitantes, que tenham mais cuidado, que preservem e que ajudem a manter a vigilância, da melhor forma possível, sobre tudo o que constitui o patrimônio do nosso Clube.

Infelizmente, continuamos sendo surpreendidos com notícias sobre a depredação dos desfibriladores externos automáticos, aparelho indispensável em caso de complicação cardiovascular.

Talvez alguns entre nós ainda não tenham dimensionada a real importância desses aparelhos.

Os desfibriladores foram adquiridos e instalados em locais estrategicamente selecionados, levando-se em conta a quantidade de pessoas que os frequentam e o tipo de atividades que são praticadas, justamente por serem essenciais para prestar o primeiro atendimento nos casos acima citados.

Ter, ou não, um desses aparelhos à disposição, na hora em que seu uso se fizer necessário, pode representar a diferença entre salvar, ou não, uma vida. Porque é para isso que eles foram adquiridos: para salvar vidas.

Nesse sentido, quando os danificamos, impedindo que eles possam ser usados em caso de necessidade, estamos colocando em risco a nossa vida e a dos demais frequentadores do Clube.

Preservar o patrimônio do Clube é preservar nossa própria identidade.

Manter as condições necessárias para cuidarmos do nosso maior patrimônio – todas as pessoas que frequentam esse espaço – é uma obrigação moral. ✪



Psicologia

Psicoterapia individual
para jovens e adultos

Atua na área há 30 anos
Nida Maria Paleckis
Psicóloga Clínica
Graduada e Pós Graduada na PUC-SP
CRP 06a. 10646



Rua Baluarte, 303
Vila Olímpia
Fone: 3846 1345
9981 4782
e-mail: paleckis@terra.com.br

A IMPORTÂNCIA DA UTI CARDIOPEDIÁTRICA NO TRATAMENTO DE CRIANÇAS COM DOENÇAS CONGÊNITAS



Dr. Carlos Regenga Ferreira
Coordenador médico
UTI Cardiopediátrica do HCor

Dados epidemiológicos evidenciam que, de cada mil recém-nascidos, cinco a oito apresentam má-formação cardíaca, sendo algumas de extrema gravidade, como a síndrome de hipoplasia do coração esquerdo (raro defeito congênito, caracterizado pela não formação do ventrículo esquerdo), que exige tratamento cirúrgico híbrido imediato após o nascimento.

Do ponto de vista diagnóstico, sabemos hoje que a precocidade do exame ecocardiográfico fetal realizado na gestante permite, em algumas situações, o estabelecimento de procedimentos ainda intrauterinos (via cateteres guiados por ecocardiografia de alta resolução) que podem mudar satisfatoriamente o curso da má-formação congênita ainda durante a gestação.



Em muitos casos, o procedimento cirúrgico deve ser realizado nas primeiras 48 horas de vida. Atualmente, é consenso entre os especialistas que existem inúmeros benefícios de se realizar o parto de bebês acometidos por doenças cardíacas no próprio centro médico onde ele será tratado. Isto evita o transporte do recém-nascido em ambulância, importante fator instabilizador do quadro clínico, permite que o tratamento cardíaco apropriado seja iniciado logo após o nascimento e que a mãe permaneça ao lado do bebê desde o primeiro momento de vida.

O HCor - Hospital do Coração, em São Paulo, disponibiliza um setor específico para os cuidados pré e pós-operatórios a gestantes, recém-nascidos e crianças: a UTI Cardiopediátrica, que acaba de ampliar sua capacidade de atendimento com a inauguração de uma nova e moderna área, com 19 leitos individualizados, sendo 11 para lactentes e crianças com até 13 anos e 8 leitos exclusivos para neonatos (recém-nascidos com até 30 dias de vida).

A nova UTI Cardiopediátrica foi desenvolvida seguindo um dos mais modernos projetos em termos de arquitetura, que preveem um espaço físico distinto e individualizado para os recém-nascidos, além de uma equipe médica e multidisciplinar também individualizada e especializada para a assistência a esse grupo tão especial de pacientes. A arquitetura do local permite que o pai ou a mãe acompanhe confortavelmente instalado e em tempo integral enquanto a criança permanecer internada na UTI, aspecto fundamental de foco no tratamento humanizado.

Além de todo o aparato tecnológico para o diagnóstico pré, intra e pós-operatório com profissionais altamente qualificados nas áreas de diagnóstico por imagem, o HCor conta também com um time de assistência circulatória à beira do leito, o ECMO team, treinado em Pittsburgh - EUA - para atuar sempre que uma grave complicação intra ou pós-operatória colocar em risco a função cardiopulmonar da criança.

Esse time composto de médico, enfermeiro e perfusionista com especificado e qualificado treinamento está disponível 24 horas por dia e entra em ação sempre que a assistência circulatória mecânica à beira do leito se fizer necessária, atuando em tempo integral até a recuperação da função cardíaca.



Dispondo de uma área totalmente nova, equipada com o que há de mais moderno no que se refere à terapia intensiva, e de equipe multidisciplinar altamente capacitada, o HCor amplia o seu pioneirismo no tratamento das doenças cardíacas da infância.



Hospital do Coração
HCor

Associação do Sanatório Sírio
São Paulo

Fazer tudo com coração é ser destaque em tudo que faz.



O HCor conta com serviço médico diferenciado em neurologia e neurocirurgia.

Fazer tudo com coração significa se dedicar ao máximo, seja em cardiologia, seja em neurologia. O HCor faz isso por meio de suas qualificadas equipes médicas e multidisciplinares, acostumadas a dar valor ao lado humano dentro e fora do hospital. E com uma moderna estrutura, preparada para diagnósticos e tratamentos clínicos e cirúrgicos, inclusive de emergência. O HCor ainda dispõe de um programa de avaliação preventiva, o check-up neurológico. Fazer tudo com o coração é fazer sempre mais.

HCor. Faz tudo com coração.

Certificado pela
Joint Commission International



Padrão Internacional de qualidade em atendimento médico e hospitalar.

Tel.: 55 11 3053 6611
www.hcor.com.br



Hospital do Coração

HCor

Associação do Sanatório Sírio
São Paulo



O Centro Médico ampliou o horário de atendimento

Pensando sempre no melhor para os seus associados, o Clube Paineiras do Morumby alterou o horário de funcionamento do Centro Médico. Agora, os atendimentos oferecidos poderão ser realizados de segunda à sexta-feira, das 6h às 23h; sábados, das 6h às 22h e domingos e feriados, das 6h às 19h. ✪

ERRATAS:

Caro Associado.
Na edição de Abril de 2011, foram divulgados valores incorretos para o Sport Check-up HCor. Seguem abaixo os valores corretos, que serão aplicados a partir de 1º de Abril. ✪

Na revista do mês de Abril/2011, publicamos, na página 74, o nome errado da associada que ilustrou a matéria sobre o "Sport Check-Up". Na ocasião, foi veiculado o nome de Carla Lozardo sendo que o correto é Flávia K. Bittar Lois.

Pedimos desculpas pelo ocorrido. ✪

Setor de Avaliação para a Prática Desportiva

Valores do Sport Check-Up HCor Paineiras

Maiores de 35 anos

R\$600,00 em 2x debitado em título.

Contém: Teste Ergométrico, Ecocardiograma e Avaliação Cardíaca e Nutricional.

Menores de 35 anos

R\$450,00 em 2x debitado em título.

Contém: Ecocardiograma e Avaliação Cardíaca e Nutricional.

Lembramos aos associados que necessitarem de recibo para reembolso que deverão solicitá-lo logo após o exame.



**Clube Paineiras
do Morumby**



Hospital do Coração
HCor

The background features a central white star-like shape with eight points, set against a solid orange background. The star's points are elongated and taper to sharp tips. The word 'Tecnologia' is centered within the white star.

Tecnologia



Maria Gonçalves das Neves



Inovação e segurança no acesso ao Clube

A Biometria é a Senha

Buscando oferecer mais segurança aos associados do CPM, no início de Abril, a Central de Atendimento, em conjunto com a equipe de TI, iniciou o cadastro biométrico do novo controle de acesso na Portaria Social, através da leitura da digital.

Esse sistema dispensará as formas anteriores usadas para identificação, feitas através do número do título ou carteira social, oferecendo mais comodidade e conforto aos associados.

Após a fase inicial, o projeto será estendido para o controle de acesso ao Fitness e às Piscinas.

Em breve, a biometria poderá ter sua aplicação estendida para diversos serviços do Clube, como retirada de livros na Biblioteca, empréstimo de material esportivo, confirmação de presença em atividades e nos demais processos que necessitam de identificação do associado.

A biometria será a senha pessoal integrada a todas as atividades do Clube.

Cadastro biométrico

O uso de impressão digital é uma das formas de identificação mais usadas atualmente. O processo consiste na captura da formação de sulcos na pele dos dedos de uma pessoa. Esses sulcos possuem determinadas terminações e divisões que diferem de pessoa para pessoa. O cadastro é a etapa mais importante do processo e está sendo realizado em dois pontos na Central de Atendimento, juntamente com a atualização das informações cadastrais dos associados (RG, CPF, endereços residencial e comercial, telefones e e-mail).

O atendente, após a identificação positiva do associado (documento com foto), realiza a atualização cadastral e faz a captura da foto, em conformidade com o padrão ICAO (International Civil Aviation Organization) – o mesmo padrão adotado na emissão do passaporte brasileiro – e termi-



na o processo, registrando as informações biométricas da impressão digital do dedo indicador da mão direita.

O tempo médio para a realização do procedimento completo é de 4 minutos. Após a atualização, será realizado teste de leitura da impressão digital no simulador da catraca disponível na CAT.

Para os associados que, por motivo físico/biológico ou outros, estejam impossibilitados da captura e registro das informações biométricas, o acesso será realizado de modo assistido, através da indicação do número do título ao atendente da Portaria, que validará a foto e a permissão de acesso e desbloqueará manualmente a catraca mais próxima do posto de controle.

O cadastro de informações biométricas para menores de 6 anos é opcional. Destes associados em particular, apenas a foto será registrada. Os dependentes na faixa etária de 6 a 18 anos necessitarão de recadastramento periódico, em virtude da alteração da identificação biométrica e também pela alteração de fisionomia.

Utilização da biometria

As 3 catracas da Portaria Social já estão adaptadas ao novo sistema de controle de acesso. Duas catracas são utilizadas para a Entrada e Saída. A catraca próxima ao posto de controle é destinada para atendimento assistido, com identificação por foto e liberação manual. Esta catraca está habilitada também para uso da biometria, mas, sempre que possível, devem ser utilizadas as demais catracas para acesso biométrico, pois ela é a única utilizada para entrada assistida através da foto.

Para acessar o Clube, o associado deverá posicionar sua digital no sensor vermelho e aguardar a leitura e validação do acesso. Este processo é executado em menos de 2 segundos. Após a validação da digital, se não houver restrição de acesso, a mensagem "Entrada Liberada" será exibida no display e também aparecerá a seta verde indicando o sentido liberado. ✪

TRIELO
SOLUÇÕES INTELIGENTES

- Controle de Acesso
- Vídeo-Monitoramento
- Registrador Eletrônico de Ponto
- Controle de Acesso Biométrico Residencial, Comercial e Industrial

www.trielo.com.br
Fone : +55 (11) 2808 6399

ANUNCIEI | REVISTA PAINEIRAS

DEEPMIND

A REVISTA PAINEIRAS MUDOU!

Conteúdo mais atrativo, gerando alta circulação, projeto gráfico de alto impacto e a presença de grandes anunciantes.

- ▶ Tiragem de 6.000 exemplares
- ▶ Muito mais conteúdo
- ▶ Completa cobertura jornalística de eventos esportivos e socioculturais
- ▶ Público de alto poder aquisitivo

Faça parte desta mudança.

(11) 3779 2099

marketing@clubepaineiras.com.br



Clube Paineiras
do Morumby

SOLUÇÕES PARA UM MUNDO CONECTADO



DATACENTER | TELECOM | SERVIÇOS DE TI para um mundo cada vez mais conectado

No mundo de hoje, cada vez mais conectado, a grande ameaça é a falta de conectividade. A Telium mudou e agora oferece SOLUÇÕES.

Soluções que agregam PERFORMANCE, ESTABILIDADE e SEGURANÇA para sua empresa.



DataCenter



Telecom



Serviços de TI

Bem vindo ao mundo conectado.



Opening August

at Cidade Jardim



The British College
of Brazil

Part of The British Schools Group

www.britishcollegebrazil.org Tel: +55 11 6408 7575