

# Paineiras

Outubro / 2011

Publicação mensal dirigida aos associados do Clube Paineiras do Morumby



# Dia das Crianças

3

[www.clubepaineiras.com.br](http://www.clubepaineiras.com.br)



*World Class Education*



The British College  
of Brazil

Part of The British Schools Group

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

# Sumário.



 **Paineiras.** página 12

## ESTACIONAMENTO PROVISÓRIO

Conheça as vantagens deste novo serviço

 **Kids.** página 42

Traga seus filhos para brincar conosco

## DIA DAS CRIANÇAS ESPECIAL



 **Esportes.** página 52

## PAN-AMERICANO DE NADO SINCRONIZADO

Atletas Paineirenses ajudam o Brasil

# Seções.

Paineiras	05
Clicks	17
Sociocultural	23
Kids	41
Esportes	51
Variedades	73



# Viva Intensamente seu Clube sua vida



## Revista Paineiras

Projeto Gráfico e Editorial:.....DeepMind Marketing Estratégico  
Jornalista Responsável:.....Rafael Castro Neto - MTb 63.397  
Editoração:.....Christopher Franklin  
Fotos:.....DeepMind, Andrea Ribeiro e Arquivo Paineiras  
Impressão:.....IBEP

### Anúncio

E-mail: [marketing@clubepaineiras.com.br](mailto:marketing@clubepaineiras.com.br)  
Telefone: 3779-2099



## Clube Paineiras do Morumbi

### Diretoria Executiva

(Gestão 01/2010 a 12/2012)

Presidente:.....José Miguel Spina  
1º Vice-Presidente:.....Sergio 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

Jurídico:.....Alexandre Jamal Batista  
Manutenção e Obras:.....Waldemar de Freitas Pizarro  
Ouvidoria:.....Armando Cabral Galhardo Guerra  
Suprimentos:.....Edilene Marchini Boéchat  
Tecnologia:.....Cláudia Stempfle

### Esportes

Artes Marciais e  
Halterofilismo:.....Fabiana Meili Dell'Aquila  
Fitness:.....Adriana Da Viá S. de Mello  
Nado Sincronizado:.....Leonice Mota Rossello  
Natação:.....Carlos Augusto Vieira de Moraes Filho  
Pólo Aquático:.....Giuliana G. Pessoa Sartori  
Squash:.....Rui Pastor

### Sociocultural

Cultural:.....Jacy Abs Musa  
Dança:.....Daisy Saba A. Mascaro  
Jovem:.....Carolina Villela Azevedo

### Conselho Deliberativo

Presidente:.....Luís Augusto Bulcão Carvalho  
Vice-Presidente:.....Cyro Kusano  
Secretária:.....Vera Lucia Zen

### Comissão de Sindicância

Membros Efetivos:.....Adeilton Bomfim Brandão, Zelita  
Caldeira Ferreira Guedes, Gilberto  
Canhadas, Maurício Goulart de Faria e  
Sandra Elvira Rosa de Souza Bernardi  
Membros Suplentes:.....Odmir Antonio Martino, Paula de Thuin  
Bevilacqua e Leda Ferreira Prado

### Comissão de Julgamento

Presidente:.....Cyro Kusano  
Membros Efetivos:.....Marco Aurélio Scalise, Antonio Misorelli,  
Douglas Ansarah e  
Luiz Cláudio Cardoso Carvalho.  
Membros Suplentes:.....Piergiorgio Helzel e Artur Luís Curado  
Dieguez

### Conselho Fiscal

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](http://www.clubepaineiras.com.br)



A large, stylized star graphic composed of several sharp, triangular points radiating from a central point. The star is rendered in a dark gray color against a white background. The word "Paineiras" is centered within the star's points.

**Paineiras**



**Diretoria Executiva - Gestão 2010/2012**

**Presidente:** José Miguel Spina

**1º Vice-Presidente:** Luiz Fernando de Paiva Monteiro

**2º Vice-Presidente:** Sergio Henri Stauffenegger

**Diretora Secretária:** Ana Emília O. de Almeida Prado

**Diretor Tesoureiro:** Roberval Ramos Mascarenhas

# A vida é uma contínua ousadia

**M**ais uma vez devo escrever o editorial para a próxima revista, e os assuntos a serem escritos perambulam por ideias que devem ser ordenadas.

Não quero ser redundante ao falar da alegria de ver os primeiros pilares brotarem da terra na construção de nosso estacionamento e de termos, após um longo trabalho, conseguido um local que permitiu a construção de um estacionamento provisório.

A logística implantada com o transporte dos associados, através de vans do Clube, mostrou-se adequada e faz a alegria de muitas de nossas crianças.

Começamos a construir um projeto de acessibilidade no Clube, que há muito tempo era necessário. Faremos uma parte este ano e terminaremos no próximo.

Quando pronto, tornará possível a todos o acesso a qualquer local do Clube.

A laje de cobertura do ginásio "antigo" está praticamente pronta, e estamos enviando ao Conselho Deliberativo um estudo preliminar para sua ocupação. Assim que aprovado, teremos um complexo esportivo e de lazer que tornará aquele espaço um dos mais acolhedores do Clube.

Com espetáculos de teatro, sessões de cinema, shows musicais e almoços temáticos, entre outros eventos, a vida sociocultural do Clube segue com alegria e entusiasmo.

Nossas crianças nos encantam com a frequência cada vez maior nos cursos de esportes e em todas as outras atividades que participam.

Nossas famílias têm, no Clube, o porto seguro que contribui para o desenvolvimento físico e intelectual de nossos filhos.

Porém, é o reconhecimento que temos tido dos associados, pelo trabalho realizado, que nos dá força e alento para continuarmos com o nosso trabalho, difícil porém extremamente gratificante por sabermos que estamos contribuindo, embora de forma modesta, mas com muita determinação, para o engrandecimento de nosso querido Clube Paineiras.

O amanhã, certamente, atestará para as gerações futuras o comprometimento que a Diretoria Executiva, juntamente com o Conselho Deliberativo, tem em manter o clima de compreensão e colaboração permeado entre todos.

Podemos e devemos discutir ideias, divergir, emitir opiniões e, despidendo-se de vaidades e paixões, buscar a melhor solução para os problemas que se apresentam.

Nossos funcionários cumprem papel decisivo na construção de tudo o que acontece no Clube. Sem eles nada seria realizado, portanto a láurea das conquistas lhes deve ser compartilhada. Nosso profundo reconhecimento e nosso muito obrigado a todos.

Estamos no último trimestre do ano de 2011 e o prenúncio da primavera que nos presenteia com sua flores, seus perfumes e suas cores nos dá a esperança, a calma e a serenidade para conduzirmos o Clube por águas tranquilas.

José Miguel Spina ✪  
Presidente



**PLANTÃO DE GESTORES** CELULAR: [11] 7436-1293

**Outubro**

Dia	Gestor	Celular
I 02/domingo	I Almeli Zangiorolimo	I 7530-4227
I 09/domingo	I Jefferson Gutierrez	I 7530-4227
I 12/quarta-feira	I José Ailton da Silva	I 7559-7019
I 16/domingo	I Celso Iapechino	I 9769-2798
I 23/domingo	I Jefferson Gutierrez	I 7530-4227
I 30/domingo	I Reginaldo Teixeira Rosa	I 7534-1102



## Amigos Paineirenses,

Neste Editorial resolvemos falar um pouco sobre as diferenças de atribuições entre a Diretoria Executiva e o Conselho Deliberativo.

“Se comparado ao corpo humano, pode-se dizer que os órgãos deliberativos e administrativos de uma associação são, respectivamente, seu 'cérebro' e seus 'braços'. Ou seja, enquanto os órgãos deliberativos determinam as linhas de ação e os rumos que o Clube tomará, os órgãos administrativos tratam de praticar atos em busca da concretização real destas ações”.

Lembramos que o funcionamento destes órgãos está previsto no Novo Código Civil - Lei nº 10.406 de 10 de Janeiro de 2002, já alterada pela Lei nº 11.127 de 28 de Junho de 2005. O artigo 54 traz os requisitos essenciais para validade do estatuto - que é o documento que dá vida à associação - que deve prever, sob pena de não ser considerado válido:

- A denominação, os fins e a sede da associação;
- Os requisitos de admissão, demissão e exclusão de associados;
- Os direitos e deveres dos associados;
- As fontes de recursos para sua manutenção;
- O modo de constituição e funcionamento dos órgãos deliberativos;
- A forma de gestão administrativa e de aprovação das respectivas contas; e
- As condições para a alteração das disposições estatutárias e para a dissolução.

Pela redação do artigo, fica clara a importância dos órgãos deliberativos, uma vez que são imprescindíveis para a existência da associação.

### São órgãos deliberativos de uma associação:

(i) A Assembleia Geral, órgão máximo de deliberação e decisão, com caráter permanente, que reúne todos os associados. De acordo com o artigo 59 do Novo Código Civil, compete privativamente à Assembleia Geral destituir os administradores (Diretoria Executiva) e alterar o estatuto da associação. Assim, sua presença é obrigatória em toda e qualquer associação sem fins lucrativos. No Paineiras, a Assembleia Geral é o órgão que delibera sobre qualquer matéria de interesse social para que tenha sido convocada, cabendo-lhe, privativamente, eleger os integrantes da Diretoria Executiva e do Conselho Deliberativo, aprovar reforma do Estatuto e deliberar sobre a dissolução do clube; e

(ii) O Conselho Deliberativo é um órgão formado por pessoas com grande conhecimento e experiência na área de atuação da associação. Elas geralmente trazem boas ideias de como conduzir suas atividades. No Paineiras, o Conselho Deliberativo é o órgão máximo da estrutura organizacional que, ressalvadas as matérias da alçada privativa da Assembleia Geral, delibera sobre qualquer matéria de interesse social para que tenha sido convocada. É responsável pelo direcionamento estratégico,

compreendendo as funções de orientação político-administrativa, cabendo-lhe fixar as diretrizes, os objetivos e políticas de administração, serviços e de aplicações dos recursos financeiros do clube. É o órgão que examina a Proposta Orçamentária e o Plano de Obras apresentados pela Diretoria Executiva e sobre eles delibera; examinar e deliberar, anualmente, o Relatório, o Balanço, a Demonstração de Receita e Despesas e Contas prestadas pela Diretoria Executiva, bem como o Parecer do Conselho Fiscal.

### Por outro lado, são órgãos administrativos da associação:

(i) A Diretoria - o órgão responsável pela gestão da associação e execução das decisões dos órgãos deliberativos. É um órgão que deve necessariamente existir. No Paineiras, a Diretoria Executiva é o órgão de administração geral do clube, cabendo-lhe fazer cumprir os dispositivos estatutários e regulamentares, de acordo com as diretrizes baixadas pelo Conselho Deliberativo e as normas legais vigentes. À Diretoria Executiva cabem todos os poderes decisórios e de administração ordinária do clube, respeitada a competência dos Conselhos Deliberativo e Fiscal; e



Mesa Diretora do Conselho Deliberativo - Gestão 2011/2013

Presidente: Luís Augusto Bulcão Carvalho

Vice-Presidente: Cyro Kusano

Secretária: Vera Lucia Zen

(ii) O Conselho Fiscal - tem como função fiscalizar os atos administrativos e verificar o cumprimento dos deveres legais e estatutários, trazendo mais transparência às atividades e movimentações financeiras da associação. No Paineiras, o Conselho Fiscal examina a prestação de contas, emitindo pareceres sobre as demonstrações contábeis, além de fiscalizar os atos da Diretoria Executiva e verificar o cumprimento de seus deveres legais e estatutários.

Finalizando, informamos que procuraremos promover a união de todos os órgãos - deliberativo e administrativo - a exemplo do que ocorreu na última gestão do Conselho Deliberativo, em prol dos interesses do Paineiras e buscando sempre “um clube para todos”.

Como você, queremos um Conselho Deliberativo atuante, propositivo, fiscalizador e crítico como melhor defesa do nosso patrimônio.

Estamos à disposição e contamos com a participação de todos.

Luís Augusto Bulcão Carvalho ✱  
Presidente do Conselho Deliberativo



# O Clube Paineiras

## ESTÁ PRESENTE NAS Redes Sociais



**H**á cerca de dois meses o Clube Paineiras do Morumby criou, através da DeepMind, agência responsável pelo Marketing do nosso Clube, e da EccoPress, Assessoria de Imprensa, o cadastro, manutenção e alimentação dos canais nas redes sociais mais utilizadas no momento, o Facebook e o Twitter.

As mídias sociais se tornaram, de um tempo para cá, um verdadeiro fenômeno. Essas redes são visitadas diariamente por 2/3 da população global e, somente no Brasil, 80% dos internautas usam essas redes. Além disso, o tempo gasto nos sites de relacionamentos tem crescido constantemente.

As pessoas buscam nessas mídias um espaço para se atualizarem sobre assuntos específicos, agrupando usuários por opiniões e interesses. Sendo assim, o Clube Paineiras do Morumby passou a explorar as redes como uma forma eficiente e rápida para divulgar seus eventos, campeonatos, shows e principalmente, unir cada vez mais a comunidade Paineirense. Em apenas dois meses, em caráter experimental, já reunimos quase 1.000 amigos e seguidores, cada vez mais por dentro das novidades do nosso Clube. ✪

**Ficou interessado? Acesse e confira nossos canais:**

<http://www.facebook.com/clube.paineirasdomorumby>

[http://twitter.com/paineiras\\_clube](http://twitter.com/paineiras_clube)



### Blog do Novo Estacionamento

Além das redes sociais, em nosso portal está disponível um novo Blog com atualizações constantes sobre o Novo Estacionamento, através do qual os interessados podem acompanhar o andamento das obras em tempo real.



**Clube Paineiras do Morumby**

**Novo Estacionamento**

Home | Vídeo | Cronograma | Licitação | Estacionamento Provisório

**Últimas Notícias**

**Movimentação de Vagas do P1**

**Atenção!**  
A partir do dia 01 de Outubro, 30 vagas das que ainda estão disponíveis no P1 serão desativadas para dar continuidade e agilizar as obras do novo estacionamento.

[Ler mais...](#)

**Blog do Estacionamento**

Seja bem-vindo ao blog do Novo Estacionamento do Clube Paineiras do Morumby. Através deste canal você pode acompanhar o andamento da obra e obter informações complementares sobre cada etapa deste grande projeto.

Participe!

**Etapas da Obra**

Via através de imagens, cada etapa desta grande obra.  
Clique para ampliar:

**Pesquisa**

**Novo Estacionamento**

**CAMINHOS DE VÍDEO**  
Acompanhe a Obra

**Últimas Notícias**

- Movimentação de Vagas do P1
- Blog do Estacionamento
- Etapas da Obra
- Primeira Fase
- Estacionamento Provisório

**Links**

- Portal Paineiras



# Avisos da CAT

**Funcionário de Sócio:** Lembramos que babás, motoristas ou enfermeiros só poderão ingressar nas dependências do Clube se estiverem previamente cadastrados e devidamente uniformizados.

Em caso de descumprimento das normas descritas no artigo 2º do Regulamento Interno, o funcionário poderá ter o direito de acesso revogado.

Informamos também que no caso de dispensa de funcionário, o associado deverá comunicar imediatamente o Clube.

**Desistência de Cursos:** O aluno que estiver inscrito em curso pago deverá formalizar sua desistência, por escrito, na Central de Atendimento – CAT, até o último dia de cada mês, para que não seja cobrada a mensalidade do mês seguinte.

**Cadastre seus dependentes:** Para fazer valer todos os seus direitos como associado, seu(s) filho(s) precisa(m) estar devidamente cadastrado(s) no Clube, até mesmo os menores de 5 anos.


Para as atividades e piscinas, por exemplo, o acesso só será liberado se o(s) dependente(s) estiver(em) devidamente cadastrado(s).

Consulte a Central de Atendimento para providenciar os documentos necessários.

**Taxa de Exclusão de dependentes:** Filhos e enteados de associados, ao completarem dezoito anos, passam a ser pagantes, de acordo com o estatuto vigente desde 1985. Quando a pessoa completa 30 anos (revisão estatutária de 21/10/2002), é excluída automaticamente. Caso ocorra o casamento do dependente, o associado titular deve comunicar o fato ao Clube no prazo de 30 dias.

As exclusões de dependentes pagantes poderão ser realizadas até o último dia de cada mês, para que não seja cobrada a mensalidade do mês seguinte.


**Importante:** Quando o associado se inscreve em uma atividade paga, o valor cobrado é proporcional ao dia da inscrição e não à data de início das aulas. Por exemplo: caso a inscrição seja realizada no 12, o valor cobrado equivale do dia 12 ao dia 30. O associado tem a opção de pagar à vista ou autorizar o débito automático na próxima mensalidade. \*



**você já sorriu hoje?®**

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

- Odontologia Estética
- Clareamento a Laser e Zoom
- Diagnóstico de Cárie a Laser
- Check - Up Digital Preventivo
  - Periodontia
- Endodontia com Microscopia
  - Odontopediatria
    - Implantes
    - Cirurgias
    - Laserterapia
    - Próteses
    - Ortodontia
  - Radiografia Digital
  - Sedação com Óxido Nitroso




Clínica Open Center Morumbi  
CROSP 7748


Responsável Técnico: Lella Telles de Oliveira CROSP 50740

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

- Estacionamento próprio



**Tel.: 3772-5292**



[www.clinicaopencenter.com.br](http://www.clinicaopencenter.com.br)

Conheça nosso

**Check up Preventivo Digital**

[www.clinicaopencenter.com.br](http://www.clinicaopencenter.com.br)

# Acessibilidade

Com o objetivo de implantar uma linguagem universal de acessibilidade, proporcionando aos associados – independente de suas limitações físicas – maior conforto no deslocamento dentro das dependências do Clube Paineiras do Morumbi, o Departamento de Manutenção e Obras iniciou as reformas nas áreas comuns e de acesso. As obras estão sendo realizadas de acordo com a norma 9050 da Associação Brasileira de Normas Técnicas, ABNT-NBR 9050, que estabelece critérios e parâmetros para auxiliar na mobilidade de pessoas que necessitem, ou não, da ajuda de aparelhos específicos, como próteses, aparelhos de apoio, cadeiras de rodas, bengalas de rastreamento, sistemas de adição e qualquer outro que complemente necessidades individuais. ★

## ÀS DEPENDÊNCIAS DO CLUBE

### Confira o andamento das obras:

#### Etapa 01 - Obras já executadas

- Acesso ao Clube através de faixa de pedestre, rampa e sinalização apropriada, construído em frente à guarita do estacionamento P-1;
- Banheiros adaptados para recebimento de PCR (portador de cadeira de rodas) e PMR (pessoa com mobilidade reduzida): banheiros da plataforma das piscinas, do terceiro subsolo da sede social, do Ginásio Velho e dos vestiários femininos e masculinos de associados;
- Plataforma metálica sobre as oficinas do Departamento de Manutenção e Obras, interligando o piso dos vestiários sociais ao elevador da torre do prédio da antiga sede social, facilitando o acesso à sala de artes plásticas, aos cursos de idiomas e Tai Chi Chuan, ao Centro Administrativo e ao Ginásio Velho;
- Rampas de alvenaria com inclinação de 8,33%, conforme a norma ABNT-NBR 9050, para facilitar a circulação no Ginásio Velho;
- Rampas de alvenaria para acessar as quadras de tênis, construídas ao longo do corredor com as mesmas especificações das rampas executadas no Ginásio Velho.

#### Etapa 02 - Obras projetadas para 2011:

- Elevador do Ginásio Velho: Para tornar possível o acesso entre os pavimentos onde ficam os vestiários sociais, a sala de Yoga, saunas masculina e feminina, quadras de peteca e de tênis, Centro Administrativo e as quadras do Ginásio Velho, além do acesso à lanchonete do Ginásio do Vale, o projeto prevê a instalação de um elevador de uso geral, com capacidade para oito passageiros (600kg), sem casa de máquinas, que será instalado em uma caixa de corrida metálica e fechamento externo com vidro e ACM, no espaço vazio entre a parede de concreto do Ginásio Velho e a caixa de escadas. O referido equipamento está projetado para possuir portas opostas e automáticas em todos os cinco pavimentos, sinalização visual, tátil e sonora, corrimão na cabine e sistema de comunicação interna, para facilitar o trânsito de qualquer usuário com segurança e autonomia.

- Acessibilidade às quadras de tênis e bocha: Os desníveis entre os pisos das quadras de tênis são consideráveis. Foi necessário projetar uma sequência de rampas de alvenaria nos pontos onde estão os degraus, possibilitando o acesso de PCR e PMR, dentro dos limites de inclinação permitidos pela ABNT NBR-9050.

As rampas que darão acesso direto às quadras de saibro serão instaladas nos desníveis entre um piso e outro, em substituição às escadas existentes. Terão inclinação de 8,33%, corrimão duplo e piso intertravado permeável, que servirá de linguagem para determinar o trajeto do PCR ou PMR. Os demais pisos serão mantidos no padrão do mosaico português.

Para que o PCR possa se deslocar até o nível das quadras cobertas 5 e 6, será instalada uma plataforma elevatória no nível do bistrô para as arquibancadas das quadras.





### Etapa 03 -Obras previstas para 2012:

Para concluirmos o processo de implantação do projeto de acessibilidade, algumas outras ações deverão ser postas em prática. Todavia, estas ações demandam um cronograma de obras longo. Sendo assim, ficariam previstas para uma terceira fase as seguintes obras:

- Adaptação dos banheiros: Banheiros que requerem acessibilidade para atendimento da ABNT-NBR 9050.

À concluir: Piso do Bistrô, Piso 1 e 2 do Fitness, Plataforma das Piscinas, Plataforma Infantil, Saguão Social e Vestiários Sociais masculinos e femininos.

À executar: Antiga Lanchonete das Piscinas, Banheiros do Campo Society, Bocha, Piano Bar, Restaurante Social, Snooker, Vestiários masculino e feminino do Vale e Vestiários do Squash.

- Rampas que necessitam de adaptação para atender a norma ABNT-NBR 9050

Para possibilitar o acesso ao Saguão Social, Cineteatro e banheiros, será necessário adaptar as rampas interna e externa do Saguão Social, que atualmente tem inclinação de 15%.

- Acessibilidade à Piscina Olímpica: Do patamar onde está instalado o elevador do Ginásio do Vale até o piso da Piscina Olímpica, há um desnível de 2,95m. Por este motivo, a solução encontrada para o acesso de PCR e PMR àquela área é a instalação de uma plataforma elevatória, inteiramente automática, posicionada na base da escada. Após a finalização do processo de subida ou descida, a plataforma volta ao seu ponto de estacionamento. Chegando ao piso da piscina, será possível se deslocar até a futura piscina de aquecimento a ser construída.

Para o deslocamento até o piso de Squash, será instalada outra plataforma elevatória, ligando o mezanino do hall principal às quadras e vestiários.

- Acessibilidade aos campos de Futebol Society, Campo de Futebol e Pista de Atletismo: Para integração das quadras poliesportivas do vale ao Campo de Futebol e Pista de Atletismo, será construída uma passarela ligando os níveis da Piscina Olímpica à Pista de Atletismo.

O acesso à nova pista de Skate e Campo de Futebol Society será feito por uma plataforma elevatória, posicionada no nível da Piscina Olímpica com acesso ao piso da pista de Cross, concluindo o percurso através de rampas com inclinação de 8.33%, que contornarão a nova pista de Skate, terminando no Campo de Futebol.

### Cronograma:

O tempo de conclusão das obras está diretamente condicionado aos prazos de entrega dos equipamentos de transporte vertical. Decorridos os processos de compra em ritmo normal, após a assinatura dos contratos, os fornecedores estipulam um prazo de cinco meses para a entrega dos equipamentos, em condições de operacionalização. Neste prazo, as obras civis seriam realizadas. Portanto estimamos as etapas conforme a seguir:

1ª Etapa – Concluída

2ª Etapa – 5 meses

3ª Etapa – 6 meses

### Custo Estimado:

Item	Custo R\$
<b>Etapa 2 – Exercício 2011</b>	
Equipamentos (elevador/plataforma)	146.155,00
Infraestrutura caixa de corrida	82.000,00
Infraestrutura civil	117.516,55
Infraestrutura elétrica	15.500,00
Mão de Obra	98.630,00
<b>Subtotal</b>	<b>459.801,55</b>
<b>Etapa 3 – Exercício 2012</b>	
Equipamentos (Plataformas)	153.000,00
Infraestrutura da caixa de corrida	45.000,00
Infraestrutura civil	106.992,80
Infraestrutura elétrica	26.132,00
Mão de Obra	71.085,00
<b>Subtotal</b>	<b>402.209,80</b>
<b>TOTAL GLOBAL</b>	<b>862.011,35</b>



**APTO. MORUMBI/PANAMBY**

**Um por andar, com linda vista.**

Fino acabamento.

Acesso fácil p/qualquer lugar.

Próximo do Parque Burle Marx, shoppings, escolas e empresas.

292m<sup>2</sup> AU; 481m<sup>2</sup> AT; 16º and.; 3 dms; 1suíte; closet; armários; living e dormitórios c/ terraço; sl. jantar; copa/cozinha equipadas; 3 vagas. Piscina, play-ground, jardim, salão de festas. Portaria 24 horas.

Visita só com corretor: **7393-4912**

J. Catarinacho – CRECI 100.931-F

# ESTACIONAMENTO PROVISÓRIO



**A** Diretoria Executiva, preocupada com o bem estar dos nossos associados durante o período de construção do Novo Estacionamento, buscou alternativas para que os associados sintam-se mais confortáveis nessa fase inicial de obras e que, com comodidade e segurança, possam continuar apoiando as evoluções do Clube.

Para minimizar os transtornos, como medida preventiva desde Abril, o Paineiras pesquisou na região alguns espaços, com os quesitos de segurança e proximidade, para que os associados pudessem estacionar seus veículos com total tranquilidade durante a realização de suas atividades. Foram realizadas cinco vistorias em terrenos próximos ao Clube, e no final de Agosto foi encontrado um local adequado em todos os requisitos analisados.





Localizado na Rua das Magnólias, vizinho ao n. 1132, continuação da Av. Dr. Alberto Pentead, sentido Ponte Cidade Jardim, pouco antes do túnel, o espaço escolhido pelo Paineiras foi totalmente estruturado e conta com serviço de manobrista, segurança, iluminação noturna e capacidade para 200 veículos. Chegando ao local, o associado é recepcionado e conduzido através de vans, até o Clube, por nossos motoristas. O trajeto dura em torno de cinco minutos.

As vans contam com ar-condicionado, amplo espaço interno e, durante o trajeto, são transmitidos DVD's infantis para a diversão dos baixinhos. Para o associado Luiz Antônio, o serviço está perfeito: "O trajeto é super tranquilo e acredito que a solução utilizada para amenizar nossa situação como associado nesse início de obras foi a ideal. Assim que essa primeira fase for concluída voltaremos ao normal", comenta.

Com a locação de um estacionamento provisório, o P1, estacionamento principal utilizado pelos associados, foi interditado por completo, acelerando as obras.

Em nosso primeiro dia de atividade, tivemos aproximadamente 200 associados utilizando o espaço e o serviço, e além dos elogios eles prometem recomendar aos amigos: "Recentemente, fiz um elogio aos serviços do estacionamento provisório para a ouvidoria. A equipe é muito educada e as vans são ótimas. Não entendo como as pessoas preferem ficar na fila ao invés de utilizar o traslado. Acredito que quem utilizar pela primeira vez recomendará aos amigos. Eu já fiz a indicação", comenta sorridente a associada Antonieta de Paula Leozzi.







A Diretoria Executiva só tem a agradecer a confiança e a compreensão que o associado vem depositando nesse grandioso projeto que, sem dúvida, será um benefício que a comunidade Paineirense merece. ✨

ESTATÍSTICA DE UTILIZAÇÃO DO ESTACIONAMENTO PROVISÓRIO

MÊS SETEMBRO	QUI	SEX	SAB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
DIA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
QUANTIDADE DE <b>VEÍCULOS</b>	51	11	75	70	25	59	98	94	30	49	36	23	75	37	46	20	84	91
Total Mensal: 974																		

ESTATÍSTICA DE UTILIZAÇÃO DO SERVIÇO LEVA E TRÁS

MÊS DE SETEMBRO	QUI	SEX	SAB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB	DOM
DIA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
QUANTIDADE DE <b>PESSOAS</b>	166	39	224	208	95	190	239	284	58	140	85	98	271	87	172	52	285	361
(Ida/Volta)																		

Total Mensal: 3054





# Rodízio de Pizza

no Restaurante  
das Cúpulas

**H**á dias em que bate aquela vontade de comer uma boa pizza, não é mesmo?

E que tal, ao invés de degustar apenas uma, comer quantos pedaços quiser, de vários sabores diferentes?

Agora você pode! Todos os Domingos, a partir das 19h no Restaurante Social, você tem um delicioso Rodízio de Pizza para aproveitar com sua família. ✪

**Venha conferir essa novidade.**

Serviço:

R\$ 19,90 adulto

R\$ 12,90 criança a partir de 6 anos

Bebidas e sobremesas não estão inclusas neste valor.

**YOUR BEST CHOICE**  
[www.bdobrazil.com.br](http://www.bdobrazil.com.br)

- ▶ Audit
- ▶ Tax
- ▶ Advisory
- ▶ Outsourcing



**BDO**

# Acesso Restrito

## SERVIÇOS ON-LINE

No último mês, entrou em atividade a Área Restrita no site do Paineiras, onde disponibilizaremos uma série de serviços aos nossos associados, desde uma simples segunda via de boleto bancário à compra de ingressos para os nossos shows.

O projeto, concebido pela Diretoria Executiva e desenvolvido pelo Departamento de Tecnologia em parceria com a Deep-Mind, agência de Marketing que atende o Clube, tem como objetivo facilitar a vida dos nossos associados, disponibilizando uma série de serviços a um clique, em ambiente seguro e de fácil acesso.

Neste primeira etapa, já temos disponíveis os seguintes serviços:

### Acesso



- Alterar Senha

### Atividades



- Consultar Inscrições

### Financeiro



- 2ª via de boleto não vencido

- 2ª via de boleto vencido



- Histórico de Pagamentos Efetuados



- Histórico de Pagamentos a Vencer

### Ocorrências



- Consultar Ocorrências

Para as próximas fases, dentre os serviços já planejados, temos: Agendamento de serviços médicos, Atualização cadastral, Ingresso de convidados de associados, Matrículas on-line, Registro de ocorrências, Venda de ingressos e muito mais.

Como boa parte desses serviços possui interações financeiras, inicialmente apenas os titulares poderão se cadastrar no sistema.

Para mais informações, ou para ter acesso aos novos serviços, dirija-se à Central de Atendimento do Clube e solicite sua senha. \*





**Clicks**

# Torneio de Tranca

Em homenagem ao 51º Aniversário do Clube Paineiras



Com o objetivo de promover o entretenimento entre os associados do Clube Paineiras, o Torneio de Tranca, realizado no dia 27 de Agosto, foi um verdadeiro sucesso. Além de proporcionar o entrosamento e a satisfação dos associados, o torneio deixou todos os presentes muito alegres e animados. As duplas campeãs foram presenteadas com diversos prêmios. \*

## Resultados:

1º Lugar – Sr. Celso Alves e Sr. Bruno Filho

2º Lugar – Sra. Maristela Lopez e Sr. Faustino Mendez

3º Lugar – Sr. Valter Tuyama e Sr. Herder Cabral

Apoio:



Hotel Ponto de Luz





Sra. Maristela Lopez, Sr. Faustino Mendez, Sr. Celso Alves, Sr. Bruno Filho, Sr. Herder Cabral e Sr. Valter Tuyama



# Noite das Arábias



**N**o dia 2 de Setembro, o Restaurante das Cúpulas recebeu a milenar e encantadora cultura árabe em um evento grandioso, preparado especialmente pelo Departamento Sociocultural.

Foi oferecido aos presentes um cardápio típico, todo especial, e a animação ficou por conta da apresentação surpreendente de Jihad Smaili e Banda, além de muita Dança do Ventre. ✨

Confira os melhores momentos:











The background features a complex geometric pattern of overlapping teal and white shapes. The teal shapes are primarily triangles and polygons of various sizes and orientations, creating a starburst or crystalline effect. The white shapes are also geometric, often appearing as negative space or as distinct angular forms. The overall composition is dynamic and modern.

**Sociocultural**

# PREMIAÇÃO

## SALÃO INTERCLUBES DE

# P

**ARTES LÁSTICAS  
DA ACESC  
2011**

**O concurso teve a participação de 66 artistas plásticos e 83 obras representando os clubes:**

Associação Brasileira "A Hebraica" de São Paulo  
Club Athletico Paulistano  
Clube Monte Libano  
Clube Paineiras do Morumby  
Esporte Clube Pinheiros  
Esporte Clube Sírio

Confira no Portal do Clube mais informações sobre os eventos que fazem parte da Maratona Cultural ACESC:

**Concurso de Fotos**  
**Concurso de Literatura**  
**Concurso de Teatro**

**O** Clube Paineiras do Morumby, no dia 15 de Setembro, promoveu um coquetel para a divulgação dos finalistas do XV Concurso de Artes Plásticas da ACESC de 2011. O evento também revelou a obra e o nome do vencedor do VI Concurso do Troféu, que será utilizado na premiação de todos os concursos da XIII Maratona Cultural ACESC 2011.

Esteve presente no evento o Vice-Presidente do Conselho Superior da ACESC e Presidente do Clube Esportivo Helvetia, Dr. Ronaldo Cianciarulo, recebido no Paineiras por nossa Diretora Secretária, Dra. Ana Emília Oliveira de Almeida Prado. ★

**O júri formado por três competentes profissionais, incumbidos de selecionar os classificados, foi composto por:**

Sr. Fernando Durão — Presidente eleito da Associação Profissional de Artistas Plásticos (APAP).

Sr. Guilherme de Faria — Renomado artista multimídia, desenhista, pintor e gravador paulistano amplamente conhecido; poeta, contista, romancista, cordelista, palestrista e declamador.

Sr. Oscar Alejandro Fabian d'Ambrosio — Crítico de arte, doutorando em Educação, Arte e História da Cultura na Universidade Mackenzie.



Os classificados Paineirenses nas diversas categorias são:

## AQUARELAS

Ana Maria Cuenca Alzueta, com a obra "Cores I"



## GRAVURAS

Anita Colli, com a obra "Ramais e Pés no Chão"



Edna Zimbres, com a obra "Alegoria"



## PINTURA FIGURATIVA

Helvy Gretter, com a obra "Palafita Urbana"



## DESENHOS

Claudete Rocha Galhardo Guerra, com a obra "Complemento"



Helvy Gretter, com a obra "Bugaloo"



## INSTALAÇÕES E EXPRESSÕES CONTEMPORÂNEAS

Anita Colli, com a obra "Girola"



O vencedor do VI Concurso do Troféu foi Miguel Bludeni Filho com a obra "Árvore", do Esporte Clube Sirio.

A classificação final, com entrega de troféus e medalhas, será divulgada no evento de encerramento da Maratona Cultural ACESC 2011, no final do ano.

As fotos do evento estão disponibilizadas no site da ACESC: [www.acesc.org.br](http://www.acesc.org.br)



# Clube Paineiras do Morumbi



Boate



Piano Bar



Restaurante das Cúpulas



Saguão Social



Salão Nobre



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

Agende uma visita para conhecer nossos espaços e condições de pagamento.  
Confira a nossa tabela de preços especiais!

Horário de Funcionamento:

**Terça à Sexta:** das 8h às 13h  
e das 14h às 18h

**Sábado:** das 8h às 12h  
e das 13h às 17h

**E-mails:** [locacoes1@clubepaineiras.com.br](mailto:locacoes1@clubepaineiras.com.br)  
[locacoes2@clubepaineiras.com.br](mailto:locacoes2@clubepaineiras.com.br)

**Promoção:**

Para os meses de Outubro e Novembro,  
o Setor de Locações traz aos associados do  
Paineiras uma promoção especial para cessão  
de espaço da Boate e Salão Nobre, às Segundas e Quintas.

**Setor de Locação de Eventos:**

11 3779-1709  
11 3779-2075





## “UM OUTRO OLHAR”

Documentário sobre Nanismo

**A**ssociada Bruna Lavoura produziu um documentário no ano de 2007 sobre um tema que mantém muitos tabus e que não é muito discutido em nosso país, o nanismo. Ela e quatro amigas realizaram esse projeto não apenas como um trabalho de Conclusão de Curso na faculdade, mas sim como um manual que pudesse fazer diferença na vida das pessoas acometidas pela disfunção e suas famílias.

Para construir o documentário, Bruna conviveu e sentiu na pele a dificuldade dessas pessoas. “Muitas mães de anões com quem conversamos disseram que, quando o filho nasceu, elas pesquisavam sobre essa mutação genética e quase não encontravam informações. Tinham que recorrer a sites e contatos internacionais para que pudessem saber mais sobre o assunto. Dessa forma, percebemos que falar sobre nanismo seria uma forma de tentar fazer a sociedade olhar mais para esse grupo, como uma realidade e não como piada. Hoje, tentamos levar o tema adiante por meio desse documentário que mostra, através de depoimentos, a vida de pessoas com nanismo. Apesar das limitações que eles enfrentam diariamente, o filme mostra pessoas vencedoras que não desistiram de seus sonhos”, comenta a autora.

O documentário foi selecionado no Festival Assim Vivemos 2011. Já foi exibido nos cinemas do Centro Cultural Banco do Brasil, em Brasília e no Rio de Janeiro, atraindo

diversos adeptos. “Quem assiste ao documentário fica emocionado ao conhecer histórias de pessoas que, mesmo com suas limitações, são felizes e continuam lutando por seus objetivos. Além disso, o público passa a conhecer melhor como e porque essa mutação acontece. Qualquer pessoa pode ter um filho com nanismo. E qualquer pessoa está sujeita a sofrer os preconceitos da sociedade. O filme tem o objetivo de mostrar que todos somos iguais. Discriminação e preconceito estão fora de moda”, comenta Bruna.

Percebendo a riqueza de informações contidas neste documentário, e de como o tema é interessante e pouco explorado em nossa sociedade, o Departamento Sociocultural do Clube Paineiras irá exibir essa emocionante obra no dia 12 de Outubro, às 17h no Cineteatro, com entrada franca aos associados.

“Estou muito feliz que o Clube tenha disponibilizado o Cineteatro para exibir o documentário. Agradeço imensamente à todo Departamento Sociocultural e o Clube Paineiras que teve a brilhante ideia de mostrar esse trabalho aos associados. Esse é um grande presente pra mim e para aqueles que irão assistir ao filme. Todos estão convidados. Vocês com certeza sairão diferentes e com outro olhar sobre a vida”, convida Bruna. ✨



A pizzaBistrô  
de São Paulo

tradicional . vegana  
galettes

Delivery  
3814-2681

Fradique Coutinho, 1171  
Vila Madalena  
Informações /Reservas: (11) 3814-2681  
marietherese.com.br







# Sexta Nobre Dançante

## Banda Oldies Mobile e DJ - 07 de Outubro



Cinco músicos profissionais, e amigos de longa data, se reúnem para apresentar o que consideram o melhor da música pop nacional e internacional. Com ótimos arranjos vocais, trazem grandes criações dos anos 60 e 70, passeando por nomes como 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 e dos inesquecíveis clássicos da Jovem Guarda e dos Beatles.

## Não haverá programação - 14 de Outubro

## Sexta Nobre Dançante Especial - 21 de Outubro



Baile à Fantasia com a Banda Koisa Nossa e DJ.

*Obrigatório o uso de fantasia ou máscara.*

Ingressos à venda no Stand (consumo cobrado a parte).

Maiores informações na Central de Atendimento (CAT).

## Banda Baila Comigo - Bell & John - 28 de Outubro

Banda composta por nove músicos: tecladista, guitarrista, baterista, percussionista, dois metais e três cantores. Com um repertório de músicas nacionais e internacionais, boleros, chã-chá-chá, mambo, rumba, Ray Conniff e anos 60, 70 e 80.



**Horário:** 21h30 às 2h

**Local:** Restaurante das Cúpulas

**Buffet:** A&B Rofer



# Sábado Musical



## Mila Ribeiro - 01 de Outubro



Há mais de dez anos na estrada, o timbre de Mila Ribeiro tem agradado aos mais exigentes ouvidos, seja no Brasil ou nas apresentações internacionais que realizou em Mônaco e na República Dominicana.

Com um repertório surpreendente e recheado de improvisações marcantes, Mila - acompanhada pelos talentosos violonistas Leonardo Ferreira e Kiko Moura - traz ao palco do Piano Bar o melhor da Bossa, Jazz, Pop e outras influências, além de alguns trabalhos autorais.

## Trio Kyodushin - 08 de Outubro

O percussionista Antônio Panda Gianfratti, o pianista Fabiano de Castro e o contrabaixista Maurício Biazzini formam o Trio Kyodushin, que se baseia fundamentalmente no policromatismo sonoro, privilegiando os timbres. Além disso, valoriza também uma apurada escolha do repertório, incluindo temas de jazz e música brasileira de fácil reconhecimento, mas com uma releitura contemporânea e inusitada.



## Projeto Nossos Talentos - 15 de Outubro

Apresentação em grande estilo dos nossos associados Cristina Keese, Daniela Grandeza, Kayser Abadessa, Renata Abadessa, Silvio Prado e Sônia Costa com acompanhamento do cantor, compositor, violonista, pianista e produtor musical, Greco Cruz.



## Sarita & Lilico, Reviver - 22 de Outubro

A dupla musical Sarita e Lilico, Reviver, formada em 1990, traz o fruto de pesquisas dos sucessos nacionais e internacionais da época áurea da música. Como o próprio nome sugere, revive canções de qualidade, com "roupagens" novas e arranjos originais, trazendo de volta os melhores momentos de todos os tempos.



## DuoBeat c/ Jazz Romântico & Bossa Nova - 29 de Outubro

Dupla formada por Roger Isla e Leonardo Giordano, que vem se apresentando na noite paulistana. Ambos possuem mais de 20 anos de experiência profissional, como músicos e produtores musicais. O DuoBeat propõe um repertório focado no melhor da Música Brasileira, Pop & Rock Internacional e Jazz Romântico.



**Horário:** 20h às 2h

**Local:** Piano Bar

**Show:** 21h30 às 23h30

**Buffet:** A&B Rofer

**A reserva de lugares deverá ser feita pelo telefone: 3779-2052**



Núcleo Adulto de Teatro Arte In Cena do Paineiras apresenta:

# Nossa Vida em Família

## Dias e horários:

1º de Outubro - Sábado às 20h  
2 de Outubro - Domingo às 19h  
13 de Novembro - Domingo às 19h

(Apresentação para o Júri da ACESC,  
no Concurso Interclubes de Teatro).

**Texto:** Oduvaldo Vianna Filho

**Direção:** Moisés Miastkowsky

Cineteatro

Entrada Franca



## Sinopse:

Sousa e Lu, casal de septuagenários da cidade de Miguel Pereira, Rio de Janeiro, conseguem reunir quatro de seus cinco filhos para um almoço de domingo. Os dois precisam transmitir uma notícia impactante: a casa que alugam por um valor simbólico, há mais de quarenta anos, foi pedida pelos herdeiros do proprietário, recentemente falecido.

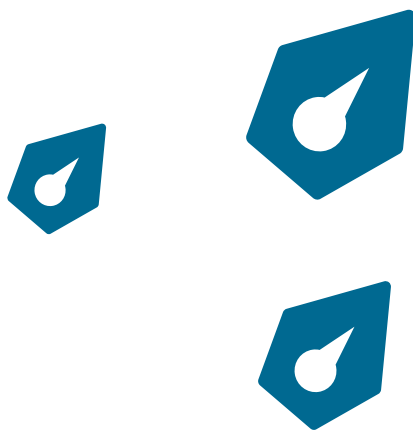
Espremidos por questões de espaço e orçamento, os filhos optam por uma temporária divisão de responsabilidades. Sousa vai para o apartamento da filha mais nova, Cora, em São Paulo, e Lu para o apartamento do mais velho, Jorge, no Rio de Janeiro. Separados um do outro e inseridos em inabituais rotinas familiares, tanto Sousa quanto Lu passam a conviver com a dor da perda de seus papéis no universo familiar.



# Homenagem AO

## DIA DO LIVRO

## E À SEMANA DA BIBLIOTECA



O Departamento Sociocultural do Clube Paineiras do Morumby convida todos os associados a conferir, em nossa Biblioteca, uma homenagem feita especialmente para o Dia do Livro e a Semana da Biblioteca. As exposições literárias ficarão expostas durante todo o mês de Outubro.

### Confira a programação:

23 a 29 de Outubro: Comemorando o Dia do Livro, faremos uma exposição mostrando a evolução da nossa Biblioteca. Serão expostas fotos de "ontem e hoje", números do nosso acervo e, o mais importante, prestigiaremos os associados que mais leram em nossos domínios: Angela Maria Follador, Christienne Ethel de Alencar, Claudia Wagner de Lima Dias, Denise Guedes Marques Amade, Edda Maria Robba Frost, Elisa Augusta M. de Mello, Fania Sbrighi Lopes, Helena Semlak, José Franco de Souza Junior, Magnólia M. de Oliveira Gomes, Mecys Paleckis Junior, Monica Martuscelli Castro, Myrian Fiani Batah, Nida Maria Paleckis, Nilze Estrada Gomes, Nina L. Christoffersen Knaus, Suzana Pellicciotta e Transito Bailon Ramirez.

- Na mesma data, faremos uma homenagem ao Centenário do escritor e ator Mario Lago, expondo as obras, bibliografia e biografia deste grande ícone da literatura brasileira. ★

### \*Comemore!

Para comemorar o Dia do Livro, uma data tão especial, leia uma obra, presenteie alguém com um livro e, principalmente, escreva bastante.

Se você escreveu algo sobre qualquer assunto e queira publicá-lo, envie um e-mail para: [biblioteca@clubepaineiras.com.br](mailto:biblioteca@clubepaineiras.com.br). Nós da Biblioteca do Paineiras teremos o maior prazer em divulgar.

## 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 Boluarte, 303  
Vila Olímpia  
Fone: 3846 1345  
9981 4782  
e-mail: [paleckis@terra.com.br](mailto:paleckis@terra.com.br)

# Dicas Culturais

Neste mês de Outubro, o Departamento Sociocultural apresenta uma nova seleção de livros que foram recentemente lançados e já se encontram disponíveis em nossa Biblioteca. ★

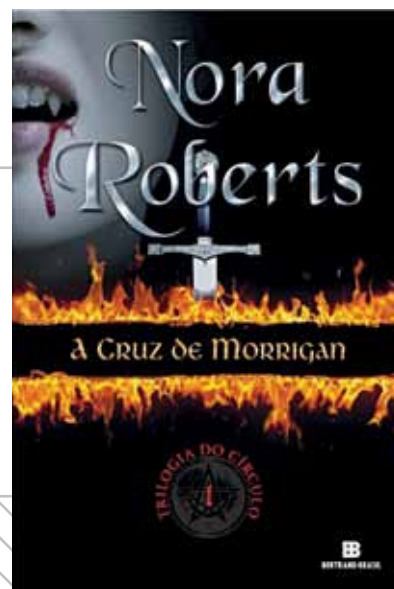
## O Último Caso da Colecionadora de Livros

**Sinopse:** Em O Último Caso da Colecionadora de Livros, o autor faz seu alter ego detetivesco esperar em um *diner* de Idaho por seu novo cliente, Sr. Willis, homem de maus bofes e atrasado em uma hora para o encontro. Willis quer que Janeway avalie os livros raros da biblioteca que pertencera a Candice, a finada esposa do recém-falecido Harold Geiger, milionário e dono de um haras. Sem essa avaliação, o testamento de Geiger, que era o patrão de Willis, não poderá ser executado. Ao seguir as pistas de livros caríssimos que estariam faltando na biblioteca de Candice Geiger e travar intimidade com sua bela filha Sharon, o livreiro de Denver acaba destampando uma verdadeira caixa de Pandora familiar, cheia de segredos, revelando a verdadeira *causa mortis* de Candice.



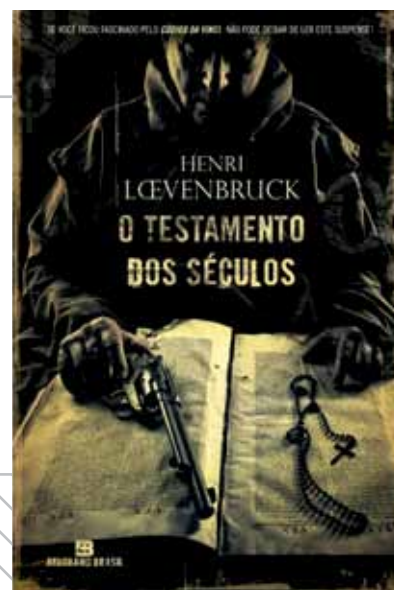
## A Cruz de Morrigan: Trilogia do Círculo Vol. 1

**Sinopse:** Com elementos sobrenaturais e toques fascinantes de suspense e sedução, Nora Roberts, autora nº 1 da lista de best sellers do New York Times, apresenta A Cruz de Morrigan, primeiro volume da Trilogia do Círculo. Hoyt Mac Cionaoith não perdoa a força do mal que o separou do irmão gêmeo. Essa força se chama Lilith, uma vampira demoníaca. Nascida há milhares de anos, ela atrai um número incontável de homens, devastando-lhes a alma com seu beijo maligno. Para enfrentá-la, a Deusa Morrigan escolhe Hoyt e o faz viajar mil anos no futuro, para Nova York no século XXI, a fim de que encontre as pessoas certas para formar o círculo dos seis. Poderá Lilith ser detida antes que finalmente consiga dominar o mundo?



## O Testamento dos Séculos

**Sinopse:** Que mensagem criptografada Jesus Cristo teria deixado à humanidade? Qual o preço a pagar por tal descoberta? Desde o início dos tempos, uma linhagem de beduínos é responsável por guardar a chave que decifrará o mais antigo e importante segredo da humanidade: a mensagem criptografada que Jesus Cristo deixou aos homens. Vivendo no Deserto da Judéia, eles tinham a certeza de que se manteriam anônimos a tudo e todos. Assim aconteceu, até o dia em que assassinos cruéis invadem o templo e dizem um por um. Ao mesmo tempo, um experiente estudioso morre, em circunstâncias suspeitas, num vilarejo na França. Quando seu filho, Damien Louvel, viaja de Nova York para resolver as questões burocráticas do funeral, descobre que o pai estava mergulhado numa pesquisa sobre um misterioso objeto — a pedra de Iorden —, que, ao que tudo indica, custou-lhe a própria vida.





## Venda de ingressos a partir de 8 de Outubro

Venha passar um Reveillon inesquecível com amigos e familiares em uma descontraída confraternização, repleta de brilho e música, com um cardápio cuidadosamente elaborado com a assinatura do Buffet Rofer e o famoso espetáculo pirotécnico da queima de fogos. Garanta seu ingresso no nosso Stand de Vendas e inicie o ano em grande estilo.



Reveillon  
Paineiras 2012

## Balada Paineiras



Venha conferir a Balada "Halloween" que será realizada no Salão Nobre, no dia 29 de Outubro, a partir das 18h. Para a ocasião, estamos preparando um ambiente de muita alegria e puro agito.

No local serão comercializados salgadinhos industrializados, água, refrigerantes e energéticos.

A Balada é destinada exclusivamente para adolescentes entre 12 e 17 anos.

Os ingressos podem ser adquiridos no Stand de Vendas. Mais informações na Central de Atendimento ou pelo telefone: 3779-2010. ★

## Videokê



Venha soltar a voz, encontrar os amigos, degustar deliciosos petiscos e apreciar sua bebida preferida no Videokê do Paineiras.

Este evento acontece todas as Quintas, das 20h à 1h, em um dos ambientes mais bonitos e aconchegantes do Clube, o Piano Bar.

Dispomos de uma grande seleção de músicas, escolhidas para agradar todos os gostos.

Mais informações na Central de Atendimento – CAT ou pelo telefone: 3779-2010. ★



# EXPOSIÇÃO de Flavio Caporali

O Saguão Social do Clube Paineiras irá receber, de 4 a 10 de Outubro, a exposição de Flavio Caporali, artista plástico nascido em São Paulo e radicado desde 1988 no Peru. Suas obras são marcadas pela maneira com que Flavio lida com as cores e transparências, construindo belíssimas obras em que a água é o grande tema. As imagens das profundezas do mar, com a presença de animais como golfinhos e peixes revelam o amor ao detalhe.

A atmosfera marinha pintada por Caporali foi usada na construção de um filme peruano de animação 3D chamado O Golfinho – A História de um Sonhador, baseado em livro de Sergio Bambaren. Suas telas serviram de base para a elaboração de personagens como o protagonista Daniel, a lula Carl, a raia Manta e a malvada barracuda Lucius. Seja na criação das variações de tonalidades da água, na visão de florestas próximas ao mar ou na representação realista da fauna e da flora aquáticas, Flavio Caporali transmite, com primor técnico e grande harmonia, um encantamento pelo poder do mar de nos estimular os mais instigantes sonhos. ✪





O Teatro Juvenil do Clube Paineiras, apresenta:

# As malandragens de Escapino

Autor: MOLIÈRE.

Direção: Moisés Miastkowsky

Indicada para maiores de 12 anos.

Sinopse: Escapino, um Zanni, é muito esperto e seu grande prazer está em meter-se em confusões para que, com suas artimanhas, venha a safar-se delas, como uma maneira de tornar a vida mais excitante. É dessa forma que ele se mete na complicação amorosa em que se envolveram os jovens patrões enquanto os pais deles estavam viajando. Um casamento escondido, a paixão do jovem patrão por uma cigana, uma filha perdida; em meio a tudo isso, Escapino cria muitas confusões para os outros personagens e, é claro, situações divertidas para o público.

## Dias e horários:

15 e 16 de Outubro

(Sábado e Domingo) às 14h30

05 de Novembro

(Sábado) às 14h30

Apresentação Especial para o Júri  
do Festival de Teatro da ACESC

**Plataforma Infantil**  
**Entrada Franca**





# Cursos Culturais

## FERIADO

Informamos que no dia 12 de Outubro não haverá aulas nos cursos do Setor Cultural, devido ao feriado de Nossa Senhora Aparecida. ✱

## CRONOGRAMA DE REMATRÍCULAS E MATRÍCULAS PARA O 1º SEMESTRE/2012 - CURSOS DO SETOR CULTURAL

**Horários para o Teste de Habilidade, obrigatório para novos alunos:**

Curso	Data
Ballet Clássico	09/11 - 19h - 2º Ano (Geórgia)
	09/11 - 20h - 3º Ano (Geórgia)
	10/11 - 15h - 2º Ano (Geórgia)
	10/11 - 16h - 3º Ano (Geórgia)
	10/11 - 17h - 4º Ano (Thália)
	10/11 - 18h - 5º Ano (Thália)
Dança do Ventre	10/11 - 19h - 6º Ano (Thália)
	10/11 - 20h - Nível II
Dança do Ventre	10/11 - 21h - Nível III
	09/11 - 8h - Adulto - (Silvia)
Jazz	09/11 - 15h - Nível II
	09/11 - 17h - Adulto (Roni)
	09/11 - 18h - Nível III
	09/11 - 19h - Nível IV
Violão	23/11 - 14h - Nível II
Teclado	22/11 - 14h - Nível II
Guitarra	23/11 - 16h - Nível II
Sapateado	09/11 - 8h - Nível II
	09/11 - 15h - Nível II
	09/11 - 16h - Nível III
	09/11 - 18h - Nível III
Dança de Salão	09/11 - 17h - Nível III
	09/11 - 17h - Nível III
Dança Contemporânea	09/11 - 17h - Nível III
	09/11 - 17h - Nível III
Dança Flamenco	09/11 - 17h - Nível III
	09/11 - 18h - Nível II

### IMPORTANTE:

Site do Clube: [www.clubepaineiras.com.br](http://www.clubepaineiras.com.br)

Horário de Funcionamento da Central de Atendimento:

Segunda à Sexta, das 8h às 20h

Sábados, Domingos e Feriados, das 8h às 17h

**31/10 a 19/11:** Rematricula dos alunos do Setor Cultural, em sala de aula com o professor.

**9 e 10/12:** Prazo para troca de horários, somente na Central de Atendimento.

Considerando o critério de ordem de chegada, os associados devem se inscrever nas vagas disponíveis ou na lista de espera de turmas sem vagas disponíveis no momento.

**12 a 16/12 -** Matrícula para alunos novos de todos os cursos do Setor Cultural, na Central de Atendimento.

As vagas não serão preenchidas por ordem de chegada.

Se o número de alunos for maior que o número de vagas disponíveis, o sistema informatizado realizará o sorteio aleatório para o preenchimento das vagas disponíveis.

**17/12 às 10h -** Sorteio da Matrícula dos alunos novos, na Central de Atendimento - CAT.

Após o sorteio, as informações sobre o resultado serão divulgadas pela CAT e no site do Paineiras.

**30/11 -** Término das atividades, exceto:

**14 de Dezembro -** Tapeçaria e Consciência Corporal - Profª Sandra

**15 de Dezembro -** Teatro Adulto

**16 de Dezembro -** Consciência Corporal - Profª Eugenia

**17 de Dezembro -** Tai Chi Chuan e Yoga

**1º Semestre de 2012:** Início dos Cursos do Setor Cultural: 06 de Fevereiro





# Satsanga

## Encontro de Yoga

22 de Outubro, às 14h30 | Palestra com Maria Sylvia Barreto  
na Sala de Yoga | Guimarães Cornelsen

**L**icenciada em História, Maria Sylvia aprofundou-se nos ensinamentos orientais, tendo ministrado as cadeiras de Ética do Yoga, o Bhagavad Ghita e diferentes escolas de Yoga ao longo de 16 anos. É também conhecedora das metodologias Pathwork e Core Energetics.

Neste ano, a palestra abordará um olhar atual para o significado do caminho do

Yoga. De acordo com o que Krishna responde ao guerreiro Arjuna no Bhagavad Ghita, não existem novas verdades, mas explicações apropriadas ao momento em que se vive.

O objetivo é ampliar nossos entendimentos a fim de aplicá-los, da melhor maneira, na nossa vida diária, a fim de estabelecer bem estar interior, alegria e um estado

amoroso de ser, independente das circunstâncias externas.

Para os alunos do curso de Yoga e associados interessados, a entrada é gratuita, sem a necessidade da apresentação de convite. ★

## Lista de Intenção:



CIRQUE DU SOLEIL.



**E**m uma misteriosa floresta no interior de um vulcão, existe um mundo extraordinário em que o novo e o mágico caminham lado a lado. Um lugar chamado Varekai, onde tudo é possível.

Prepare-se para um show de rara beleza e acrobacias inacreditáveis.

Os interessados deverão se inscrever na lista de intenção no Stand de Vendas até o dia 15 de Outubro. Havendo a quantidade mínima de aquisições até dia 30 de Outubro, promoveremos a saída, caso não seja atingido um mínimo de 13 pessoas, devolveremos o valor pago. ★

### Serviços:

Data da ida: 24 de Novembro

Saída da Portaria Social: às 18h30

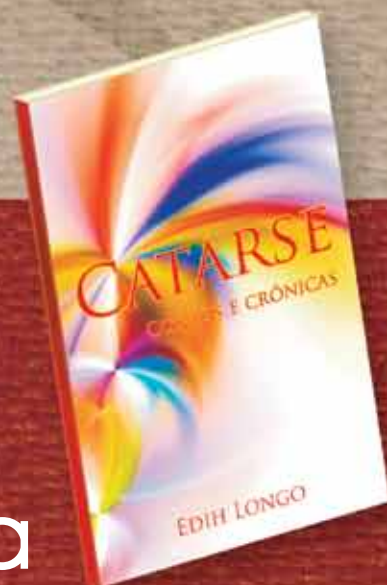
Valor Inteiro: R\$390,00 (condução inclusa)

Valor Meia entrada: R\$220,00 (condução inclusa)

Forma de Pagamento: Dinheiro ou Cheque de associado a vista



# Lançamento do Livro “Catarse” tem noite de autógrafos com a autora



**A** escritora e associada do Clube Paineiras do Morumby, Edih Longo, lançará no dia 6 de Outubro seu livro “Catarse”, em uma noite de autógrafos no Piano Bar, a partir das 20h30.

“O livro trata de problemas humanos nos campos sociais, políticos, econômicos e idiossincráticos – condutas peculiares de comportamento, temperamento ou sensibilidade de uma única pessoa. É um grito de dor e ao mesmo tempo uma gargalhada de alegria. Pra mim, a catarse é a sujeira da ostra que se transforma em pérola”, comenta Edih.

Edih Longo nasceu no dia 8 de Julho de 1952 em Monteiro, Estado da Paraíba. Em suas diversas idas e vindas em cidades interioranas do Brasil, criou, com a cultura desses lugares, diversos de seus personagens, fortalecendo o tema sobre o qual mais gosta de escrever: o homem e suas idiossincrasias.

Atualmente, dedica-se a escrever e atuar no grupo de Teatro do Paineiras, “Arte in Cena”, e já teve seu texto “Cicatrizes” encenado pelo grupo. Através do teatro ganhou alguns prêmios como contista, cronista, poetisa e atriz.

“Gostaria de convidar toda a comunidade Paineirense para o lançamento do meu livro. Vamos passar uma noite agradável com muita amizade e amor à literatura”, convida a autora. ✪





# Coral Paineiras

## Renascença Fest Coral



No dia 22 de Outubro, Sábado, às 17h, o Coral Paineiras – sob a direção de Ana Yara Campos – convida para a primeira edição do Renascença Fest Coral, a realizar-se no Cineteatro do Clube Paineiras do Morumby com entrada franca.

Participarão do evento o Madrigal Ars Viva de Santos, sob a regência do Maestro Roberto Martins, e o Collegium Musicum de São Paulo, com a direção de Bruno Facio. Ambos com reconhecido destaque no cenário do coral brasileiro.

A proposta musical é a interpretação da música renascentista, em seus aspectos performáticos e histórico-culturais, oferecendo ao público a chance de apreciar canções que, embora surgidas há séculos, mostram-se bastante atuais ao retratar o ser humano como principal sujeito de suas ações, buscas, conquistas e fragilidades.

Quem quiser se preparar melhor para apreciar o Renascença Fest Coral, poderá assistir ao Ensaio Geral Aberto ao Público, que acontecerá no mesmo dia 22 de Outubro, às 11h, no Cineteatro. Na ocasião, o Coral Paineiras abrirá as portas de seu ensaio aos sócios interessados, para apresentar alguns trechos musicais e comentários relacionados à música renascentista.

Não perca! ✨



Eventos

Jacob Minassian  
GASTRONOMIA ÁRABE

O melhor da gastronomia Árabe  
vai até você.



e-mail: [jacobminassian@gmail.com](mailto:jacobminassian@gmail.com) - tel.: 11 91373641

# AGENDA SOCIOCULTURAL

Outubro

<b>01</b> sábado	20h 20h	Sábado Musical – Mila Ribeiro Teatro Adulto “Nossa Vida em Família”	Restaurante das Cúpulas Cineteatro
<b>02</b> domingo	19h	Teatro Adulto “Nossa Vida em Família”	Cineteatro
<b>04 a 10</b>	9h às 22h	Exposição de Flavio Caporali	Saguão Social
<b>06</b> quinta-feira	20h30	Noite de Autógrafos com Edih Longo “Catarse”	Piano Bar
<b>07</b> sexta-feira	21h30	Sexta Nobre Dançante – Oldie Mobile e DJ	Restaurante das Cúpulas
<b>08</b> sábado	11h 20h	Especial Dia das Crianças Sábado Musical – Trio Kyodushin	Plataforma Infantil Restaurante das Cúpulas
<b>15</b> sábado	11h 20h	Teatro Infantil – João e o Pé de Feijão Sábado Musical – Projeto Nossos Talentos	Cineteatro Restaurante das Cúpulas
<b>15 e 16</b>	14h30	Teatro Juvenil – As Malandragens de Escapino	Plataforma Infantil
<b>21</b> sexta-feira	21h30	Sexta Nobre Dançante – Especial Baile à Fantasia	Salão Nobre
<b>22</b> sábado	14h30 17h 20h	Encontro de Yoga Renascença Fest Coral Sábado Musical – Sarita & Lilico, Reviver	Sala de Yoga Cineteatro Restaurante das Cúpulas
<b>23 a 29</b>	08 às 20h	Exposição em comemoração ao Dia do Livro	Biblioteca
<b>28</b> sexta-feira	21h30	Sexta Nobre Dançante – Banda Baila Comigo	Restaurante das Cúpulas
<b>29</b> sábado	11h 18h 20h	Teatro Infantil – Cada Qual com Seu Barril Balada Paineiras “Halloween” Sábado Musical – DuoBeat com Jazz Romântico & Bossa Nova	Cineteatro Salão Nobre Restaurante das Cúpulas





**Kids**

# COMEMORAÇÃO ESPECIAL DO DIA DAS CRIANÇAS

Em comemoração ao Dia das Crianças, o Departamento Sociocultural do Clube Paineiras do Morumbi oferece aos seus associados mirins um espetáculo envolvente, o Gigantes de Ar.

Dia 8 de Outubro às 11h – Plataforma Infantil

Entrada Franca

Duração: 50 minutos

Recomendação etária: Livre

# GIGANTES DE







**E**ste espetáculo de rua é uma reunião de *sketches* inspirados nas populares apresentações de circo-teatro e nos animais e seus adestradores, onde se reúnem palhaços, trapezistas e bonecos infláveis gigantes em uma atmosfera de humor e poesia circense.

Um elefante azul de 5m de altura, três girafas, leões e um casal de cangurus são algumas das atrações do espetáculo Gigantes de Ar, que é um verdadeiro circo a céu aberto.

O Pia Fraus é um dos principais grupos de circo e teatro em atuação no país. Em seus 26 anos de existência, já se apresentou em mais de 20 países, além de diversos estados brasileiros, sendo reconhecido com diversos prêmios nacionais e internacionais.

Esse espetáculo já foi apresentado em vários festivais nacionais de teatro de bonecos (Canela, Curitiba, Sesi Bonecos) e nos festivais internacionais de Miami (EUA), Cadiz (Espanha) e Bogotá (Colômbia). \*

Obs: Em caso de chuva o espetáculo será transferido para outra data.

#### FICHA TÉCNICA

CONCEPÇÃO E ROTEIRO: Pia Fraus

DIREÇÃO: Carla Candiotto e Pia Fraus

ELENCO: Beto Andretta, Gabriela Bernardo, Filipe Bregantin e Adriana Telg.

TRILHA SONORA: Domingos Montagner

OPERADOR DE SOM: Jucie Batista

CENOGRAFIA: Beto Lima e Domingos Montagner

FIGURINO E CRIAÇÃO DE BONECOS: Beto Lima

ADMINISTRAÇÃO: Jackson Íris

PRODUÇÃO: Pia Fraus

Apoio: **SONY**  
make.believe



# Teatro Infantojuvenil

# Diário

de uma

# goiaba

O Núcleo I de Teatro Arte In Cena do Paineiras apresentou, nos dias 10 e 11 de Setembro, sob a direção de Marcelo Gianini e Carina Prestupa Gonçalves, a peça "Diário de uma Goiaba", um espetáculo totalmente escrito e encenado por nossas jovens e criativas atrizes.

Na história, o Diário é encontrado por um grupo de meninas que resolve encenar seus relacionamentos e outros acontecimentos inerentes à pré-adolescência, uma fase muito adversa. \*

Confira os melhores momentos:



Elenco: Anna Carolina Abud Magri

Caroline Benuthe B.C. da Paz

Maria Fernanda Palhano da Silva Lopes

Giovana Bitelli Brito

Helena Toledo Ferreira

Manoela Simonsen de Oliveira

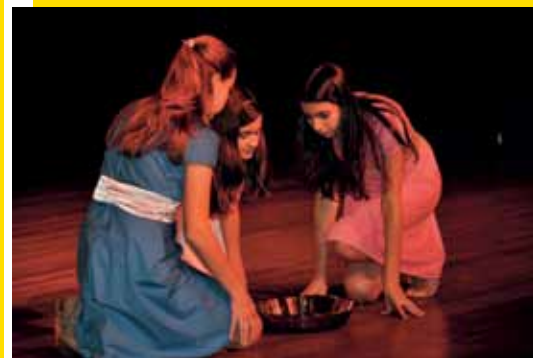


# PSI QVΣ

**O** Núcleo de Teatro Infantojuvenil Arte In Cena do Paineiras apresentou, nos dias 17 e 18 de Setembro, sob a direção de Marcelo Gianini e Carina Prestupa Gonçalves, a peça "Psiqué". O texto, escrito em 1996, passou por uma adequação para os dias atuais e foi encenado por jovens atrizes entre 13 e 14 anos.

Nesta deslumbrante história, a mitologia grega se mostra mais viva do que nunca e o mito de Eros e Psiqué, uma paixão adolescente, retrata uma transformação através do amor. A peça discute os desafios que enfrentamos para conquistar o direito de amar, assim como fez Psiqué. ★

Confira os melhores momentos:



Elenco: Clara de Biase Vicari (Irmã Mais Velha)  
 Júlia Grams Quintyas (Irmã Mais Nova)  
 Luiza Pena Schwyter (Corifeu)  
 Marina Sabin de Souza Lima (Afrodite)  
 Paula Guerrero E. Cintra Zarif (Psiqué e Coro)  
 Raphaela Serra Grossmann (Perséfone)  
 Victória Rocha Duran (Psiqué e Coro)



# João e o Pé de Feijão

Turma do Papum

**E**ste espetáculo é baseado no conto dos irmãos Grimm, mas passou por adaptações sem perder a magia do original. É a história do menino que, diante da miséria de sua família, sai para vender a sua vaquinha Mimosa. Ingenuamente acaba trocando a Mimosa por três feijões mágicos.

O pé de feijão cresce e o menino, curioso, sobe por ele. Lá encontra o castelo onde o gigante mantém presas a harpa da alegria e a galinha dos ovos de ouro.

Joãozinho, depois de libertar corajosamente as prisioneiras, consegue fugir do gigante e voltar para o Vale Feliz. Derruba o gigante e o pé de feijão, e sua cidadezinha volta ao normal.

“João e o Pé de Feijão” é uma peça que utiliza a técnica do teatro negro ou da luz negra, onde a única iluminação provém de luzes ultravioletas. Como os manipuladores estão totalmente invisíveis ao público, a impressão é que as figuras tem vida própria. ✨

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

**15 de Outubro**  
**Sábado — às 11h**  
**Cineteatro**





PATROCINADOR OFICIAL



**PRESENÇA É ACREDITAR  
QUE TODO SONHO PODE  
SE TRANSFORMAR EM REALIDADE.  
PARABÉNS, BRASIL.**

Homenagem do Bradesco, patrocinador da Confederação Brasileira de Basquete, pela classificação de nossa seleção para os Jogos Olímpicos de Londres 2012.



NEOGAMA/IBH

Baixe um leitor de QR Code em seu celular, aproxime o telefone do código ao lado e tenha o Bradesco lado a lado com você.

[bradesco.com.br](http://bradesco.com.br)



Fone Fácil Bradesco: 4002 0022 / 0800 570 0022

SAC Alô Bradesco: 0800 704 8383

SAC Deficiência Auditiva ou de Fala: 0800 722 0099

Ouvidoria: 0800 727 9933



**Bradesco**



## CADA QUAL NO SEU BARRIL

Cia da Revista

29 de Outubro

Sábado – às 11h

Cineteatro



Inspirado nos famosos personagens de desenhos animados, e utilizando o teatro físico como linguagem, a peça conta a história de Igor e Vladimir, dois náufragos em uma ilha deserta, tendo que dividir um mesmo espaço. A intransigência faz essa relação se transformar em uma divertida batalha de egos, com um final inesperado.

A peça foi indicada a seis categorias do “Prêmio Coca-Cola Femsa de Teatro Infantil e Jovem”, em São Paulo.

A história concorre nas mais diversas ca-

tegorias: melhor espetáculo, melhor cenografia, melhor trilha sonora, melhor atriz e até na categoria especial – por fazer uma adaptação dos desenhos para o teatro.

Isso mesmo, dos desenhos para o teatro. É inspirado em consagrados desenhos como “Tom e Jerry” e “Papa-Léguas e Coiote”. Além disso, a história é uma adaptação da Cia. da Revista para “Dois Idiotas Sentados Cada Qual no Seu Barril”, da escritora Ruth Rocha. Em 45 minutos de espetáculo, dois náufra-

gos são obrigados a conviver em uma ilha deserta e a relação dos dois vira uma verdadeira guerra. O mais interessante é que as duas atrizes – devidamente trajadas de homens – não falam e trabalham muito bem com mímica e barulhos (fruto de uma selecionada e divertida trilha sonora).

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



# Brinquedoteca

## Outubro

Horário de Funcionamento da BRINQUEDOTECA

Segunda a Sexta: 9h às 20h. Sábados: 9h às 18h. Domingos e Feriados: 9h às 17h.

**Momento da História - 4, 11, 18 e 25 (Terças-feiras) às 11h e 16h.**

Ludicidade, magia e muita imaginação farão parte deste momento em que crianças e contadores de história reúnem-se numa grande roda para dar asas à imaginação.

**Círculo de Brincadeiras - Sábados e Domingos às 15h.**

O principal objetivo do Projeto Círculo de Brincadeiras é resgatar algumas brincadeiras tradicionais, utilizando-as para contribuir no desenvolvimento das habilidades e da criatividade das crianças.

Destinado às crianças de 3 a 8 anos, o Círculo é organizado e acompanhado por três monitoras que estarão disponíveis para prestar qualquer atendimento. Por isso, não é necessário que os pais ou responsáveis acompanhem seus filhos durante as atividades.

- **01 - Sábado**

**O número certo:** Uma das crianças, o "gato", se esconde. Durante este tempo, cada um dos participantes atribui a si um número. O gato volta e anuncia um número qualquer. A criança correspondente sai correndo e o gato deve alcançá-la e trazê-la de costas.

**A gatinha parda:** Todas as crianças ficam de pé numa roda enquanto uma é escolhida para ficar no centro com uma varinha na mão. As demais começam a girar e cantar: "Ah, minha gatinha parda, que em Janeiro me fugiu, quem roubou minha gatinha? Você sabe?"

- **09 - Domingo**

**O cego:** O monitor escolhe uma criança para colaborar na brincadeira. Coloca-se 6 ou 8 garrafas vazias no centro de um círculo, e cabe à criança com os olhos vendados passar entre as garrafas sem derrubá-las.

**O lobo, o pastor e as ovelhas:** O pastor fica diante de suas ovelhas, enquanto estas esperam uma atrás da outra, em fila indiana, com as mãos apoiadas na cintura. Um lobo enfrenta o pastor (tentando tocar a última criança da fila), que deve manter os braços abertos em defesa das ovelhas. Quando o lobo atingir o seu objetivo, ele fará parte do rebanho e o pastor será o lobo.

- **15 - Sábado**

**Gincana maluca:** Uma gincana muito animada, onde as crianças terão diversas atividades. Entre elas queimada, dança da cadeira, pula corda, corre-corre, esconde-esconde e outras.

- **23- Domingo**

**Queimada:** Divididos em dois campos, um dos jogadores de cada time deverá ser colocado atrás da linha de fundo do lado adversário. O objetivo é fazer o maior número possível de prisioneiros em cada campo. Um jogador se torna prisioneiro quando é atingido pela bola. O grupo vencedor será aquele que realizar o objetivo dentro de um tempo pré-estabelecido, ou então aquele que aprisionar todos os jogadores adversários.

**Rouba bandeira:** O jogo pode conter 4 ou mais jogadores, mas o número deve ser par para que a divisão seja exata. As crianças são divididas em dois times. O objetivo do jogo é correr e roubar a bandeira adversária.

Os jogadores devem ter cuidado ao atravessar o campo inimigo, pois podem ficar "presos" e impossibilitados de ajudar

seu time. Os jogadores presos no campo adversário só podem ser libertados pelo toque de um de seus companheiros de time.

O jogo termina quando um dos times conseguir trazer para seu campo a bandeira do adversário.

**Telefone sem fio:** Esta brincadeira pode ser realizada com 3 ou mais participantes. As crianças se sentam uma ao lado da outra. A primeira da fila deve pensar em uma palavra, ou frase, e dizê-la no ouvido da segunda. O jogo continua até que a última criança repita o que foi dito pela primeira, revelando se houve alguma mudança no caminho.

**Passa anel:** Sentados numa roda, o grupo tira a sorte e escolhe quem vai passar o anel. Todos devem unir as palmas das mãos e erguê-las à sua frente. O escolhido segura o anel entre as suas mãos, e deve passá-lo para um dos outros participantes sem que ninguém perceba. A brincadeira continua até a última criança, mesmo que o anel já tenha sido entregue a alguém. Ao final, a criança escolhida pergunta a um dos participantes: "Onde está o anel?"

- **29 - Sábado**

**Campeonato de uno (apenas às 15h):** O número de participantes varia de 2 a 10, e o objetivo básico do jogo é ser o primeiro a descartar todas as cartas que recebeu. O participante deve jogar uma carta que combine cor ou naipe com a que está na pilha de descarte. Caso o jogador não tenha a carta necessária ele deve comprar do monte, podendo descartá-la. Se a carta comprada ainda não for suficiente, passa-se a vez para o próximo jogador à esquerda. Quando só restar uma carta, o participante deve gritar "uno" (que significa um), comprando 2 cartas do monte como punição caso se esqueça de fazê-lo.

**Can-can Junior (apenas às 15h):** O número de participantes varia de 2 a 10, e o objetivo básico do jogo é ser o primeiro a descartar todas as cartas que recebeu. O jogador que está à esquerda do distribuidor é quem começa a partida, descartando uma carta de mesma cor, número ou símbolo (cartas especiais) da que está posicionada no descarte. Caso o jogador não tenha a carta necessária ele deve comprar do monte, podendo descartá-la. Se a carta comprada ainda não for suficiente, passa-se a vez para o próximo jogador à esquerda. Quando algum participante tiver apenas 1 carta na mão ele deve dizer "Can-can", comprando 2 cartas do monte como punição caso se esqueça de fazê-lo.



# SEARTI

## Outubro

**OFICINA DE ATIVIDADES- Outubro**  
**Horário de Funcionamento do SEARTI**  
**Segunda a Sábado: 8h30 às 18h.**  
**Domingos e Feriados: Fechado.**

O SEARTI é um espaço em que profissionais capacitadas desenvolvem um trabalho voltado para as crianças, buscando o desenvolvimento da imaginação e da criatividade através de atividades e agradáveis brincadeiras. Confira a programação para o mês de Outubro:

- **01 Sábado**  
Trabalhos com lata - latas, canetinhas e cartolina.
- **03 e 04 Segunda e Terça-feira**  
Confecção de carros - caixa de leite, papel, cola e tampinhas.
- **05 e 06 Quarta e Quinta-feira**  
Trabalhos com bexigas - bexiga, papel, caneta e fita adesiva.
- **07 Sexta-feira**  
Atividades com potes de sorvete - pote de sorvete, papel contact, E.V.A e caneta.
- **08 Sábado**  
Oficina do Dia das Crianças.
- **10 e 11 Segunda e Terça-feira**  
Confecção de óculos - papel, celofane, lanteçoulas e cola.
- **13 Quinta-feira**  
Atividades com pratos descartáveis - papel cartão, caneta e cola.
- **14 e 15 Sexta e Sábado**  
Confecção de porta recado - E.V.A, caneta e cola.
- **17 e 18 Segunda e Terça-feira**  
Confecção de porta algodão - papel, fita e cola.
- **19 e 20 Quarta e Quinta-feira**  
Confecção de diário - papel camurça, lanteçoulas e cola.
- **21 e 22 Sexta e Sábado**  
Confecção de porta retrato - papel, caneta e cola.
- **24 e 25 Segunda e Terça-feira**  
Confecção de porta celular - E.V.A, lanteçoulas, papel e cola.
- **26 e 27 Quarta e Quinta-feira**  
Confecção de agarradinho - E.V.A, caneta, lanteçoulas e cola.
- **28 e 29 Sexta e Sábado**  
Trabalhos com pote de shampoo - papel contact e pote de shampoo.
- **31 Segunda-feira**  
Confecção de máscara - papel, fio de silicone, lanteçoulas e cola.





The background features a central white area with several sharp, angular green shapes radiating outwards, creating a starburst or sunburst effect. The green is a vibrant, lime-like color. The overall composition is dynamic and modern.

**Esportes**

# Atletas Paineirenses Brilham no PAN-AMERICANO DE NADO SINCRONIZADO

**T**rês atletas do Clube Paineiras do Morumby, integrantes da seleção brasileira de Nado Sincronizado, viajaram para Montreal, no Canadá, e disputaram os Jogos Pan-Americanos de Categorias. Adriana Bitiati, Beatriz Mota Rossello e Fernanda Marques ajudaram o Brasil a conquistar a medalha de Prata na prova Combo, totalizando 77.330 pontos e medalha de Bronze na prova por Equipe, com 73.770 pontos.

Conquistar uma medalha em um Pan-Americano não é nada fácil. As atletas precisaram de muito treino, dedicação e, principalmente, amor ao esporte. Para Leonice Mota, Diretora de Nado Sincronizado do Paineiras, as meninas representaram muito bem a seleção: "Parabéns às nossas tão dedicadas atletas, que passaram muito tempo longe de casa, longe da escola e que treinam incansavelmente para atingir os seus objetivos. Agradeço o apoio dos pais, fator fundamental na evolução das atletas, e também ao nosso Clube e à nossa comissão técnica, que nos oferece condições necessárias para que tudo isso aconteça", finaliza.

Para o trio Paineirense, a experiência adquirida nesse torneio vai muito além da piscina: "Estávamos juntas 24h por dia, o que ajudou a fortalecer não só a confiança nos movimentos, mas também nossa amizade", comentam.

Realizado no período de 17 a 21 de Agosto, o Pan-Americano 2011 reuniu, além do Brasil, as seleções de Aruba, Canadá, Colômbia, Costa Rica, Estados Unidos, Guatemala, México, Peru, República Dominicana e Venezuela. A equipe brasileira foi formada por três atletas do Juvenil (13-15 anos) e dez do Junior (15-17 anos). ★



Fernanda Marques, Adriana Bitiati e Beatriz Mota Rossello





# TROCA DE EXPERIÊNCIAS



No dia 2 de Setembro, as três atletas do Paineiras, integrantes da Seleção Brasileira de Nado Sincronizado, realizaram uma palestra no Clube para as futuras gerações da modalidade. O intuito foi passar um pouco da vivência e das experiências que tiveram no Pan-Americano disputado em Agosto, na cidade de Montreal, Canadá.

Cerca de 30 alunas, de diferentes categorias do Nado Sincronizado, ouviram atentamente os conselhos que o trio ofereceu. Elas também puderam realizar perguntas, ver fotos da competição, segurar as medalhas de prata e bronze e trocar experiências sobre o esporte.

O trio, que passou uma longa temporada treinando em tempo integral no Rio de Janeiro, revelou que o caminho para se tornar uma grande atleta é árduo, porém compensador: "Absorvemos muito das atletas estrangeiras, principalmente das canadenses. É incrível como elas são disciplinadas e executam com autoridade os movimentos das coreografias. Quando nos vimos no alto do pódio representando nosso país, reconhecemos que todo o esforço nos treinos e na escola valeram a pena", comenta o trio. ✪



Andrea Curi, Fernanda Marques, Adriana Bitiati e Beatriz Mota Rossello







Equipe Infantil B



Raquel Fares e Isabela Moura

# CAMPEONATO DE CATEGORIAS BRASILEIRO

O Clube Paineiras do Morumby, acostumado a ver seus atletas no alto do pódio, conquistou através da equipe de Nado Sincronizado a incrível marca de: cinco medalhas de Ouro, duas de Prata e duas de Bronze no Campeonato Brasileiro de Categorias, realizado entre 25 e 28 de Agosto em Fortaleza, Ceará. ✪

## Confira os resultados:

- OURO** - Dueto Infantil A  
Caterina Trofa e Clara Noriega
- OURO** - Solo Infantil B  
Monique Rupitsch
- OURO** - Dueto Infantil B  
Monique Rupitsch e Vitória Casale
- OURO** - Equipe Infantil B (primeira equipe)  
Camilla Trofa, Caterina Trofa, Clara Noriega, Isabela Battel, Isabela Sampaio, Isabella Rigby, Monique Rupitsch e Vitoria Casale.
- OURO** - Clube Geral Infantil B  
Camilla Trofa, Carolina Peres, Caterina Trofa, Clara Noriega, Isabela Battel, Isabela Sampaio, Isabella Rigby, Isadora Serafini, Júlia Ribeiro, Laura Ferreira, Laura Rocha, Monique Rupitsch, Vitoria Casale e Vitória Serafini.
- PRATA** - Solo Infantil A  
Clara Noriega
- PRATA** - Dueto Infantil B (estreadante)  
Clara Rodovalho e Mariana Garcia
- BRONZE** - Equipe Infantil B (segunda equipe)  
Carolina Peres, Isadora Serafini, Júlia Ribeiro, Laura Ferreira, Laura Rocha e Vitória Serafini.
- BRONZE** - Senior no Dueto  
Isabela Moura e Raquel Fares





Equipe Paineiras



Priscila Pedron e Andrea Curi



Dueto Infantil A e B



Somos a Wertheim Imóveis, herdeira de mais de seis décadas de experiência da Construtora e Incorporadora Luciano Wertheim, o que nos permite know-how para uma diferenciada prestação de serviços de consultoria e venda imobiliária.

Deixe tudo nas mãos da Wertheim Imóveis e fique tranquilo.

**REAL PARQUE**  
R\$ 1.335.000,00  
3 suítes  
185m<sup>2</sup> / 4 vagas  
Apto - Ref WI 1430

**JARDIM GUEDALA**  
R\$ 800.000,00  
2 DORMS (1 suíte)  
154m<sup>2</sup> / 2 vagas  
Apto - Ref WI 1583

**REAL PARQUE**  
R\$ 940.000,00  
3 suítes  
169m<sup>2</sup> / 3 vagas  
Apto - Ref WI 1594

Creci 19381-J



Financie seu imóvel:



Siga-nos no Facebook:



Tel.: (11) 3165-3410 / 9631-7733 (cel. comercial)

www.wertheimmoveis.com.br





## CAIO SEREBRANIK É BRONZE NO TROFÉU JOSÉ FINKEL DE NATAÇÃO

O atleta Paineirense Caio Serebranik conquistou a medalha de bronze na 40ª Edição do Troféu José Finkel – Taça Correios – Campeonato Brasileiro Absoluto, disputado na piscina do Minas Tênis Clube em Belo Horizonte. O torneio ocorreu no período de 29 de Agosto a 4 de Setembro e reuniu 34 equipes, somando aproximadamente 330 atletas.

Para se ter uma ideia da importância da competição, o campeão olímpico, recordista e bicampeão mundial Cesar Cielo participou da prova de 50m Livre. Além dele, alguns dos principais nadadores do país como Bruno Fratus, Felipe Franca e Thiago Pereira também marcaram presença no torneio.

Único atleta do Paineiras, e concentrado na busca do resultado, Caio cravou o tempo de 15m56s96 na prova dos 1500m Livre Masculino. Para o coordenador da modalidade no Clube, Wlad Veiga, esse resultado comprova o ímpeto do atleta na busca de seus objetivos: “Para a preparação do Finkel, o Caio vem desde o começo do ano treinando sozinho, conciliando a faculdade com nove treinos semanais em água, além de quatro treinos de musculação e preparação física. O Troféu Jose Finkel é, juntamente com o Troféu Maria Lenk, o maior campeonato brasileiro absoluto. Gostaria de ressaltar o fato do Caio ser associado do Paineiras e ter aprendido a nadar em nossa Escolinha. Ele já foi atleta da Seleção Brasileira e Paulista, e várias vezes recordista paulista e nacional. Um exemplo para nossa equipe”, resume.

Para o medalhista Paineirense, todo o esforço valeu a pena: “Fiquei muito feliz com meu resultado, meu objetivo desde o começo do ano era conseguir uma medalha em um Campeonato Brasileiro Absoluto. Para isso, venho treinando desde Janeiro e consegui uma medalha de bronze nos 1500m Livre no Finkel, além de um quarto lugar nos 800m Livre. A competição foi bem intensa, alguns atletas conseguiram o índice olímpico e eu competi com atletas que estarão na seleção brasileira que irá ao Pan-Americano, além de atletas estrangeiros que estiveram no último mundial, realizado em Julho, na China”, finaliza.

O Troféu José Finkel faz parte da lista de competições que servem como seletivas para atingir os índices para a disputa dos Jogos Olímpicos de Londres em 2012. ★







# Mercatto Pizzaria

## Treze Anos de Tradição e Uma Herança de Mais de Um Século

A Mercatto chega aos seus treze anos reconhecida como uma das melhores e mais tradicionais pizzarias do Morumbi e de São Paulo. Esta privilegiada posição é resultado da constante busca pela excelência no serviço e na qualidade. Tanto as receitas napolitanas como o prazer de bem servir têm raízes profundas na história, mais precisamente em 1875, quando Dona Candinha Andrade, trisavó de Paulo Maia, ficou viúva e, para manter a família, criou a primeira casa de restauração (termo da época para restaurante) do Largo São Francisco.

A casa, logo atraiu intelectuais da região e foi frequentada por celebridades como os poetas Castro Alves, Álvares de Azevedo e Tobias Barreto.

Hoje é você quem pode saborear as receitas herdadas de Dona Candinha em uma atmosfera aconchegante, onde a sua família será recebida com todo o carinho.

Viva os segredos do sucesso da Mercatto, passados de geração a geração e a força da tradição, mantida pela família.

De Nápoli ao Morumbi e  
do Morumbi ao Brooklin!

Seja Bem Vindo e Aproveite!



Paulo Maia

Paixão Paulistana!  
3746-6634

Unidade Brooklin





Nadir Taubert, categoria 75+: estabeleceu mais dois recordes paulistas para as provas 50m Nado Borboleta (1m20s3) e 100m Nado Peito (2m19s71).



## XVI CAMPEONATO PAULISTA

### DE NATAÇÃO MASTER [ PISCINA CURTA – 2º ETAPA ]

**R**ealizada no dia 28 de Agosto, na Piscina Olímpica do Paineiras, a 16ª edição do Campeonato Paulista de Natação Master contou com mais de 23 equipes, somando um total de 220 atletas inscritos. O Clube Paineiras não participou da primeira etapa e, mesmo assim, nossos atletas conseguiram obter a segunda colocação na pontua-

ção absoluta do torneio. As provas foram realizadas em formato de piscina curta, ou seja, 25 metros.

O principal destaque da competição ficou com o atleta Paineirense, Douglas Alpino, que estabeleceu um novo recorde do campeonato na prova de 200m Nado Costas com o tempo de 3m20s06.

O Paulista de Piscina Curta começou no início de 1996 e é considerado um dos campeonatos mais importantes do estado, em que foram batidos diversos recordes mundiais da categoria. Foi o primeiro torneio no Brasil a premiar as equipes por número de atletas. O Clube Paineiras do Morumbi é a maior agremiação campeã do torneio. ★

# CLUBE PAINEIRAS

## É CAMPEÃO POR ANTECIPAÇÃO

### NO CIRCUITO PAULISTA MASTER DE NATAÇÃO

**O**s atletas da Natação Master do Clube Paineiras apresentaram exibições de gala dentro das piscinas da cidade de São Paulo. Nossos nadadores sagraram-se, por antecipação, campeões do Circuito Paulista Master 2011 de ponta a ponta. O circuito, que tem como objetivo premiar os atletas mais regulares durante o ano, é dividido em cinco etapas e conta com dezenas de nadadores, membros das agremiações mais respeitadas da modalidade.

As primeiras braçadas do Paineiras rumo ao título começaram em Março, que desde então disputou quatro etapas, obtendo 10 pontos em cada. O Clube encontra-se na primeira colocação, com 40 pontos, e já não pode mais ser alcançado por seus adversários.

Além do título, os atletas do Paineiras cravaram seus nomes na história do esporte, estabelecendo diversos recordes paulistas de difícil superação. Nesta 4ª etapa, por exemplo, o atleta Nadir Taubert, categoria 75+, conquistou mais dois recordes paulistas para as provas de 50m Nado Borboleta, com 1m20s93 e 100m Peito, com 2m19s71. Além dela, os atletas Alex Hubbe, Charles Pereira, Guilherme Cotomacci, José Orlando de Almeida, Nelson Campello Filho, Rafael Costa Lopes Ramos e Ricardo Yamin, entre outros, também deixaram seus nomes na história.

A 5ª etapa será disputada no dia 4 de Dezembro, em nossa Piscina Olímpica. Venha torcer por nossos atletas. ★







## TÉCNICO PAINEIRENSE



# AJUDA O BRASIL NO PAN-AMERICANO DE PÓLO AQUÁTICO

Convocado como auxiliar técnico da Seleção Brasileira Masculina de Pólo Aquático, o técnico Paineirense Frank Al-mora Diaz conquistou, no dia 12 de Agosto, a medalha de Ouro no Pan-Americano Júnior (atletas nascidos a partir de 1994) da modalidade. O torneio foi disputado na cidade de San Juan, capital de Porto Rico, e a equipe brasileira, invicta derrotou os Estados Unidos na final por 8 a 6.

No feminino, o Brasil também subiu ao pódio ao conquistar a medalha de bronze. Vitória sobre a equipe porto-riquenha por 15 a 5.

Para Frank Diaz o campeonato foi de altíssimo nível e demonstra o desenvolvimento do Pólo Aquático no Brasil: "Diversos jogadores que atuaram neste campeonato pelo Brasil já foram atletas do Paineiras e eu os conhecia muito bem. Essa geração é a favorita para disputar os Jogos Olímpicos Rio - 2016". ★



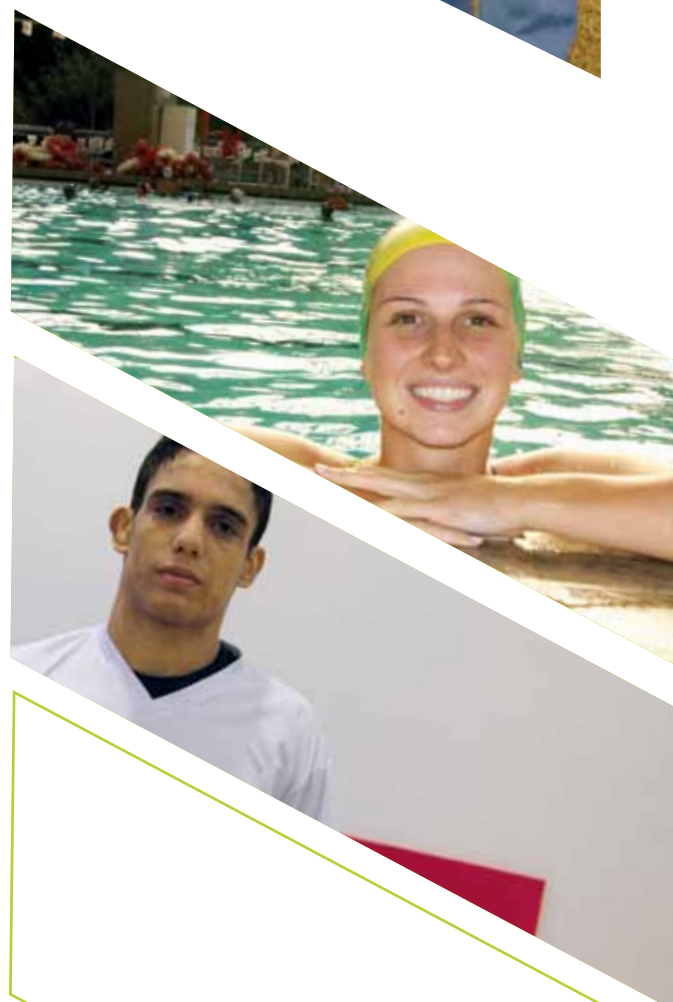
# Rumo ao Pan 2011

Os Jogos Pan-Americanos de Guadalajara acontecerão entre os dias 13 e 30 de Outubro e contarão com a participação de 42 países do continente americano. A cidade de Guadalajara é a capital do estado de Jalisco e possui mais de 1,6 milhão habitantes. Também é conhecida como a pérola do ocidente e está localizada num planalto a mais de 1.500m de altitude.

O Pan-2011 será disputado em 42 modalidades, com destaque para o Atletismo, Boxe, Futebol, Judô e Nado Sincronizado, entre outras. Pode-se citar também as não tão tradicionais, como Badminton, Boliche, Esgrima, Esqui Aquático e Rugby.

No Paineiras, possuímos cinco modalidades olímpicas: Judô, Nado Sincronizado, Natação, Pólo Aquático e Tênis e estamos com atletas sendo formados e moldados para conquistar resultados expressivos nesse tipo de competição.

Os atletas Paineirenses, Nayara Figueira e Luiz Revite, entrarão nesta disputa eletrizante contra os atletas mais consagrados do esporte mundial. Nayara fará parte da equipe de Nado Sincronizado do Brasil e Luiz, até o fechamento desta edição, estava como reserva da equipe de Judô. ★



# PAINEIRAS COMEÇA O SEGUNDO SEMESTRE COM O PÉ DIREITO NO **Interclubes de Tênis**

O Campeonato Paulista Interclubes de Tênis é um dos torneios mais disputados do país e um dos principais eventos da Federação Paulista de Tênis, movimentando durante o ano inteiro tenistas de mais de 40 clubes. Nesta edição de 2011, o Paineiras já chegou a várias decisões, fez algumas dobradinhas, acumu-

lou pontos e mostrou toda a força de seu nome na modalidade.

Com o fim das "férias", os nossos tenistas voltaram às quadras pelo torneio, agora na categoria 2M1, alcançando o vice-campeonato com os atletas Caio Niel, Leonardo Heirom Telles e Osni Nery Oliveira Santos Jr.

Já pela categoria 2F1, nossas atletas trouxeram para o Paineiras a medalha de ouro com as tenistas Ana Helena de Moraes Pinto, Gabriella Alves, Giovana Patitucci, Luiza Ferrari Adas e Maria Julia de Lima Mendes.

Parabéns aos atletas participantes. ✪



Ana Helena de Moraes Pinto



Gabriella Alves



Giovana Patitucci



Luiza Ferrari Adas



Maria Julia de Lima Mendes



Daniilo Navacinsk, Caio Niel, Leonardo Heirom Telles e Osni Nery Oliveira Santos Jr.

## Circuito Nacional Correios

O atleta Paineirense João Hueb foi campeão, na chave G1, da Etapa Rio de Janeiro do Circuito Nacional Correios Infantojuvenil de Tênis na categoria simples, 12 anos, ao vencer o cabeça da chave dois, o amazonense Guilherme Diniz, por 6/2 e 6/1. Outro destaque do Paineiras foi Diego Padilha, que ficou com a medalha de prata

ao derrotar o mineiro Nicolas Caetano.

No feminino, as atletas Gabriella Alves e Luiza Adas, consideradas favoritas, perderam para as paulistas Juliana Cardoso e Letícia Vidal, respectivamente.

Para Baianinho, professor de tênis do Paineiras, o campeonato está a cada ano mais disputado e interessante: "O Circuito tem

dado a oportunidade para os melhores atletas juvenis do país se encontrarem e aperfeiçoarem seu estilo de jogo em campeonatos de grande repercussão. Nosso Clube foi muito bem representado e tem a honra de ter atletas desse nível", comenta. ✪



João Hueb



Gabriella Alves



Luiza Ferrari Adas



Diego Padilha



# Nike Junior Tour



O eletrizante Nike Junior Tour faz parte do calendário oficial da Confederação Brasileira de Tênis e foi realizado entre os dias 24 e 28 de Agosto, no Clube de Campo São Paulo. Os 203 inscritos disputaram as categorias de 12 e 14 anos, masculinas e femininas, além das vagas para o Mundial. O torneio completou 15 anos de história e revelou diversas promessas para o tênis.

A atleta do Clube Paineiras do Morumbi, Sophia Chow, sagrou-se campeã na categoria 14 anos e garantiu vaga na etapa mundial do torneio que vai acontecer no Med Sandpiper Bay, no estado norte-americano da Flórida, entre os dias 5 e 12 de Dezembro. Nessa etapa, Sophia irá encarar os campeões dos outros 30 países participantes no torneio.

Além de Sophia, o Paineiras levou 18 atletas para a competição. Segundo o coordenador da modalidade, Otaviano Santos, o nível dos participantes aumentou significativamente em relação ao ano anterior: "O torneio contou com um nível técnico bem elevado e reuniu a participação de todos os atletas nível A do cenário nacional. Destaco a grande performance da Sophia, conquistando a competição sem dar chance às adversárias. Acredito que ela fará um excelente papel nos Estados Unidos, representando as cores do Paineiras e do nosso país", finaliza. \*



**trattare**  
centro de beleza e bem-estar

Convidamos você a usufruir um novo conceito em tratamentos de beleza, onde a preocupação é o seu bem-estar. Assepsia total e segurança em seus cuidados básicos semanais.

**MANICURE, PEDICURE, DEPILAÇÃO, MASSAGEM e ESCOVA.**

Seg a Sáb das 9:00 às 19:00h



3721-9009 4324-7300

Rua Salim Izar, 197 Jd. Guedala Morumbi  
(Travessa da Rua Regente Leon Kaniefsky)

# XI INTERNÍVEIS DE TÊNIS RECREATIVO

O XI Torneio Interníveis de Tênis Recreativo será realizado nos dias 29 e 30 de Outubro e 5, 6, 12 e 13 de Novembro. O torneio proporcionará, mais uma vez, o duelo entre os alunos do tênis recreativo, subdivididos em suas categorias niveladas, e contará com a presença de homens e mulheres, alunos do tênis recreativo do segundo semestre.

A décima primeira edição do torneio será realizada e organizada pelos professores Antônio Carlos, Eli Moreira, Nenê, Bene, Iran e Evaldo Sousa. ★

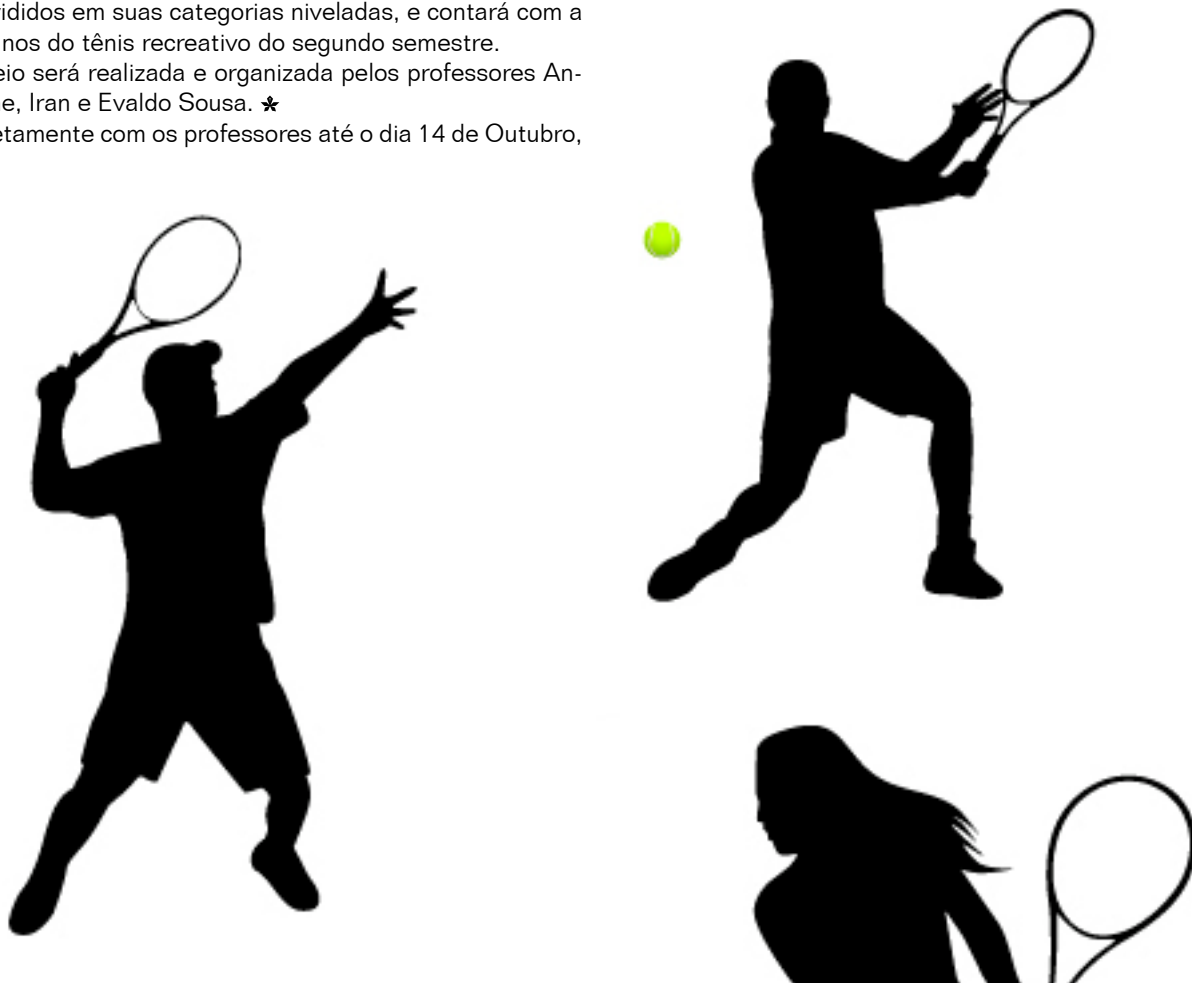
As inscrições devem ser feitas diretamente com os professores até o dia 14 de Outubro, nas seguintes categorias:

**Categoria A masculino**

**Categoria A feminino**

**Categoria B feminino**

**Categoria Juvenil**



## Alunos Novos - Tênis Recreativo

Associados acima de 12 anos completos ou a completar até 31/12/2012, e que não participaram das atividades no 2º semestre de 2011.

### Pré-inscrições para o 1º semestre de 2012

#### Central de Atendimento

**De 03 a 28 de Outubro.**

Pré-Inscrição:

Apresentar teste de nível realizado pelos professores.

**29 de Outubro (sábado), 11h.**

Sorteio eletrônico, com matrícula automática.

**04 de Novembro (sexta-feira).**

Publicação do resultado do sorteio na Central de Atendimento e no Portal do Clube.

**03/12/2011:** Vagas remanescentes.

**23/01/2012:** Início das aulas.

- Lembramos que a pré-inscrição não é garantia de vaga.

- Testes de nível serão realizados somente de segunda à sexta (exceto feriados) durante as aulas.



## COPA REVELAÇÃO DE JUDÔ CIDADE DE SÃO PAULO



### Troféu Carlos Honorato

Como divulgamos na edição passada, o Coordenador de Judô do Paineiras, Mauro Junqueira, foi convidado pela organização da Copa Revelação de Judô da Cidade de São Paulo – Troféu Carlos Honorato – para acompanhar, assistindo e avaliando, o Campeonato Mundial Sênior, realizado em Paris, França, no período de 23 a 28 de Agosto.

Nosso Coordenador acompanhou nesse intercâmbio de experiências os atletas brasileiros William S. Jorgei, categoria Ligeiro e Tawany Gianelo da Silva, categoria Super Ligeiro. Ambos puderam ver de perto as feras do Judô mundial, conferiram o amor que o povo francês tem pelo esporte e, principalmente, tiveram a chance de treinar com a seleção brasileira da modalidade.

Para Mauro, esse tipo de iniciativa serve como uma espécie de laboratório para aprender e rever as novidades do Judô mundial: “Pude observar duas coisas nesta viagem. A primeira foi como os franceses levam a sério o Judô e como eles organizaram impecavelmente o evento. A segunda foi como o Judô voltou às suas origens, permitindo que o atleta se aprofunde mais na técnica e não apenas na força. O maior objetivo desse intercâmbio foi observar as técnicas dos atletas e adaptá-las para os atletas Paineirenses”, finaliza. ✪

## A VOZ DO PAINEIRAS NO

# Pan

O responsável pela preparação física dos atletas de alto rendimento do Paineiras, Edmilson Dantas Dimas, será comentarista do canal SporTV nos Jogos Pan-Americanos de 2011, que serão disputados no mês de Outubro em Guadalajara, México.

Edmilson já participou de quatro Jogos Olímpicos, três como atleta de Levantamento de Peso e um como técnico. Além disso, foi também três vezes ganhador do Prêmio Brasil Olímpico.

Vamos torcer para o Brasil e prestigiar os Paineirenses. ✪



# Meia Maratona DE BUENOS AIRES

é "invadida" por atletas Paineirenses

A Meia Maratona de Buenos Aires 2011 foi um verdadeiro sucesso. Centenas de pessoas, incluindo um grande número de brasileiros, competiram em clima de festa em uma corrida que uniu o esporte e o turismo da região. A prova foi realizada no dia 11 de Setembro e reuniu 13.052 inscritos para os 21 km, sendo que 2.622 eram estrangeiros.

O SCORP, Setor de Corridas de Rua do Clube Paineiras, não ficou de fora, e teve a brilhante participação das atletas Beth Dourado, Christiane Banni, Diana Saad, Fabiola Baldacci, Patricia Junqueira e Renata Azanha. ★

## Confira os resultados:

Adriana Marberger: 01:07:39

Renata Azanha: 01:52:37

Diana Saad: 02:05:15

Fabiola Baldacci: 02:11:47

Christiane Banni: 02:18:54

Patricia Junqueira: 02:18:56

Beth Dourado: 02:27:16



Em pé: Christiane Bianchi, Renata Azanha, Beth Dourado, Diana Saad, Patricia Junqueira  
Agaixadas: Fabiola Baldacci e Adriana Marberger



Beth Dourado, Christiane Bianche e Patricia Junqueira



Diana Saad e Fabiola Baldacci



Beth Dourado e Renata Azanha

## Meia Maratona Internacional

A Meia Maratona Internacional do Rio de Janeiro foi realizada no dia 21 de Agosto, Domingo.

Iniciada às 9h, com uma temperatura de 18 graus e cerca de 19 mil participantes inscritos, a Meia Maratona do Rio é considerada a prova com o percurso mais bonito e veloz do circuito.

Dois atletas do nosso setor de corridas participaram da prova com brilhante desempenho. ★

Parabéns!

Antônio Diniz do Amaral Chaves 02:00:57

Antônio Carlos Montel Galassi 02:16:00

[ DO RIO DE JANEIRO ]





# TORNEIO SUPERCHALLENGE

## SQUASH 2011

O Torneio Super Challenge 2011 foi realizado nas quadras do Clube, entre os dias 16 e 25 de Agosto.

Na Categoria "B", Tito Lívio venceu Marcelo D'Avila por 3x1 num jogo equilibrado.

Já na Categoria "A", Jema e Guilherme Franco fizeram um jogo bastante longo, com vitória de Jema por 3x2.

Nas Categorias "C" e "D" os vencedores foram Rafael Chow e Alvaro Venegas, respectivamente.

Depois dos jogos finais, pizza, cerveja e... karaokê! ✨





# Biaathlon

## paineiras

**Dia 29 de Outubro (Sábado) às 8h**

Provas 500m de Natação e 1500m de Corrida  
(Categorias individuais e/ou revezamentos masculino ,  
feminino e misto)

Local: Piscina Olímpica e Pista de Atletismo/Cross

Acima de 14 anos masculino e feminino

Inscrições na  
Central de Atendimento  
até dia 23 de Outubro





## REMATRÍCULA E MATRÍCULA 2012

### ENTENDA O PROCEDIMENTO

O final de 2011 está chegando, e com ele a Rematrícula e a Matrícula da Área Formativa. Fique atento para as datas, prazos e procedimentos.

A rematrícula (alunos que se encontram matriculados) e a matrícula de alunos novos estão sujeitas a **SORTEIO DE VAGAS**:

**REMATRÍCULA:** as vagas não são preenchidas por ordem de chegada.

Garante a vaga, mas não garante os horários, dias ou professores específicos. O sorteio acontece caso o número de vagas seja inferior ao número de alunos interessados no horário.

É sorteada, inclusive, a ordem da chamada da lista de espera.

No caso do número de vagas ser superior ao número de alunos interessados no horário, não há necessidade de sorteio.

Para alunos que participam da rematrícula e são sorteados para a lista de espera, existe a possibilidade de troca desta espera para horários em que as vagas não foram preenchidas. Chamamos de "troca para a 2ª opção de horário" e há dois dias após a rematrícula para tal.

**MATRÍCULA:** as vagas não são preenchidas por ordem de chegada, e o sorteio ocorre como na rematrícula.

Em alguns cursos é necessário o **TESTE DE HABILIDADE**:

**Natação** — todos os níveis.

**Tênis** — a partir do nível 1 - (apenas para alunos de 7 e 8 anos).

**Ginástica Artística, Nado Sincronizado, Judô e Karate** — a partir do nível 2.

### LOCAIS DOS TESTES:

**Natação** — Piscina Olímpica

**Tênis** — Mini-quadras de Tênis

**Ginástica Artística** — Ginásio de Ginástica Artística

**Nado Sincronizado** — Piscina Social

**Judô** — Sala de Judô

**Karate** — Sala de Karate

### HORÁRIOS DOS TESTES:

**Natação** — 8h às 11h e 14h às 17h

**Tênis** — 8h às 11h e 14h às 18h

**Ginástica Artística** — 8h às 11h e 14h às 18h

**Nado Sincronizado** — 14h às 18h

**Judô** — 9h às 11h e 14h às 17h

**Karate** — Segunda e Quarta - 8h às 11h e 14h às 17h

De 1 a 30 de Novembro - atendimento de Segunda à Quinta (exceto feriados), nos horários descritos acima.

Nos dias 29 e 30 de Novembro - Atendimento das 7h às 19h nos locais das aulas (exceto Karate).

### DATAS PREVISTAS PARA 2011:

**21 a 25 de Novembro** — Rematrícula de todos os cursos.

**26 de Novembro** — Sorteio da Rematrícula.

**27 a 29 de Novembro** — Troca para 2ª opção de horários.

**29 e 30 de Novembro** — Matrículas de alunos novos.

/Horário de funcionamento da Central de Atendimento: de Segunda à Sexta das 8h às 20h. Sábados, Domingos e feriados, das 8h às 17h.

/Qualquer dúvida, entrar em contato com a área Formativa: 3779-2103 ou 3779-2115.

**PAINEIRAS  
CAMP**



Vêm aí o 61º Paineiras CAMP

A 61ª temporada do Paineiras CAMP ocorrerá no período de 12 a 17 de Dezembro, e promete aos seus participantes uma semana repleta de muitas brincadeiras, recreação, desenvolvimento social e iniciação às práticas esportivas.

As inscrições estarão abertas a partir de 1º de Novembro, na Central de Atendimento — CAT. As vagas e lista de espera serão preenchidas por ordem de chegada (**VAGAS LIMITADAS**).

Para obter mais informações ou esclarecer dúvidas, basta entrar em contato pelos telefones: 3779-2010 (CAT) ou 3779-2113/2115 (Área Esportiva).



# Olimpíada DE Escolas de Esportes

A 30ª Olimpíada de Escolas de Esportes da Associação "A Hebraica" de São Paulo, uma das pioneiras neste tipo de evento, ocorreu nos dias 27 e 28 de Agosto.

O Paineiras contou com um grande número de representantes em modalidades e público.

Os cursos participantes foram: Atletismo Kids (2 e 3 anos), Basquete, Circuito Esportivo (6 e 7

anos), Ginástica Artística, Handebol, Judô, Natação, Nado Sincronizado, Pólo Aquático, Tênis e Voleibol.

No total, participaram 93 alunos do Clube Paineiras.

Agradecemos aos pais que nos ajudaram durante todo o final de semana.

O evento foi de grande porte, a experiência para nossas crianças foi inesquecível e no próximo ano estaremos lá novamente! ✪





# SUPPLEMENT

## MEGA STORE

**A maior loja de Suplementos Alimentares de São Paulo, agora no Morumbi.**

- **Ganho de Massa Muscular**
- **Performance Esportiva**
- **Qualidade de Vida**
- **Queimadores de Gordura**
- **Redução de Peso**

Garantia do melhor preço \$\$\$ !!!  
Produtos Exclusivos dos EUA



**Espaço Gourmet: Frozen de Whey Protein, Açaí, Snacks, Shakes, Sanduíches Naturais...**

**“Um novo conceito na venda de suplementos, uma verdadeira assessoria nutricional e esportiva, feita por profissionais graduados e atletas campeões”**

Av. Dr. Guilherme Dumont Villares, 2.324 (Prox.Giovanni Gronchi), Morumbi, S.P  
[www.supplementmegastore.com.br](http://www.supplementmegastore.com.br)  
(11) 3539-7700



## FESTIVAL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA

O XXIX Festival de Ginástica Artística foi realizado no Anhembi Tênis Clube, no dia 24 de Agosto.

As ginastas atuaram em dois níveis: "C" e "B". Foram realizadas provas de salto e solo, e todas atletas foram premiadas ao final do evento, cujo objetivo principal foi a divulgação da modalidade e a socialização entre as entidades participantes.

A professora Elen Giorgi e a estagiária Grazielle acompanharam o evento.

## Mergulhe de cabeça neste esporte

*Quer se sentir livre, promover a autoestima, ganhar novo ânimo, melhorar seu sistema imunológico e ainda emagrecer? Então saiba mais sobre a natação, um esporte que faz tudo isso e muito mais pela sua saúde física e mental.*

A natação é um dos esportes mais benéficos tanto para a saúde física quanto para a mental.

Na água, o indivíduo tem uma liberdade de movimentos que não é encontrada nas atividades terrestres. Esse esporte, além de trabalhar todos os grupos musculares, ainda reduz a gordura corporal e ajuda no tratamento de lesões, uma vez que a água amortece os impactos.

Os benefícios psicológicos são inúmeros, pois a natação auxilia os praticantes a se sentirem mais seguros e independentes, relaxando a mente ao expandir a oxigenação para o cérebro.

O esporte também é excelente para as crianças. Para saber um pouco sobre os benefícios para a garotada, batemos um papo com a turma de natação kids do Clube Paineiras do Morumbi. Segundo os educadores do Clube, Kamila Rosa Bispo dos Santos e Márcio José de Resende, no que diz respeito às crianças, além de tudo o que já foi citado, a natação auxilia no desenvolvimento do equilíbrio, da respiração, melhora o apetite, regula o sono e acalma, além de promover a integração com outras crianças. Mas, principalmente, ajuda a con-



O Paineirense e acionista do Hospital CEMA/Villa-Lobos, Dr. Guido Aquino, e o filho Pedro em uma aula de natação.

solidar e aproximar o relacionamento entre pais e filhos, o que é importantíssimo para o desenvolvimento emocional e afetivo.

Para motivar a criançada, os professores utilizam estímulos visuais e auditivos. "Estimulamos o interesse através de histórias e caprichamos na decoração utilizando bichinhos. Os exercícios são sempre em forma de brincadeiras, a piscina é aquecida, enfim, tudo para que se sintam felizes e com vontade de participar da aula", explica Márcio.

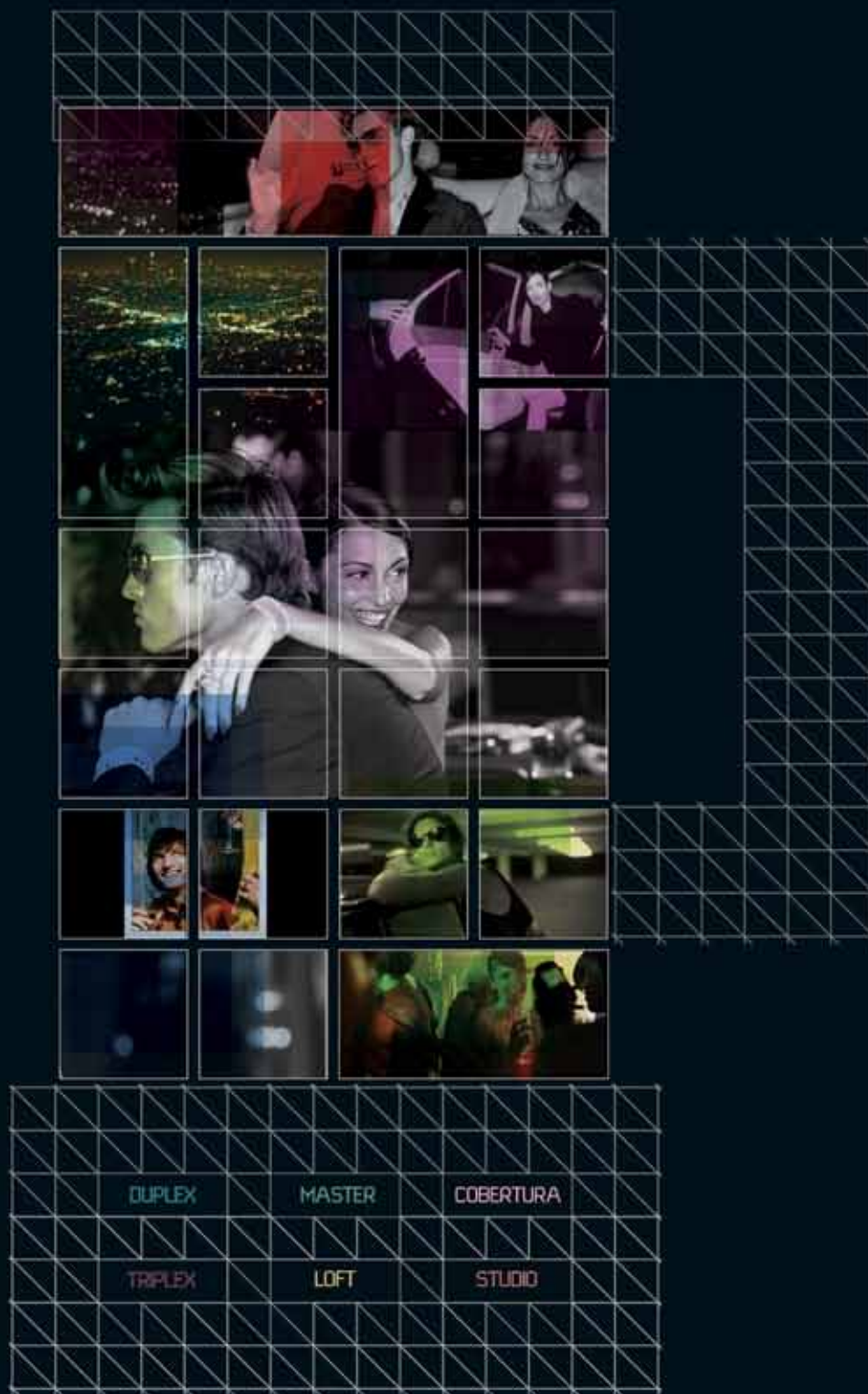
Mas, alguns cuidados são necessários para evitar acidentes e afogamentos. Para isso, no dia 14 de Junho deste ano, o Clube Paineiras participou da Maior Aula de Natação do Mundo (The World Largest Lesson Swimming), que aconteceu si-

multaneamente em 11 países diferentes e teve como objetivo alertar a população sobre o risco de afogamento em crianças. No Brasil, o afogamento é a segunda causa de morte acidental em crianças de 1 a 14 anos (fonte: Inati).

"Na aula, as crianças foram alertadas dos cuidados que se deve ter antes de entrar na piscina, as diversas formas de nadar, com ou sem o material, e como agir em caso de acidentes. Já para os responsáveis, foi reforçada a importância de sempre supervisioná-las", ressalta a educadora Kamila. ★

Artigo elaborado pelo jornal Conexão CEMA/Villa-Lobos, ano 12, nº 63- página 9





DUPLEX

MASTER

COBERTURA

TRIPLEX

LOFT

STUDIO

# NEM LEGO FAZ TANTAS COMBINAÇÕES DIFERENTES.

O GUEDALA MIX É UM PROJETO ÚNICO DA COPLAM E AUGUSTO VELLOSO, DIFERENTE DE TUDO O QUE VOCÊ JÁ VIU. FOI CONCEBIDO PARA QUEM GOSTA DE EXCLUSIVIDADE, ARTE, DESIGN, MODA, MÚSICA, ARQUITETURA E QUE PROCURA SE RELACIONAR E CONVIVER COM PESSOAS INTERESSANTES, CULTAS E DESCOLADAS. SÃO 17 TIPOS DE APARTAMENTO DIFERENTES E 54 OPÇÕES DE PLANTA PARA SACUDIR A SUA CABEÇA NA HORA DE ESCOLHER O QUE TEM MAIS A VER COM VOCÊ.

## BREVE LANÇAMENTO

R. ANTÔNIO ARANTES, 245  
JD. GUEDALA.

Ligue 2148 2425. [www.guedalamix.com.br](http://www.guedalamix.com.br)



REALIZAÇÃO

**Augusto Velloso**

PROJETO ARQUITETÔNICO

**SPAZIO**  
arquitetura e design

PAISAGISMO



FENG SHUI



COMERCIALIZAÇÃO

**MABER**  
UMA EMPRESA ASSOCIADA A LOPES  
2148 2450

Este projeto encontra-se aprovado na Prefeitura da cidade de São Paulo de acordo com a Lei nº 4.591, através do Alvará nº 2011/31492-00, e aguardando Registro de Incorporação. Responsável pela futura comercialização e vendas: Pronto Maber Consultoria de Imóveis S.A., Av. República do Líbano, 331 - CEP 04501-000 - CRECI 21966 J - Tel. 2148 2450.

MISTURE  
JUNTE  
COMBINE  
FAÇA O  
SEU MIX

**GUEDALA  
MIX**

## AGENDA ESPORTIVA COMPETITIVO

Outubro

01 Sábado	Natação	Torneio Regional Petiz	A definir
01 a 31	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes 4F1 Duplas	Conforme tabela
01 a 31	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes EF Duplas	Conforme tabela
01 a 31	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes 4M1 Duplas	Conforme tabela
03 a 08	Tênis de Campo	Londrina Junior´s Cup	Londrina/PR
07 a 09	Tênis de Campo	Circuito Unimed 4ª Etapa	Americana/SP
08 a 09	Nado Sincronizado	Torneio Timão	Corinthians
08 a 08/11	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes 2F1 Duplas	Conforme tabela
08 a 08/11	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes 2M1 Duplas	Conforme tabela
08 Sábado	Natação	Torneio Regional Juvenil a Sênior	A definir
10 a 16	Tênis de Campo	Copa Guga Kuerten	Florianópolis/SC
15 Sábado	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes EM Duplas	Conforme tabela
17 a 23	Tênis de Campo	Copa Santa Catarina	Itajaí/SP
20 a 23	Pólo Aquático	Camp. Brasileiro Infantojuvenil Masc. e Fem.	A definir
22 Sábado	Natação	Circuito Mirim 2ª Etapa	A definir
22 Sábado	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes 3F1 Duplas	Conforme tabela
22 Sábado	Tênis de Campo	Campeonato Paulista Interclubes 3M1 Duplas	Conforme tabela
28 a 30	Natação	Festival Sudeste Petiz	Vitória/ES
29 e 30	Nado Sincronizado	Campeonato Paulista de Verão	Guaratinguetá/SP
30 Domingo	Natação	Torneio Timão	Corinthians

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

## AGENDA ESPORTIVA RECREATIVO

01 e 02	Peteca	Campeonato Paulista de Peteca	São José do Rio Preto
01 e 02	Squash	Torneio Primavera de Squash	Quadras de Squash
01 a 30	Voleibol Master	Copa Sindiclube de Voleibol Master Fem.	Conforme tabela
01 a 30	Snooker	Campeonato Paulista de Snooker	Conforme tabela
08 a 29	Futebol de Campo	Rachões aos Sábados	Campo de Futebol
09 Domingo	SCORP	Corrida WTC CORPORE 4 e 8 Km	Ponte Estaiada/SP
29 Sábado	Biathlon	3º Biathlon Paineiras	Piscina Olímpica/Pista de Atletismo
29 e 30	Tênis Recreativo	XI Interníveis de Tênis – Quadras de Tênis	Quadras de Tênis

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

## AGENDA ESPORTIVA FORMATIVO

01 a 31	Futsal	Copa Sindiclube de Futsal	Interno/Externo
01 a 31	Futebol de Campo	Campeonato Paulista Interclubes	Interno/Externo
01 a 31	Futebol Society	Campeonato Paulista de Futebol Society CAT. Base	Externo
01 a 31	Futebol Society	Camp. Paulista de Futebol Society CAT. Principal	Externo
01 a 31	Futebol Society	Campeonato Paulista Interclubes	Externo
07 Sexta-feira	Futebol Society	Educ. do Movimento e Iniciação Esp. – Dia das Crianças	Ginásio de Ginástica Artística
10 a 15	Baby e Kids	Dia das Crianças	Piscina Kids
22 e 23	Squash	VI Torneio de Squash SEFFE/SAT	Quadra Squash 1
22 e 23	Tênis SEFFE	Interníveis	Quadras de Tênis 7, 8, 9 e 10
22 e 23	Educação do Movimento/Iniciação Esportiva/Ginástica Artística – Cadafiada	Festival de Ginástica do Clube Paineiras	Externo
29 Sábado	Ginástica Artística		Ginásio Ginástica Olímpica

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



The background features a central white starburst shape with six points, set against a solid purple field. The starburst is composed of six white triangles meeting at a central point. The word 'Variedades' is centered within the white area of the starburst.

# **Variedades**

## A IMPORTÂNCIA DA MONITORIZAÇÃO DA PRESSÃO ARTERIAL



Dr. Celso Amodeo  
Cardiologista do HCor – CRM 36913

A hipertensão arterial é uma doença silenciosa que atinge cerca de 30% da população adulta brasileira, sendo que essa prevalência aumenta com a idade, podendo chegar a mais de 50% nos indivíduos mais velhos. Em indivíduos com predisposição genética e estilo de vida inadequado (sedentarismo e dieta rica em sal), a doença surge mais precocemente e com características de maior resistência ao tratamento.

Vários estudos demonstram a relação entre o sal e o aumento da pressão arterial, e fica evidente o aumento dela com o avançar da idade nas populações em que o consumo de sal é alto. Tal fato é de fundamental importância quando consideramos que, para cada 10 mmHg de aumento na pressão arterial diastólica (pressão mínima) ou para cada 20 mmHg de aumento na pressão arterial sistólica (pressão máxima), dobra-se o risco cardiovascular (infarto do miocárdio ou acidente vascular cerebral) dos pacientes. Portanto, fica evidente a necessidade de adotar desde a infância uma dieta com baixos valores de sal.

*Cerca de 72% do sal consumido pela população vem dos alimentos processados (enlatados, envidrados, queijos e embutidos). Todos esses alimentos contêm muito sódio (composição do sal de cozinha), e a elevada ingestão dele faz o organismo reter mais líquidos, podendo levar à hipertensão - responsável por infarto e acidente vascular cerebral -, além de afetar os rins. Atualmente, o sal é consumido numa quantidade duas vezes maior do que o recomendado pelos médicos (4g a 6g/dia). Ao contrário disso, consome-se, em média, cerca de 12 a 15 gramas por dia, chegando a uma quantidade superior em alguns estados do Brasil.*

Além das recomendações nutricionais, é muito importante que se mantenha um programa de atividade física regular e um balanço entre trabalho e lazer para redução do estresse do dia a dia, que também tem papel de destaque na manutenção da pressão alta. A medida da pressão arterial no consultório médico permite uma visão estática da pressão arterial do indivíduo. Muitas vezes, essa medida não reflete o comportamento ao longo das 24 horas do dia do paciente. Para o auxílio e a análise mais precisa da pressão arterial em nossos pacientes, o HCor - Hospital do Coração, em São Paulo, dispõe de novos métodos para o diagnóstico e controle da pressão arterial, denominado MAPA (Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial), que permite uma observação mais detalhada do comportamento pressórico ao longo das 24h com maior confiabilidade, inclusive durante o período de sono.

*A MAPA é indicada a pacientes que apresentam pressão arterial elevada no consultório, mas normal fora dele, e tem a informação adicional na análise do efeito anti-hipertensivo dos medicamentos. Com esse novo método, temos também novas formas para avaliar o risco cardiovascular dos pacientes.*

O HCor possui equipamentos de última geração para a Monitorização Ambulatorial da Pressão Arterial. Esses aparelhos são menores que os tradicionais, propiciando um maior conforto ao paciente durante o exame.



Hospital do Coração

HCor

Associação do Sanatório Sírio  
São Paulo



# Nova UTI Cardiopediátrica. Avançada tecnologia para pequenos cidadãos.

DeBRITO



Responsável técnico: Dr. Luiz Carlos V. de Andrade – CRM 48277

Certificado pela  
Joint Commission International



Padrão Internacional de qualidade  
em atendimento médico e hospitalar

## HCor. Compromisso com a vida. Compromisso com a evolução.

O HCor está vivendo um grande momento cheio de transformações e evoluções. Afinal, estamos construindo um novo prédio com mais de 10 mil m<sup>2</sup> e muitas outras inovações tecnológicas. Assim estaremos oferecendo um dos mais avançados complexos hospitalares da cidade.

A nova unidade de UTI Cardiopediátrica já está em funcionamento. Nossos avançados equipamentos de diagnósticos são capazes de detectar malformações cardíacas intrauterinas, possibilitando realizar intervenções cirúrgicas ainda no período de gestação. Outra diferença é que o ambiente oferece conforto para que a mãe ou o pai acompanhe o filho durante todo o tempo da internação, agregando o calor humano fundamental.



Hospital do Coração

# HCor

Associação do Sanatório Sírio  
São Paulo

[www.hcor.com.br](http://www.hcor.com.br)

# Intercâmbio



**S**e no passado viajar resumia-se a conhecer novos lugares, hoje quem viaja participa, troca experiências e cresce a partir delas. Viajar hoje é uma forma de desenvolvimento pessoal e de ampliação de fronteiras.

Uma das mais inovadoras formas de viajar é participar de algum tipo de intercâmbio. Especialistas afirmam que a maneira mais eficiente de se obter fluência em um novo idioma é estudar no país onde ele é falado. Desta forma, as pessoas podem dividir suas experiências, línguas e costumes com pessoas de diferentes tradições, expandindo seus horizontes, muitas vezes ganhando amigos para a vida toda e se preparando melhor para enfrentar o futuro e seus desafios.

Viver em outro país não significa apenas aprender ou desenvolver outro idioma. Significa vivenciar outra cultura, aprender novos costumes, respeitar povos, crescer e amadurecer como cidadão. O resultado desta viagem é uma experiência inesquecível e eterna.

Os programas oferecidos hoje em dia atendem aos mais variados objetivos e às mais variadas idades.

Escolas internacionais de idiomas, especializadas no ensino para estrangeiros, oferecem inúmeras opções de países e destinos, desde cidades pequenas e aconchegantes até os mais movimentados e populares centros turísticos do mundo. Estas escolas contam com professores especializados, apoio de material didático e possuem instalações de última geração para garantir o aprendizado dos quatro aspectos fundamentais do idioma: fala, compreensão, leitura e escrita. Além disso, asseguram uma excelente qualidade de ensino e suporte aos estudantes. O convívio com estudantes de inúmeras nacionalidades diferentes faz com que o estudante tenha uma bela experiência.

As opções atendem a diversas necessidades, pois os cursos podem ter duração de 15 dias a um ano, em oito diferentes idiomas (inglês, espanhol, alemão, francês,





italiano, japonês, mandarim e russo) e em mais de 20 países de todos os continentes.

Neste tipo de programa, o estudante tem à sua disposição várias possibilidades de acomodação, entre casas de famílias, residências estudantis ou campi universitários, ficando a cargo do interessado a escolha. A hospedagem em uma típica casa de família anfitriã leva o contato com a cultura e costumes do país visitado além de uma simples viagem turística. Conviver com os habitantes locais, e descobrir o país através deles, é sempre uma experiência muito rica.

A opção de morar em um campus universitário também é uma das mais populares nos Estados Unidos, que oferecem uma estrutura completa de apoio aos alunos, com restaurantes, bibliotecas completas, complexos esportivos e acomodações. O contato com estudantes americanos também é uma ótima experiência. Muitos estudantes brasileiros optam por fazer uma universidade americana depois deste intercâmbio.

O programa para adolescentes que viajam em grupo, acompanhados de líderes especializados, também é uma das mais interessantes possibilidades de férias para os estudantes entre 11 e 18 anos. Unindo o aprendizado de um idioma a uma semana de passeios pelas principais atrações locais. Nestes programas, os estudantes brasileiros também têm contato com estudantes de diversos países. Grupos que realizam o programa na Inglaterra tem a possibilidade de passar uma semana em Paris ou Roma.

Participar de um programa de idiomas no exterior garante aos estudantes o convívio próximo com a cultura e com os habitantes do país, o que permite praticá-lo em situações reais. É a combinação perfeita para um aprendizado rápido e duradouro do idioma. ✪

A Experimento é pioneira em intercâmbio no Brasil e no mundo. Por isso, é especialista no assunto. Com a Experimento, você vai longe.



Eleita a **melhor** agência de intercâmbio da América Latina em 2010 e 2011

**SHOPPING MORUMBI**  
Centro Profissional - Sala 517  
T/F (11) 5181 1848

shoppingmorumbi@experimento.org.br

WWW.EXPERIMENTO.ORG.BR



# LINGUAGEM DA NATUREZA

**PRIMAVERA**  
Como você se sente  
nesta estação?

Por: Glauco Machado Bueno, biólogo do Hotel Ponto de Luz. (\*)

Fotos: Glauco Machado Bueno e Andréa Bernardes e Silva

*Fique atento ao local onde você vive. Mesmo na cidade, muitas observações podem ser feitas. Olhe para as árvores das praças, parques e também para os jardins domésticos.*

*O que você vê? O que mudou em relação ao Inverno? Como está o ritmo do seu ambiente externo e interno? Faça parte da Primavera!*





**E**m suas voltas pelo Universo, nosso planeta azul passa por alguns momentos interessantes. Um deles é o equinócio, quando duas vezes por ano o dia e a noite possuem a mesma duração.

O primeiro equinócio do ano acontece em Março e marca a passagem do Verão para o Outono. O último aconteceu no dia 23 de Setembro, e marcou o início da Primavera no Hemisfério Sul. Isso acontece devido ao eixo de rotação da Terra ser inclinado em, aproximadamente, 23,5°. Não fosse por isso, a luz do Sol incidiria em igual intensidade nos dois hemisférios e não teríamos estações do ano.

A origem da palavra Primavera é interessante. Até o século XVI, os ocidentais, por influência dos antigos romanos, dividiam o ano em cinco estações, sendo a Primavera chamada de "Primo Ver", ou seja, o início do Verão.

No Oriente, segundo o Taoísmo, a Primavera é representada pela imagem do trovão, o estímulo que desperta e gera movimento. Na tradicional medicina chinesa, esta estação está relacionada ao fígado e à energia do "fazer", e sua representação simbólica (e por que não prática?) é o grito.

Esta relação da Primavera com o fígado também era observada pelos antigos europeus, que nesta estação do ano iam aos bosques colher frutos silvestres, tentando se desintoxicar dos alimentos salgados e defumados consumidos no Inverno.

A chegada da Primavera ocasiona visíveis modificações no meio ambiente e nos seres vivos. O aumento da temperatura desperta répteis, anfíbios e insetos, que saem de seus abrigos à procura de alimento. O aumento da umidade induz a germinação de sementes que passaram o Inverno em estado de dormência, poupando energia.

A luz também é um estímulo. Nos animais vertebrados, o aumento da luminosidade é uma sinalização para a glândula pineal diminuir a síntese do hormônio melatonina, e o conseqüente amadurecimento das glândulas sexuais.

Esse processo é dramático. Para muitos animais, como nas aves, os machos podem mudar de coloração, como o tziu (Volatina jacarina), e também emitir cantos para delimitar território e atrair fêmeas, como faz o conhecido sabiá-laranjeira (*Turdus rufiventris*). Algumas rusgas podem acontecer, sendo que o embate físico é rápido e sem maiores conseqüências.

Também, quanto mais luz, maior a produção de alimento por meio da fotossíntese, quando 1% da luz solar que incide sobre a superfície das folhas é captada pela clorofila. Dentro da planta, esta energia é usada para quebrar as moléculas de água que, junto com gás carbônico, resultam em glicose e oxigênio. Em outras palavras, os vegetais convertem a energia do sol em alimento. Parece mágica, mas o incremento da produção de energia que começa na Primavera provoca alterações em toda a cadeia de relações entre os seres vivos. Quanto maior a disponibilidade de alimento, maior a possibilidade de sobrevivência de si mesmo e dos filhotes.

Assim, há um aumento na chamada teia alimentar e, conseqüentemente, da teia de relacionamentos entre indivíduos da mesma espécie, e de espécies diferentes também.

Dentro da teia alimentar, apenas 10% da energia é passada para frente. Esta é a explicação para que um ecossistema tenha milhões de insetos, mas não tenha centenas de águias. Não há energia para tanto!

Será que nós humanos estamos à parte de tudo isto? Como você se sente nesta estação do ano? Para algumas pessoas e para a indústria da moda, é claramente o momento de renovar o guarda-roupa. Outras começam a espirrar. Isso é muito curioso, e a explicação não é difícil. Há uma maior quantidade de pólen no ar, e as pessoas sensíveis respondem prontamente com uma reação alérgica.

Para muitos, a Primavera é um momento de expansão, início de projetos e uma certa inquietação no coração, pelo menos no coração dos poetas. Para os agricultores, as chuvas vão começar e, em nosso país, é propício o início do cultivo do milho, feijão e outras lavouras.

Fique atento ao local onde você vive. Mesmo na cidade, muitas observações podem ser feitas. Olhe para as árvores das praças, parques e também para os jardins domésticos. O que você vê? O que mudou em relação ao Inverno? Como está o ritmo do ambiente e de seu ambiente interno? Faça parte da Primavera! ✨



**Hotel Ponto de Luz**  
Spa holístico

Aproveite esta promoção!

**Pacote com 4 DIÁRIAS de LAZER**  
 de quarta (para o jantar) a domingo (após o almoço)

**Inclui:**  
 Pensão completa: café da manhã, almoço, lanche da tarde e jantar  
 Atividades coletivas: caminhada monitorada, vivência corporal e meditações  
 Atrações culturais nos finais de semana

**Preços:**  
**4 diárias com preço promocional**  
 SINGLE: R\$ 1.097,00  
 DUPLA: R\$ 735,00, por pessoa



**Dos apartamentos, o som que se ouve é o da cachoeira e a visão é de muito verde - um convite ao aconchego.**





**E para você desfrutar de momentos de relaxamento no spa holístico Ponto de Luz, oferecemos:**

**10% de desconto em 1 sessão terapêutica, a escolher entre:**  
 Massagem Ponto de Luz,  
 Massagem nas Extremidades,  
 Integração Craniossacral, Escalda-pés ou Ofurô

**10% de desconto na terapia da beleza**  
 1 tratamento facial Beauté Lift - 1h15 - com a linha de produtos Mary Cohr Paris

**25% de desconto no transfer SP/hotel/SP**

Central de Reservas  
 Tel. 11.4539-3112 / 3226 / 9358  
 Reservas@hotelpontodeluz.com.br  
 www.hotelpontodeluz.com.br





# Pantanal – MT

**C**ertamente você já deve ter lido inúmeras matérias sobre o Pantanal; mais certeza ainda é que a maioria delas fala do lado localizado no Mato Grosso do Sul, explorado pelo turismo quase até a última gota de suas águas. O que a maioria dos brasileiros desconhece, é que o lado do Pantanal que se espalha pelo estado do Mato Grosso é ainda mais belo, quase inexplorado, e por isto mais selvagem.

Selvagem ao ponto de, num dos dias que compreenderam nossa viagem, nosso filho abrir a porta do quarto do lodge onde nos hospedamos e dar de cara com um enorme jacaré! No primeiro momento entramos em pânico sem saber o que fazer, mas enquanto observávamos o bichano, o pessoal do hotel circulava ao seu lado, sem que ele mexesse sequer uma pata. Assim, decidimos passar também e ele continuou ali, nem nos deu bola. Eu mesma fiquei aliviada, mas senti uma ponta de decepção no Matheus que passou bem perto, apesar da nossa desaprovação, querendo ver alguma reação do animal.

Já no segundo dia você começa a se acostumar com os animais que estão sempre por perto, e que na verdade nem ligam para sua presença ou tampouco sentem medo de você, afinal estamos ali como parte do “todo”.

Nosso principal objetivo nesta viagem ao Pantanal era seguir à procura dos atualmente considerados “Big Five pantaneiros”: a onça pintada, o jacaré, o tamanduá bandeira, o tuiuiú e a arara azul. No caminho pela estrada Transpantaneira já avistamos muitos tuiuiús e uma enorme quantidade de jacarés. A arara azul, em extinção, fez do lodge onde nos hospedamos um de seus refúgios, e assim, era mais um dos “big” marcados na caderneta de nosso filho. Quanto ao tamanduá bandeira e a onça pintada, apenas os próximos dias iriam nos dizer quais eram as possibilidades de avistá-los.

**Caminhada e cavalgada** – O dia começa bem cedo e observar a diversidade da fauna pantaneira é o principal atrativo das atividades. Às 7h da manhã o grupo é reunido para início da caminhada pela reserva do lodge. Acompanhados por guias locais, adentramos a mata composta de florestas, cerrado, campos, além da vegetação característica dos alagadiços. Ouvíamos os pássaros cantando bem perto, mas era difícil enxergá-los. Apenas quando você está totalmente envolvido no ambiente é que a visão muda o ângulo, e aí sim começa a ver a natureza ao seu redor. Um ninho de araras azuis estava bem pertinho. Tucanos multicoloridos escondiam-se na vegetação. Jacarés e capivaras eram figuras fáceis de se encontrar. Mais à frente três emas passaram apressadas, mas o astro do dia foi um tamanduá mirim que acabava de descer de um tronco, e imóvel esperava não ser visto por nós. Logo nos deu as costas e saiu andando.

Atividade obrigatória no Pantanal, a cavalgada pelos alagados é a melhor forma de explorar os campos e capões. Nas árvores distantes via-se garças, colhereiros, periquitos, araras e outras aves. De repente um porco do mato aparece para ver o que há de novo. Curiosos e perigosos, normalmente andam em bandos que atacam quando se sentem ameaçados, mas este ficou ali, espiou e logo sumiu na mata.

**Safáris Fotográficos** – A Transpantaneira é o principal palco dos famosos safáris fotográficos no Pantanal. Construída como aterro, a estrada é elevada, o que facilita a vista da flora e fauna pantaneira. A poucos quilômetros do portal, você é convidado a assistir um dos mais belos espetáculos da natureza: nos campos alagados, animais de diversas espécies – incluindo muitas aves, com destaque para o enorme tuiuiú – vivem pacificamente neste complexo ecossistema. O safári percorre boa parte da





estrada num caminhão adaptado, parando em locais estratégicos para observação e ótimas fotos.

**Focagem noturna** – A vida no Pantanal muda completamente ao anoitecer. A focagem noturna é imperdível. O mais incrível é a forma como os guias localizam os animais: não com luz, mas pelo som que emitem. Atentos aos sons, muito diferentes dos diurnos, localizam várias espécies. No passeio que fizemos, eles “ouviram” e focalizaram duas grandes corujas, uma família de lobinhos, dois guaxinins e mais um dos “Big Five”: um grande tamanduá bandeira que cruzou a estrada bem à nossa frente, e ainda fez pose para a foto. Agora, só faltava mesmo a onça pintada!

**Canoagem e churrasco à pantaneira** – A bordo de canoas canadenses entramos nas águas do Rio Clarinho. A novidade na fauna eram as aves representadas por outras espécies, como o socó-beija-flor, que tivemos o privilégio de avistar, e as ariranhas, que circulam de um lado a outro do rio em busca de comida. Para o almoço, o churrasco preparado à maneira do Pantanal! Antes de voltar, pescamos algumas piranhas para a sopa do jantar, claro que algumas acabaram na boca do jacaré que estava ali de plantão, só esperando...

**Pôr-do-sol na Torre do Bugio** – O pôr-do-sol é um dos momentos mais especiais no Pantanal. Nada melhor do que vivenciá-lo numa torre a 25m do chão. Como já diz o nome, os macacos bugios habitam a copa das árvores próximas à torre, o que não sabíamos é que estávamos sendo seguidos por eles. Ao chegarmos ao topo da torre, três macacos, dois machos (pretos) e uma fêmea (castanha), surpreenderam-nos. Com a época da seca, estes animais têm medo de descer das árvores para beber água e serem caçados por predadores. Sabendo que a maioria dos turistas leva água consigo, chegam de mansinho e roubam-lhes as garrafas. Muito espertos, já sabem tomar a água no gargalo das garrafas ou em copos. Interagir com eles é uma experiência inesquecível, até para nós adultos!

Aos poucos o céu se tingiu com tons alaranjados. Os animais buscam seus ninhos e as aves apresentam um show de revoadas. Ninguém diz uma palavra, o fim do dia neste paraíso natural é apenas de contemplação, lindo!

Quando cai a noite, em volta da fogueira o convite para a roda de viola com os melhores violeiros da região, ótima oportunidade para compartilhar da cultura pantaneira.

Terminamos nossa viagem assim, aos sons do arvorecer no Pantanal. Na “caderneta do Matheus”, faltou riscar a onça pintada, no entanto surpreendeu-nos seu comentário minutos antes de deixarmos o lodge: “Não faz mal, acho que foi de propósito que a gente não viu a onça. Por que assim a gente vai ter que voltar!”

**Quando ir** – Na seca, entre Julho e Novembro, é mais fácil de avistar os animais.

Entre o fim de Dezembro a Março, época de chuvas, a vegetação fica mais exuberante. Na vazante, que compreende o período entre as duas estações, as águas baixam e começam a revelar outras belezas escondidas pelas águas. Este ciclo se repete todos os anos, escolha a melhor época para sua visita. ✨

Texto e fotos: Família Müller



# 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](mailto:marketing@clubepaineiras.com.br)



Clube Paineiras  
do Morumby



# Mundo do Enxoval

bekerman

TRUSSARDI  
COLEÇÃO 2012

Moema  
Av. Lavandisca, 223 - SP  
Tel.: (11) 5051-3732

Jardins  
Rua Augusta, 2792 - SP  
Tel.: (11) 3064-1315

Shopping D&D  
Piso Boulevard  
Tel.: (11) 5507-5070

Shopping Cidade Jardim  
1º Piso  
Tel.: (11) 3758-4945

Shopping Iguatemi Alphaville  
Piso Tocantins  
Tel.: (11) 4195-2006



[www.mundodoenxoval.com.br](http://www.mundodoenxoval.com.br)



# SAGITUR

## Câmbio

10 ANOS DE TRADIÇÃO



SEJA A TRABALHO, ESTUDO OU DIVERSÃO, VOCÊ PODE CONTAR COM A SAGITUR PARA CÂMBIO DAS PRINCIPAIS MOEDAS.

### VANTAGENS

- ✓ Lojas situadas em Shoppings para sua segurança.
- ✓ Sem cobrança de taxas.
- ✓ Deixe de pagar 6,38% de IOF. Trabalhamos com Cartão Pré-Pago / Cash Passport.

#### Morumbi Shopping

Loja 104 - Térreo  
Tel. (11) 5181-7386

#### Shopping Center Norte

Loja 1026  
Tel. (11) 2252-2617

[www.sagiturcambio.com.br](http://www.sagiturcambio.com.br)

[contato@sagiturcambio.com.br](mailto:contato@sagiturcambio.com.br)