

P



PAINEIRAS

MARÇO/2009



Mulheres Paineirenses

Clube presta a sua homenagem
ao dia das mulheres

TITãs

NO PAINEIRAS



26 anos de carreira



Única apresentação!

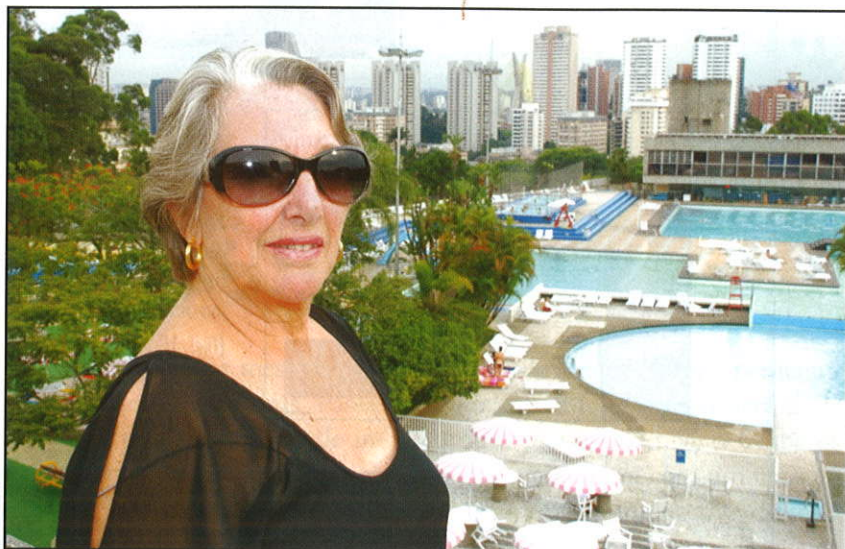
4 DE ABRIL

21h

SALÃO NOBRE

Venda de ingressos a partir de 28 de fevereiro na Central de Atendimento

O que seria do mundo sem as mulheres!



Nas comemorações relativas ao dia internacional da mulher programamos atividades como forma de destacar a importância do toque feminino em todas as atividades humanas.

Algumas delas permitirão a discussão e reflexão sobre a condição feminina e os desafios que advém disto, exigindo de nós mulheres, cada vez mais superação.

Teremos também palestras sobre diversos serviços colocados à disposição da estética, abordando riscos, vantagens e indicações no tocante a cirurgias plásticas, dietas etc...

Jogos amistosos nas diversas modalidades proporcionarão momentos de muita alegria e descontração.

Todos os setores estarão cuidando de homenagear a figura da mulher paineirense. Com muita justiça!

A mulher presente no mercado de trabalho passa a ter jornada dupla ou mesmo tripla ao tornar-se mãe. E precisa estar segura que seus filhos, longe de seus olhos, estarão bem.

Aí o Clube encontra outra forma

de atender aos seus Associados: oferece ambiente seguro, saudável, complementar para o desenvolvimento e enriquecimento psico-social das crianças, nas inúmeras atividades comuns aqui desenvolvidas.

O Paineiras é um espaço que condomínio nenhum pode substituir, pois aqui a família encontra a especialização necessária para iniciar seus filhos nas atividades esportivas e culturais. Profissionais de primeira linha, capacitados e atentos, fazem a grande diferença. Esta é a nossa especialidade há décadas.

Para os nossos esportistas apresentaremos em breve mais um serviço: o treinamento funcional. Nele, o condicionamento físico é direcionado especificamente, para a atividade esportiva de cada indivíduo. Dessa forma, serão aplicados exercícios individuais com foco nas particularidades de cada modalidade praticada pelo associado como, por exemplo, natação, tênis, futebol e assim por diante.

Destacamos, uma vez mais, a nossa tradicional Feijoada da Folia, um

momento sempre muito prestigiado por todos os Associados. Decidamente o melhor grito de carnaval da cidade numa grande confraternização de amigos.

O evento de grande porte exige todo o cuidado para que não haja falhas.

Como sempre, um sucesso! Infelizmente, não foi possível acolher a todos que gostariam de estar presentes, devido ao limite de espaço de nossos salões.

No mês de fevereiro as chuvas torrenciais que atingiram a cidade também atingiram duramente o nosso Clube. Isto, além de provocar atraso nos cronogramas de trabalho, exige mais restaurações, sobretudo nas áreas castigadas com infiltrações de água. Mas, as ocorrências imprevistas não impedirão que o Clube seja contemplado com as melhorias necessárias programadas ou emergenciais, que fazem a preservação e valorização de nosso patrimônio.

Neste mês teremos o momento mais importante para a preservação de nosso patrimônio, isto é, o exame da proposta orçamentária e plano de obras, elaborados pela Diretoria Executiva e apresentados conforme o Estatuto Social, em dezembro de 2008.

Ali propusemos ações priorizadas por nós em nosso dia a dia, com vistas a proteger, preservar e se possível, valorizar o que é nosso, dentro da finalidade social do Clube Paineiras do Morumby.

A proposta não ignorou nossa composição social e econômica nem o contexto mundial em que estamos inseridos, preocupação essa que sempre tivemos e continuaremos a ter. *

Sileni M. de Arruda Rolla
Presidente

ESQUENTAMOS OS TAMBORINS NO PAINEIRAS

Muitos paineirenses aproveitaram o sol forte do dia 7 de fevereiro e o clima carnavalesco que aflora nessa época, para vir até o Clube, sambar e cantar no Esquentando os Tamborins, que aconteceu na Plataforma das piscinas e só terminou no começo da noite.

Esse evento já faz parte do carnaval do Clube Paineiras e sempre antecede a Feijoada da Folia. Neste ano, o evento contou com a presença mais que especial do Grupo de Samba Brasil Corcovados, que animou a festa e brindou todos os presentes com muito samba de raiz, marchinhas de carnaval e até sambas enredo.

Os sócios que estavam em meio à muita animação, sambaram, dançaram com seus pares e até fizeram o clássico trenzinho, puxando os associados que estavam sentados ou só de passagem para participar.



Grupo de Samba Brasil Corcovados agita a galera



Prévia para a Feijoada da Folia contou com muita animação e samba



Patrícia, Heitor e Gustavo Braga, Adriana Sanches e Felipe dos Santos

ASSOCIADO

Seja um colaborador

da Revista e Site Paineiras.

Envie suas matérias para o e-mail:

revista@clubepaineiras.com.br

Marketing e Comunicação

3779.2098 / 3779.2099 / 3771.3558





Inge Duchesne recebe o troféu das mãos da presidente da Federação Paulista de Squash, Karen Redferre



Rui Pastor entrega o troféu de vice campeão a Marcos Dario



Rapahel Shinckar, campeão Juvenil, Karen Redferre e Luis Góes, vice campeão Juvenil

SQUASH

PAINEIRAS RECEBE TORNEIO ABERTURA 2009

O Torneio Abertura 2009 foi disputado, entre os dias 11 e 15 de fevereiro, nas Quadras de Squash do Clube. O campeonato teve a participação de mais de 200 inscritos em seis classes masculinas, três femininas e uma juvenil, dos quais 33 eram paineirenses.

O Torneio Abertura é a primeira de muitas etapas do Campeonato Paulista de Squash. No total, são disputadas entre 10 e 12 etapas, distribuídas ao longo do ano. Os atletas acumulam pontos em cada uma e no final, é considerado campeão aquele que acumular mais pontos. Os paineirenses Marcos Dario, da 4ª Classe Masculino, e Inge Duchesne, da 2ª Classe Feminino, chegaram à final e foram vice-campeões em suas categorias.



Troféus entregues aos finalistas



Estacionamento com Manobrista

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

www.buffet *peeka boo*.com.br

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

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

Criamos Lembrancinhas Personalizadas

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

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

\$ REVISÃO DE POUPANÇA \$

Poupadores de 1989, 1990 e 1991

Recuperem as diferenças.

1989 - Plano Verão / 1990 e 1991 - Plano Collor

Os familiares recebem pelos poupadores falecidos.

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



A CIÊNCIA INDIANA

As Massagens indianas ganharam seu espaço no Brasil, pois proporcionam ao seu praticante, equilíbrio com o corpo, com a mente e com a espiritualidade. Conheça agora uma das mais famosas massagens: a Ayurvédica

Com uma população que passa de 1 bilhão de pessoas, a Índia tem obtido expressivo desempenho econômico, além de sua história e cultura que tem despertado o interesse do ocidente, sobressaindo-se de outros países daquela região.

Aqui no Brasil não é diferente, pois a Índia é constantemente lembrada através da comida, da espiritualidade e de todas as suas filosofias e estudos voltados para uma vida mais saudável e tranqüila, tentando dessa forma, fazer com que o corpo e a mente se alinhem de forma correta.

Um ótimo exemplo disso foi o surgimento da massagem Ayurvédica, que é uma das mais conhecidas aqui no ocidente. Essa massagem é um poderoso sistema de tratamento para harmonização, balanceamento e vitalização, além de ter uma atuação específica em problemas crônicos e agudos localizados em



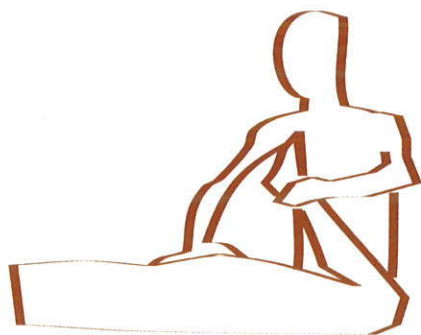


diversas áreas do corpo, sempre de uma forma natural e consciente.

Esse nome em sânscrito (antigo idioma da Índia) significa ciência da vida humana. Ela já faz parte da milenar medicina indiana e é uma das mais completas e rejuvenescedoras dentre as mais diversas tradições desenvolvidas e praticadas no oriente há mais de 5 mil anos. Essa massagem pode ser conhecida aqui no Clube, no SPA masculino.

PARTE 1 - ALONGAMENTO

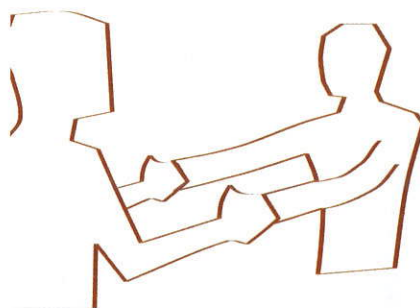
A massagem começa com um alongamento para relaxar os músculos que propicia uma maior flexibilidade do corpo e mobilidade nas articulações, possibilitando o circuito livre da energia vital, além de ser ótima para a respiração.



PARTE 2 - ALONGAMENTO

Essa posição serve para alongar os membros superiores, ombros e braços. Praticante da ayurvédica há mais de

10 anos, a gerente comercial, **Alessandra Saadi**, afirma que aderiu à massagem, desde a primeira vez que foi apresentada à técnica. “Como faço academia, senti uma diferença incrível, principalmente, na flexibilidade do corpo”, ressalta.

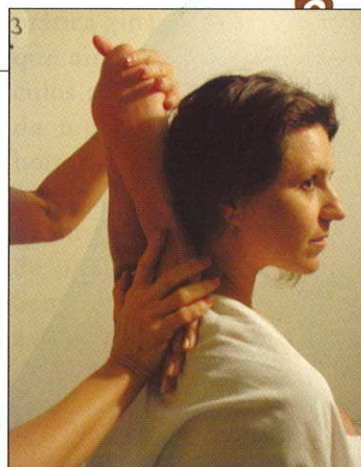


PARTE 3 - MASSAGEM

São utilizados óleos especiais e essências para essa massagem, que atua nas camadas profundas do corpo, ativa a circulação sanguínea e recupera o nível de energia vital, além de regular o transporte de líquidos no organismo e ampliar a capacidade respiratória.

PARTE 4 - MASSAGEM

Através de toques profundos com as mãos, a massagem propicia um realinhamento postural, alívio de tensões (por vezes crônica) no corpo físico, fortalece o

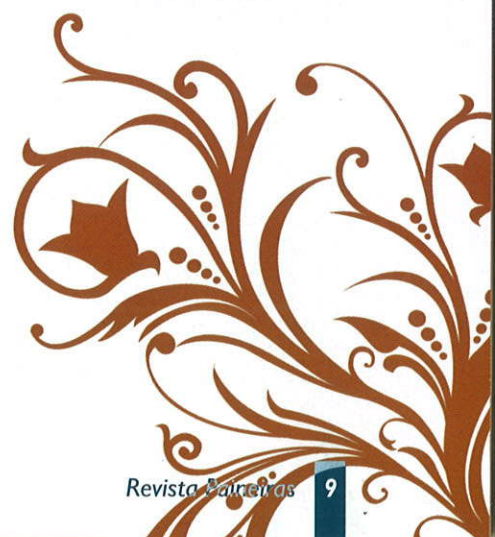


sistema imunológico, e tem efeitos anti-stress e antidepressivos.

Alessandra acrescenta que depois do primeiro contato, começou a fazer a Ayurvédica duas vezes por semana. “No entanto, com o dia-a-dia muito agitado às vezes não dá tempo de fazer. Por isso, só faço uma vez. Mas nunca deixo de fazer, pois senti um ótimo benefício para o corpo”, conclui.

HORÁRIOS DE ATENDIMENTO

- O Spa funciona de 3ª à 6ª das 8h às 22h, de sábado às 8h às 21h e de domingos e feriados das 9h às 14h.
- A massagem funciona de 3ª à 6ª das 8h às 19h



8 de março é dia internacional da mulher e o Clube Paineiras presta sua homenagem a todas as associadas

A história já é conhecida. No ano de 1857, 129 tecelãs da fábrica de tecidos Cotton, de Nova Iorque, decidiram paralisar seus trabalhos, reivindicando condições de trabalho menos desumanas a que eram submetidas. Os donos da empresa, junto com policiais, trancaram-nas no local e atearam fogo, matando carbonizadas todas as tecelãs. Em 1910, durante a II Conferência Internacional de Mulheres, realizada na Dinamarca, foi proposto que o dia 8 de março fosse declarado Dia Internacional da Mulher em homenagem às operárias de Nova Iorque.

Passados mais de 150 anos, o mundo assistiu diversas transformações e, a cada dia, as mulheres conquistam seu espaço, mostrando que a luta daquelas tecelãs não foi em vão. Hoje, é perceptível o toque feminino em diversas esferas da sociedade, seja à frente de uma grande empresa, seja dirigindo uma nação, entre outros papéis de destaque. Isto tudo conduzido à pulso firme, com determinação, sensibilidade e, claro, muita graça.

A **Revista Paineiras** presta sua homenagem às mulheres associadas do Clube, que falam a seguir sobre o que representa esta data para elas, se as mulheres já conquistaram seu espaço na sociedade, os desafios em conciliar o trabalho e a famí-

lia e, por fim, o que é ser mulher no século XXI.

CELEBRAÇÃO DUPLA

Professora há mais de 20 anos, a sócia Viviane Negrão Huy tem dois motivos para comemorar, pois no dia 8 de março também celebra o seu aniversário. Para ela, ser mulher, até aproximadamente o final dos anos 60, significava identificar-se com a maternidade, o lar, sonhar com um 'bom partido' para um casamento indissolúvel e apegar-se as atividades leves e delicadas, que exigissem pouco esforço físico e mental.

"Felizmente, desde a década de 70, no Brasil, milhares de mulheres passaram a fazer parte do mercado de trabalho, o que gerou uma redefinição do nosso lugar na sociedade, proporcionando mais liberdade pessoal, econômica e social", diz.

Viviane, que pratica caminhada e o curso de consciência corporal, afirma que o Paineiras oferece para ela e suas filhas o relaxamento e descanso tão necessários na vida moderna.

EM BUSCA DE UM EQUILÍBRIO

Luciana Muller, que pratica Basquete no Paineiras, afirma que a data significa a conquista da mulher definitivamente na sociedade, que até então era muito machista e que ainda carrega esses traços. Se-



“TECELÃS” PAINEIRENSES



gundo ela, as mulheres ocupam um lugar na sociedade que não existia antigamente, conquistado com muita competência.

“Na sociedade ocidental a mulher conquistou o seu espaço, mas muitas vezes, muito solitária. O feminismo acabou na verdade por assustar os homens. Já nas sociedades orientais ocorre o inverso. É necessário que se encontre um equilíbrio para que ela se torne ‘a mulher’”, ressalta.

Luciana afirma que este papel da mulher na sociedade não prejudica em nada o tempo dedicado à família. “O que realmente importa é a qualidade do tempo que você passa com os filhos e não a quantidade”.

SER MULHER É SER LUTADORA

Para a sócia Renata Azanha, a data representa mais um dia de atividades com os filhos, com a casa e consigo mesma, ou seja, mais um dia de correria. Ela afirma que a mulher conseguiu conquistar seu espaço, mas ainda existe muito trabalho pela frente, pois ainda há muita discriminação nas



empresas. “Essa luta continua árdua e interminável”, salienta.

Um desses desafios a ser enfrentado é a discrepância que existem

entre homens e mulheres. “Às vezes trabalhamos a mesma coisa ou até melhor, mas continuamos ganhando menos”, acrescenta. Para ela, ser mulher é ser uma lutadora. “É você acordar com preguiça e não ter espaço para ela e levantar e continuar a trabalhar sempre”, completa Renata, que mostra também esta vontade nas quadras de tênis do Paineiras.

VÁRIAS FUNÇÕES

A sócia Christine Agostino afirma que comemorar essa data mostra que o mundo valoriza a mulher e sabe de sua importância para a sociedade. Ela acrescenta que as mulheres



estão caminhando para mais conquistas seu espaço.

Além de considerar que a mulher atual é sinônimo de guerreira, Christine destaca a versatilidade feminina. “Na verdade, nós mulheres temos multifunções, isso faz com que nossa energia seja distribuída em várias funções e não seja focada num só assunto”, diz.

SENTIMENTO DE MISSÃO CUMPRIDA

Maria Inês V. Hunziker, que pratica ginástica no Clube, afirma que ainda existem muitos obstáculos a serem superados. “Apesar da mulher tentar ser igual ao homem nunca será, pois tem uma natureza diferente. Pois é a mulher quem cuida dos filhos, da casa, do marido.

Sempre que acontece algum problema nesses núcleos é a mulher que sempre resolve. Já o homem tem



mais liberdade, pois não existe tanta responsabilidade para ele quanto há para as mulheres”, diz.

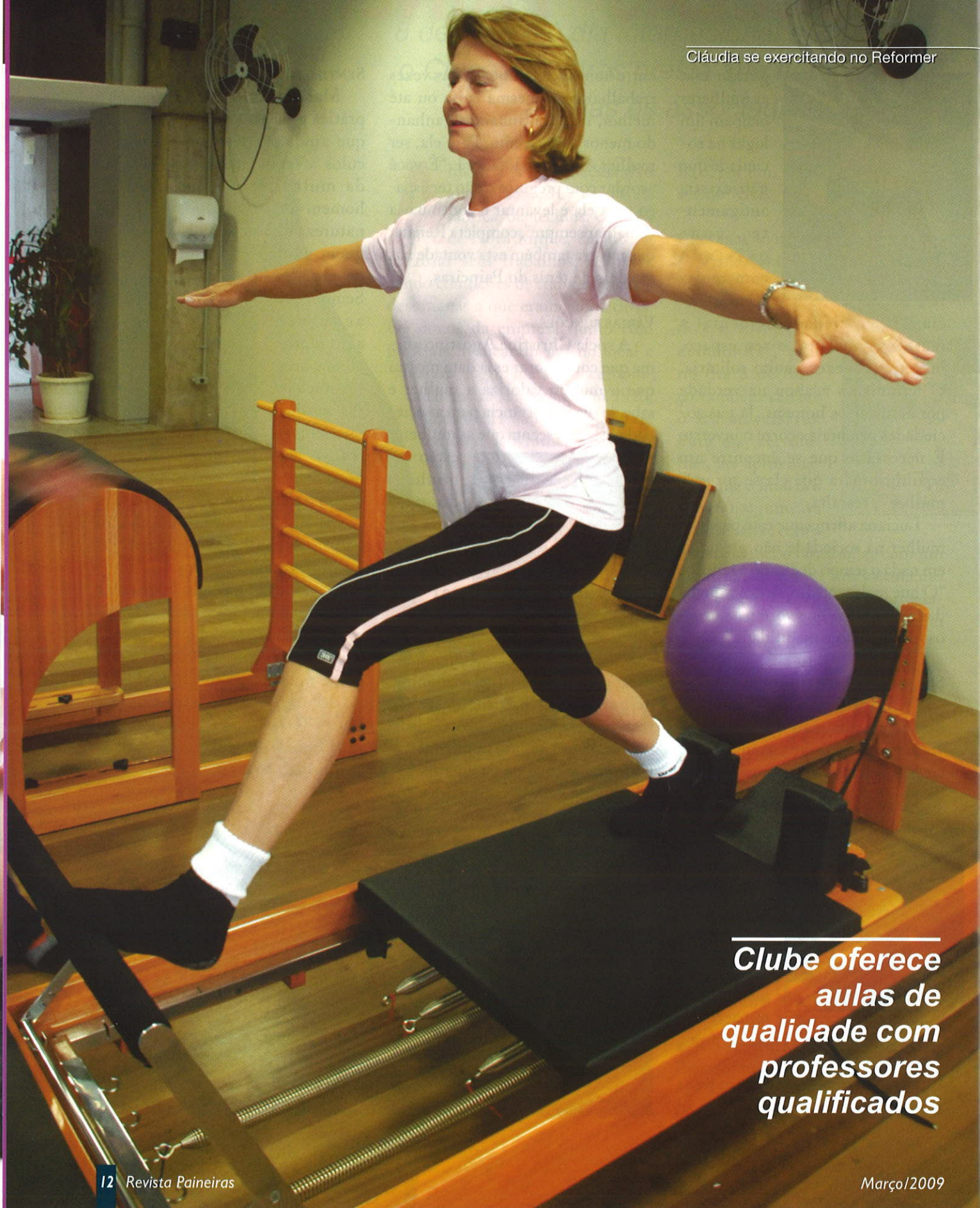
Maria também valoriza as horas que passa com os filhos. “Devemos sempre acompanhar seus interesses e, é claro, nunca deixar de curtir e educá-los”, ressalta. Segundo ela, é muito bom ser uma mulher do século XXI. “A minha vida é muito boa e estou passando por uma fase de sentimento de missão cumprida”, conclui. ✱

EVENTO HOMENAGEIA MULHERES DE DESTAQUE

Para marcar a data, será prestada no dia 23 de março, no Salão Nobre, homenagem ao Mês da Mulher. Entidades como a Associação Comercial – Distrital Pinheiros, Mulheres da Verdade, Associação Garibaldina, Associação das Vereadoras do Estado de São Paulo e Conselho Estadual da Condição Feminina, farão homenagens póstumas à Dra. Ruth Cardoso (Instituto FHC) e à Profª Irene Galvão de Souza, esposa do Prof. Paulo Nathanael, presidente do Conselho de Administração do CIEE. Serão homenageados também os destaques femininos do Clube Paineiras em diferentes áreas de atuação.

ESPORTE

Cláudia se exercitando no Reformer



**Clube oferece
aulas de
qualidade com
professores
qualificados**

PILATES MAIS EQUILÍBRIO E POSTURA

O Pilates é uma modalidade de exercícios físicos criada pelo alemão Joseph Pilates no começo do Século XX. Chamado inicialmente de Contrologia, trata-se de um método de controle dos músculos do corpo para ganhar equilíbrio e postura.

Os benefícios vão desde a melhora do condicionamento físico geral até o alinhamento adequado da postura, além de estimular a circulação e ajudar na flexibilidade e amplitude muscular. Aumenta, ainda, os níveis de consciência corporal e a coordenação motora.

No Paineiras, o curso de Pilates se iniciou em dezembro de 2007 e logo se tornou muito popular entre os associados, tanto que, a partir de março de 2009, contará com seis professores e duas salas diferentes. “As aulas são ótimas para corrigir a postura, além de trabalhar com músculos que a gente não usa no dia-a-dia”, conta Beatriz Michels, aluna de Pilates no Clube.

No final de janeiro, os professores se reuniram para discutir a metodologia da modalidade e fazer o alinhamento dos professores que estão chegando para, assim, proporcionar aos associados um curso de qualidade, como sempre foi o Pilates do Paineiras. “Está tudo funcionando muito bem, e é algo que serve para

o nosso próprio benefício”, diz o aluno Francisco de Filpo Neto, de 77 anos.

As aulas são praticadas com o auxílio de diferentes aparelhos, como podemos ver a seguir:

Reformer: aparelho que trabalha todos os músculos do corpo em todos os planos possíveis. Sua principal característica é a instabilidade, que dá ao aluno a possibilidade de trabalhar cada músculo do corpo ao mesmo tempo.

Cadillac: também trabalha todos os músculos do corpo. Esse aparelho, no entanto, trabalha com o corpo suspenso, apoiado apenas nos braços e pernas. “Apoiado só com as mãos, você trabalha mais os músculos”, explica a professora Cristiani Junqueira.

Beatriz suspensa em outro exercício no Cadillac



Paineiras tem 4 representantes no Sul Americano Juvenil de Natação

Quatro atletas do Paineiras participarão do Sul Americano Juvenil de natação, que será na Argentina, entre os dias 26 e 31 de março. São eles: André Pacheco, José Governo Pais Neto, Aline Saporito Caetano e e Julia Gerotto.

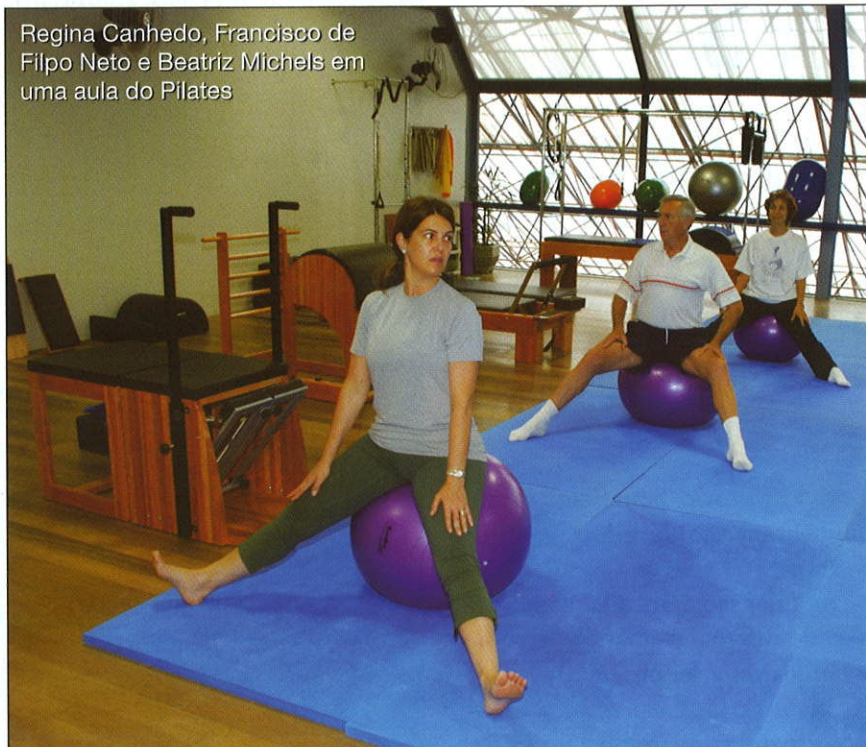
André Pacheco já tem várias conquistas nacionais (100 e 200m Borboleta e 400m Livre), Zé Governo venceu os 1500m Livres no Brasileiro Juvenil, Aline Saporito é uma das melhores do país no nado de costas, e Julia Gerotto foi a primeira atleta Juvenil do Paineiras a conquistar um título Adulto nos 200m Borboleta do Brasileiro Absoluto.

Atletas do Paineiras pré-convocados para o Sul Americano Juvenil de Pólo

Onze atletas do Paineiras foram pré-convocados para a Seleção Brasileira de Polo Aquático, que jogará o Sul Americano Juvenil. São eles: Fábio Arnoldi, Ramiro Garcia, Gustavo Coutinho, Arthur Salgado e Nikolas Mendes para a Seleção Masculina e Gabriela Leme, Mirella Coutinho, Nathalie Toquetti, Thainá Santos, Hanna Silveira e Gabriela Mantellato para a Seleção Feminina.

O Sul Americano será disputado, entre 2 e 6 de abril, na cidade de Mar Del Plata, na Argentina.

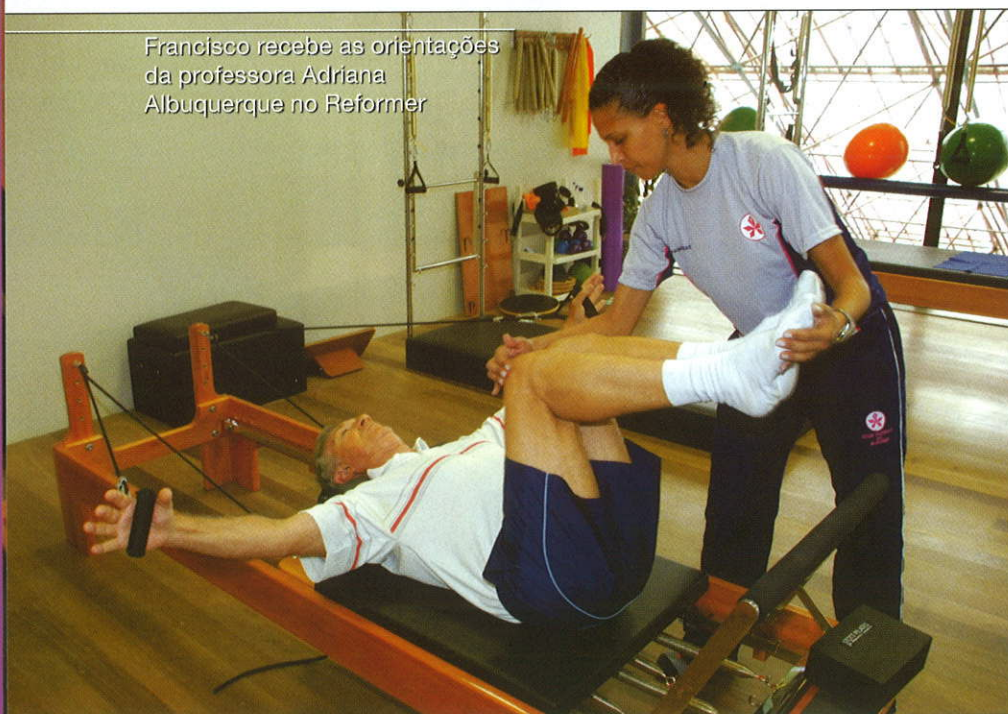
Regina Canhedo, Francisco de Filpo Neto e Beatriz Michels em uma aula do Pilates



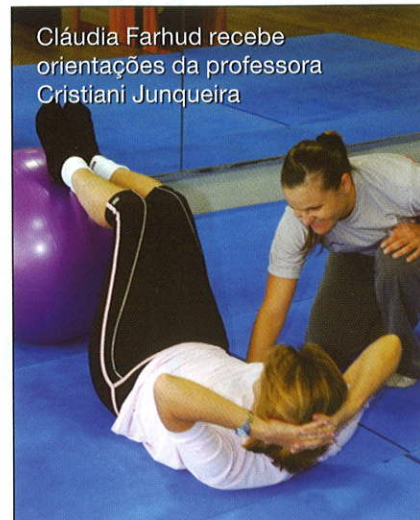
Cadeira: assim como o reformer e o cadillac, a cadeira contém molas que podem intensificar ou ajudar o exercício. Existem diversas posições diferentes para trabalhar com este aparelho, e sua base de suporte pequena oferece maior desafio ao aluno.

Arcos: existem arcos de diferentes tamanhos, e quanto menor a base, maior o desafio. É o mesmo princípio do cadillac, que trabalha mais os músculos porque o corpo tem pouco apoio. *

Francisco recebe as orientações da professora Adriana Albuquerque no Reformer



Cláudia Farhud recebe orientações da professora Cristiani Junqueira



LUIZA LIMA GANHA TORNEIO DE VÔLEI NA IRLANDA

Luiza Lima joga vôlei no Clube há 3 anos com um grupo de garotas que recebe as orientações do professor Alexandre Balastegui. A experiência adquirida nesse tempo foi fundamental para ajudar sua equipe, do Patrician Presentation Secondary School, de Fethard, na Irlanda, a chegar e vencer a final do Senior Girls B, torneio de vôlei disputado entre diversas escolas irlandesas.

Sua viagem à Europa foi um intercâmbio para cursar o segundo semestre do 2º Ano do Ensino Médio e aperfeiçoar o inglês, que ela cursou no Paineiras pela Wizard. "O vôlei foi uma oportunidade de conhecer novas cidades", conta Luiza. Cada etapa foi disputada em uma cidade diferente do país. "Foi legal, além do vôlei ser uma boa oportunidade para se integrar, é um ótimo esporte para praticar", completa ela, que ainda levou o título de melhor jogadora em quadra na final.

Luiza Lima traz da Irlanda muito orgulho ao Clube



TITÃS NO PAINEIRAS

Uma das maiores bandas de rock do Brasil, o Titãs agitará o Paineiras no dia 4 de abril, quando apresentará, no Salão Nobre do Clube, seu repertório recheado de sucessos como Sonífera Ilha, Flores, Polícia, Comida, Televisão, Marvin, Epitáfio, Pra Dizer Adeus e Diversão.

Há mais de 25 anos na ativa, a banda é uma das mais bem-sucedidas comercialmente e influentes no Brasil, ao lado de Legião Urbana, Os Paralamas do Sucesso e Barão Vermelho. Atualmente, o Titãs é composto por Tony Bellotto, Branco Mello, Sérgio Britto, Paulo Miklos e Charles Gavin.

Lançaram o primeiro disco homônimo em 1984, pela WEA, que trazia seu primeiro sucesso: "Sonífera ilha". Com o LP seguinte, Televisão, eles emplacaram mais um hit. O grande salto aconteceu com Cabeça Dinossauro, lançado em 1987 e que conquistou a unanimidade de público e crítica.

A banda continuou lançando discos de destaque como o O Blésq Blom, Titanomaquia, entre outros. Ao lançar Domingo no final de 1995, a banda assumiu definitivamente sua vocação pop e sua popularidade alcançou um segundo ápice no trabalho comemorativo de 15 anos, o Acústico MTV, que vendeu 1,7 milhões de cópias, seguido de Volume Dois, no mesmo formato do Acústico, 800 mil cópias vendidas.

Para o ano de 2009 é esperado um disco de inéditas, o 15º da carreira do grupo, que será lançado pela Arsenal Music. O trabalho está em fase final e está sendo produzido por Rick Bonadio, produtor de bandas como Fresno e Nxzero, além de descobridor do Charlie Brown Jr e Tihuana.

DOCUMENTÁRIO "TITÃS, A VIDA ATÉ PARECE UMA FESTA"

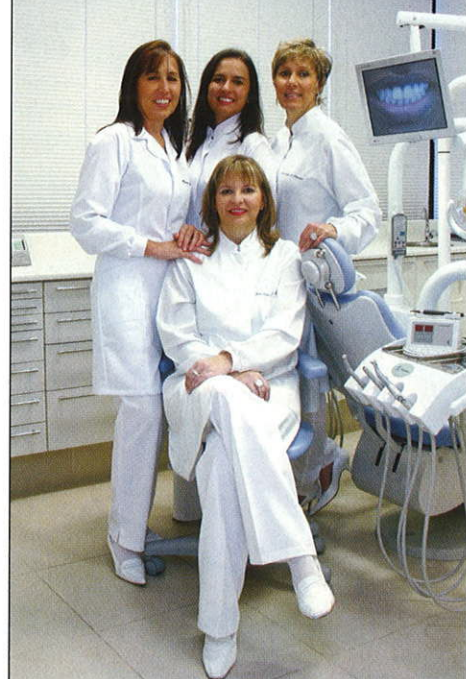
Para quem quiser saber mais da história da banda, a dica é o documentário "Titãs, a vida até parece uma festa", em cartaz nos cinemas. As filmagens começaram logo no início da década de 80, quando Branco Mello comprou uma câmera VHS para registrar tudo o que acontecia com os Titãs nos shows, estúdios, quartos de hotéis, aeroportos, ensaios, enfim, os bastidores do intenso convívio da banda. Por mais de duas décadas, Branco e seus companheiros captaram e arquivaram sons e imagens em vários formatos como VHS, Hi-8, Super 8 e mini DV.

Em 2002, Branco convidou o premiado diretor Oscar Rodrigues Alves para juntos dividirem o roteiro, a montagem e a direção do filme. Eles partiram das mais de 200 horas de material original organizado pela produtora Ângela Figueiredo. De uma ampla pesquisa nas emissoras de TV, vieram os programas de auditório, videoclipes e entrevistas.

A soma desse conteúdo revela personagens incríveis e momentos inesquecíveis: o início underground em São Paulo, o primeiro sucesso "Sonífera Ilha", as prisões por envolvimento com drogas, o antológico show "Cabeça Dinossauro", os bastidores das gravações do álbum "Jesus Não Tem Dentes no País dos Banguelas", o sucesso nos grandes festivais, as saídas de Arnaldo Antunes e Nando Reis, a morte trágica de Marcelo Fromer, as viagens pelo Brasil e o mundo.

O resultado é um documentário musical de longa-metragem que não apenas conta a história da banda, mas mostra a irreverência, a emoção, o bom humor e as aventuras dos Titãs desde os primórdios até hoje em dia. 

Clínica Open Center



EQUIPE ESPECIALIZADA

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



Recepção



Cantinho da Criança

Av. Dr. Guilherme Dumont
Villares, 1230 – 8º andar
Morumbi - Estacionamento Próprio

3772-5292

www.clinicaopencenter.com.br

você já sorriu hoje?

**Conheça um
pouco mais sobre
o curso de Artes
Plásticas que o
Paineiras oferece
e venha usar e
abusar da sua
criatividade**

As Belas Artes



A ganhadora do Concurso
ACESC Alice Fernandes fazendo
mais uma Obra de Arte

fotos: Alexandre Kid

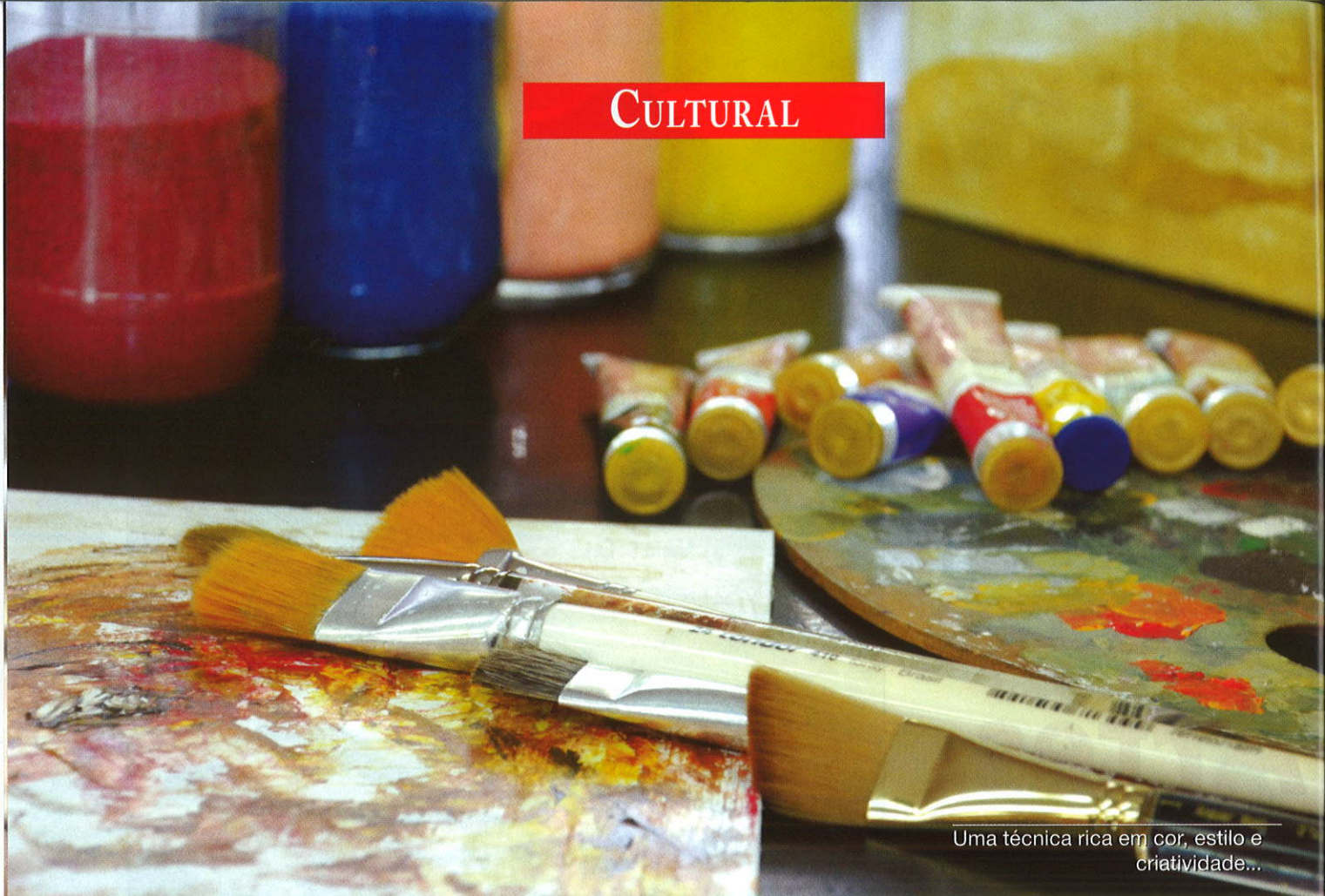
O curso de Artes Plásticas do Clube Paineiras conta com quatro vertentes: aquarela, desenho, técnicas variadas e prática de atelier. Cada modalidade é voltada para diferentes técnicas e pessoas. “Aqui chegam tanto pessoas que já pintam há algum tempo e procuram um espaço tranquilo, como pessoas que nunca tiveram contato com as artes plásticas. Por isso cada aluno tem um tratamento diferente”, diz o professor Leonardo Bastos

AQUARELA

A aquarela é uma técnica desenvolvida com tintas combinadas com cola e água. Quem executa a técnica usa pincéis macios e, muitas vezes, bem finos, caso queira mais precisão no desenho. Traçar longas linhas e fazer uma camada fina aplicada por meio de uma pincelada contínua é típico desta técnica, que era muito usada para decorar muros e objetos no Egito Antigo, e na Europa durante a Idade Média.

DESENHO

O nome da técnica já diz tudo. Nesta modalidade nada de pincéis



Uma técnica rica em cor, estilo e criatividade...

ou tinta, somente lápis preto, lápis de cor e giz. O desenho é sempre à mão livre e por observação de paisagens, casas, naturezas mortas, entre outros. Desenvolver um bom desenho e ter sucesso nesta técnica depende de muito treino.

TÉCNICAS VARIADAS

Nesta aula são desenvolvidas todas as técnicas existentes nas artes plásticas. O professor divide o semestre para que, em cada mês, o aluno aprenda uma modalidade diferente. Este curso é ideal para quem quer conhecer de tudo um pouco e desenvolver várias obras diferenciadas.

PRÁTICA DE ATELIER

Esta é a aula mais focada na individualidade de cada aluno. Você escolhe qual técnica quer desenvolver e o professor ensina individualmente. Para quem pretende fazer obras mais

específicas como, por exemplo, um retrato de família, esta é a aula ideal.

“Pinto aquarela há 20 anos, mas foi no Paineiras que me aperfeiçoei. É bom ter um lugar e um horário marcado para pintar, por que em

casa a gente acaba se distraindo e não pratica”, comenta a aluna Alice Fernandes, ganhadora do prêmio da ACESC no ano de 2008 e que faz as aulas práticas de atelier com a sua mãe. *

VOCÊ SABIA?

Você sabia que as artes plásticas surgiram na pré-história? Existem registros que, já nesta época, era possível encontrar pinturas rupestres em cavernas que eram habitadas por seres humanos. O surgimento da arte veio da forte necessidade que o homem tinha de se comunicar, até hoje há uma necessidade de expressão artística na sociedade que vem através de pinturas e outras modalidades.



Detalhe de pintura rupestre

CURSOS SOCIOCULTURAL

NOVA TURMA DE JAZZ INFANTO JUVENIL – PERÍODO DA MANHÃ



Foi aberta uma classe de jazz infanto-juvenil (de 7 a 15 anos), no período da manhã. As aulas serão às terças e quintas-feiras, das 10h às 11h.

VAGAS NOS CURSOS CULTURAIS

Há vagas disponíveis nos cursos de: Aquarela, Arte Infanto Juvenil, Atualização Cultural, Ballet Clássico, Capoeira, Consciência Corporal, Coral, Dança de Salão, Dança do Ventre, Dança Flamenca, Desenho, História da Arte, Jazz, Musicalização Infantil, Oficina de Circo, Patinação Artística, Prática de Atelier 1 e 2, Sapateado, Skate, Tai Chi Chuan, Tapeçaria, Teatro Juvenil e Adulto, Teclado, Técnicas Variadas, Violão e Yoga. Inscrições abertas na Central de Atendimento.



mento e capacitação profissional.

Por isso, não deixe de fazer este curso, pois o teatro tem importância fundamental na contínua formação das pessoas, pois permite aos alunos desenvolver mais a socialização, criatividade, coordenação, memorização, confiança, o vocabulário e muitos outros aspectos.

As inscrições estão abertas na central de atendimento.

VIOLÃO E GUITARRA



Desenvolva seu potencial artístico, venha aprender música nos cursos de violão e guitarra. Os métodos de aprendizado são práticos e destinados para o Jazz, Rock, MPB e Blues. Não perca essa oportunidade.

DANÇA DO VENTRE

Venha aprender essa dança que é uma das mais sensuais e conhecidas pelo mundo. No Paineiras, as aulas são ministradas pela professora Andréia Santiago, que é especialista em dança do ventre e tem em seu currículo um vasto conhecimento. As aulas dão ênfase para a qualidade dos movimentos, direcionando as alunas para a postura, graciosidade, equilíbrio e consciência corporal.



LISTA DE INTENÇÃO PARA ABERTURA DE NOVOS CURSOS

Estão abertas lista de intenção para os cursos de Flauta Doce e Transversal

Idade: Nascidos em 2001 ou anos anteriores

O aluno deverá ter seu próprio instrumento

ESTUDAR TAMBÉM SE APRENDE

O Paineiras oferece aos seus associados técnicas de estudos para crianças e jovens da 2ª a 9ª série do ensino fundamental. O programa é aplicado pela Psicopedagoga Claudia Cordeiro Tavares.



Local: Espaço Cultural (ao lado do vestiário feminino)

Manhã: 2ª e 4ª feiras, das 08h às 12h

Tarde: 2ª e 4ª feiras, das 13h às 18h

Para inscrições ou mais informações no Sociocultural 3779-2051 / 3779-2053

VENHA FAZER CURSO DE TEATRO NO PAINEIRAS

Muitos associados que conheceram o teatro através do Clube, seguiram a carreira artística. Outros, profissionais de diversas áreas procuram o curso de teatro como forma de melhorar o seu rendimento



Para mais informações sobre os cursos novos, inscrições e horários consulte a CAT.

Motor-Car Morumbi

Serviços Automotivo

- Mecânica Geral
- Auto Elétrico
- Alinhamento
- Martelo de Ouro
- Balancimento
- Suspensão
- Serviços de Injeção Eletrônica
- Manutenção de Ar Condicionado

PROMOÇÃO Recarga de Ar Condicionado - R\$ 100,00

Av. Morumbi, 6.945 (Próximo a ponte do Morumbi) Tel.: (11) 3758.1000 - 3758.0205

photovie

O fotolivro da sua vida

www.photovie.com.br

Informações: 3746-8296

Eles dirigem nosso Clube

Cada vez mais, o Paineiras vem se consolidando como um grande celeiro de atletas, um espaço agradável que oferece várias opções de lazer e um grande leque

de serviços para os seus associados. Para que o Clube tenha um bom andamento em suas diversas atividades, é necessário um trabalho que, mesmo passando por vezes desper-

cebido pela maioria, tem importância notável. Conheça a seguir os diretores que dirigem seu Clube e as atividades desenvolvidas por cada um deles em suas respectivas áreas.

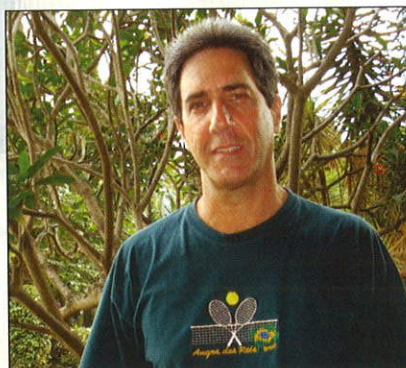
ROBERTO MANIN FRIAS
1º VICE-PRESIDENTE



Frias, que completa 51 anos em março, é engenheiro de produção mecânica e empresário, além de diretor superintendente da Associação Comercial de São Paulo (ACSP), Distrital Pinheiros. No Paineiras, Frias se dedica à supervisão das áreas de patrimônio e manutenção. Sua maior preocupação é manter o Clube totalmente regularizado. Por estatuto, sua função no Clube Paineiras é substituir a presidente em caso de ausência.

CARLOS ALBERTO PAPA
2º VICE-PRESIDENTE

Carlos Papa, 52, engenheiro agrônomo e empresário, está apto, em seu posto de 2º vice-presidente, a substituir o secretário e o tesoureiro em caso de ausência, conforme estatuto. Encontrado com frequência no Clube, Papa procura acompanhar o dia-a-dia do Paineiras, sempre ouvindo e encaminhando as



demandas dos associados. Grande incentivador da parte esportiva do Paineiras, há dois anos, passou a se concentrar, também, na criação de novos cursos como boxe, pilates, entre outros. Ele busca contribuir, ainda, para a facilitação do acesso dos associados a estas atividades, procurando evitar filas.

FERNANDO MILLIET ROQUE
SECRETÁRIO

Roque, 54, arquiteto, professor universitário e de ensino fundamental. No Paineiras, sua atividade como secretário compreende toda a parte



administrativa do Clube, passando pela área de Recursos Humanos, portarias do Clube, Central de Atendimento (CAT), ocorrências disciplinares, segurança e serviços gerais. À frente do cargo, Roque vem implantando transformações na gestão de qualidade do Paineiras. Atualmente, se concentra, principalmente, nos ajustes e aprimoramentos necessários nos serviços de manobristas, visando atender melhor os associados e visitantes.

CLÁUDIO LONGO
DIRETOR TESOUREIRO

Cláudio Longo, 60, economista e contador, atua como Auditor Independente desde 1971. Em Janeiro de 2009 foi agraciado com o Prêmio Profissional de Destaque



do Instituto dos Auditores Independentes do Brasil (IBRACON), pelos relevantes serviços prestados em prol da profissão no Brasil. Sócio

do Clube desde 1985, já participou de seu Conselho Deliberativo e do Conselho Fiscal. Em 2006, foi convidado pela atual Presidente do Clube a fazer parte da chapa que concorreu e venceu o pleito realizado de forma direta.

A motivação que o levou a aceitar o convite, além do fato de dispor de tempo em decorrência da diminuição da carga horária de atuação profissional, foi, sem dúvida alguma, os desafios da função e do próprio pleito em si, pois afinal de contas era algo inovador uma eleição direta em um clube de grande porte.

Os desafios da função, embora conhecidos pela própria atuação anterior no Conselho Fiscal e pela longa carreira como auditor independente, representavam uma nova experiência, atuando do "outro lado da mesa".

Embora ainda tenha quase um ano de mandato a cumprir, muitos frutos já foram colhidos. A situação financeira do Clube hoje é muito melhor do que a encontrada em 2006. Os pareceres dos Auditores Independentes foram sempre limpos, isto é, sem qualquer ressalva, ao contrário do que vinha ocorrendo. Os controles internos do Clube foram aprimorados e os relatórios apresentados aos Conselhos Fiscal e Deliberativo são muito mais abrangentes, propiciando informações de alta qualidade a eles e aos sócios de uma forma geral, o que lhe dá uma boa dose de satisfação.

CHARLES BOÉCHAT

SUPRIMENTOS

Engenheiro mecânico, Boéchat, 52, possui uma empresa que atua na área de suprimentos para a área industrial. No Paineiras, tem por meta a otimização dos procedimentos implantados. Boéchat, que joga tênis duas vezes por semana no Clube, vem contribuindo com sua experiência para manter todos



os processos e estrutura de suprimentos bem organizados. Segundo ele, nossa área de suprimentos conta com uma equipe muito bem azeitada e que possui conhecimento sobre o assunto. Boéchat procura estar sempre presente, seja fisicamente, por MSN, ou como deverá ser em breve com a ajuda da área de tecnologia, aprovando os pedidos pelo celular.

ARTHUR DIÉGUEZ

TECNOLOGIA

Diéguez, 49, engenheiro eletricitista, com mestrado em ciências da computação, trabalha na área de serviços da IBM. Na diretoria de tecnologia do Paineiras, comanda a equipe em todas as atividades de TI do Clube, que conta com 12 servidores, mais de 150 estações de trabalho, mais de 200 pessoas ligadas à rede corporativa e mil com acessos à rede wireless. A rede sem fio, que já atingia a Biblioteca, Café Paineiras, Quadra do Vale e Dire-



toria, foi expandida para o Saguão Social e Hall. Diéguez contribui na administração de 1700m de fibra ótica, bem como 40 aplicativos que suportam o ambiente corporativo do Clube. Mensalmente, a área computa mais de mil registros de suporte. Veja matéria completa sobre T.I. do Paineiras no Portal.

LUIZ ROBERTO ARAÚJO

ALIMENTOS E BEBIDAS

Administrador de Empresas e Empresário, Luiz Roberto, 56, atua no comércio há mais de 30 anos, sendo sócio de 23 estabelecimentos. No Clube Paineiras, à frente da área de alimentos e bebidas, promoveu várias mudanças como a implantação do almoço servido à Quilo; compra de todo enxoval do Restaurante (pratos, talheres, toalhas, etc.) até então alugados; reestruturação de toda parte administrativa, informatizando diversos setores e con-



tratação de novo Gestor. Entre os planos de Araújo está, em breve, a terceirização de parte do serviço.

JORGE BRÓLIO

MARKETING

Brólio, 55, Administrador, Pós-Graduação em Marketing na ESPM-SP, Diretor Executivo da Di Fonzo Pesquisas de Marketing. No Paineiras, suas principais atribuições tem sido a organização e reestruturação



da área e a comunicação externa e interna, através de pesquisas orientadas de satisfação, portal, Revista Paineiras e TV Paineiras, além da padronização da comunicação. A valorização do título do Clube e da marca Paineiras é outro desafio que está sendo superado em sua gestão. Com relação à captação de patrocínios/ações/anúncios houve aumento significativo de 45% em 2008, comparado a 2007, porém ainda não atingindo a meta estabelecida em orçamento devido às mudanças na economia mundial.

MARCO ANTONIO SEVILHANO CONTROLADORIA

Sevilhano, 64, técnico contábil, administrador de empresas, atua como consultor de empresas com ênfase em finanças, controladoria, custos, contabilidade e administrativo. No Paineiras, colabora como Diretor de Controladoria, envolvendo o departamento contábil e a controladoria,



destacando-se as atividades de elaboração e acompanhamento do orçamento do Clube, criação e revisão de controles financeiros e gerenciais, procedimentos contábeis, fiscais e tributários com a conseqüente edição dos balancetes periódicos e balanços anuais auditados.



SILVANI RODOVALHO EVENTOS E CERIMONIAL

41 anos, Bacharel de turismo e pós graduada em Comunicação Organizacional e R.P., coordenadora de eventos e Cerimonial da Fiesp, Ciesp, Sesi e Senai-SP.

No Paineiras, Silvani é responsável por Eventos e Cerimonial, tendo como destaque o sucesso da Feijoada da Folia, Festa Junina e Reveillon. Em 2008, o setor de eventos do Clube Paineiras apresentou mais de 300 eventos sociais e culturais que totalizaram mais de 65 mil participantes. A área tem assistido, também, o crescimento dos Cursos Culturais, sendo que 37% do total dos alunos inscritos em cursos para 2009 no Clube estão no Setor Cultural, atendendo mais de dois mil alunos.

DR. CARLOS GÓES HIGIENE E SAÚDE

Góes, 40 anos, médico, cirurgião plástico, titular da Sociedade Brasileira e da Federação Ibero Latino Americana de Cirurgia Plástica. Há um ano como diretor do departamento de Higiene e Saúde



do Paineiras, promoveu a reestruturação da área, a implantação de ficha de atendimento ambulatorial e protocolo medicamentoso, e a regularização da situação do Centro Médico junto aos Conselhos Regionais de Medicina e de Enfermagem, padronizando os equipamentos de emergência do Clube. Contribuiu para a climatização e preparo de área para receber nova equipe de Medicina Esportiva e avaliação física do Fitness. Em sua gestão, está sendo construído o novo Fraldário com adequação provisória no CM e antiga brinquedoteca. Nos Spa-Saunas, foram realizadas manutenção física e colocação de pias nas salas de massagem. Veja na agenda do dia 26 nota referente à palestra do médico.

CORINA BITTAR DASP

Corina, 63, é sócia do Clube há 32 anos. Pratica o voluntariado desde solteira e há 19 anos trabalha no "Grupo Socorrista Zaira Pitt"



atendendo e costurando para grávidas carentes que buscam apoio e enxoval para seu bebê. No Natal, são mais ou menos 400 assistidos com roupa completa, calçado e brinquedo. É voluntária também no "Grupo Voluntárias do Morumbi", que assiste as favelas no entorno. No Paineiras, é conhecida também como "tia Corina", por estar sempre procurando encontrar o caminho para socorrer esta ou aquela pessoa necessitada. À frente do DASP, trabalha para que a solidariedade dos associados encontre destino certo dentre tantas pessoas e instituições que nos procuram.

**CARLOS EDUARDO
PARAISO CAVALCANTI
OUVIDORIA**

Carlos Cavalcanti, 64 anos, engenheiro eletrônico, formado em 1967. Trabalhou na NEC do Brasil onde exerceu quase todas as funções - de engenheiro participante da implantação dos sistemas de comunicações no Brasil até Diretor Técnico e Comercial, passando por Superintendente Industrial. Posteriormente foi Diretor Econômico Financeiro e de Relações com o Mercado da Telesp quando foi preparada sua privatização. À frente da ouvidoria do Paineiras, tenta, dentro do possível, ouvir e repassar solicitações e sugestões dos sócios, de forma a manter a direção do clube



a par das justas reivindicações dos associados, explicando de forma clara por que determinadas demandas podem ou não ser atendidas.

**MARTIM DE ALMEIDA SAMPAIO
E HEIDI VON ATZINGEN**

JURÍDICO

Sampaio, 49, advogado, conselheiro da OAB - SP, autor de diversos livros jurídicos. Heidi, 48, advogada, com especialização na Sorbonne. Apesar de desenvol-



verem um trabalho imperceptível para a maioria dos associados, como diretores da área jurídica do Paineiras, ambos visam manter em dia todos os assuntos jurídicos da estrutura do Clube, que se assemelha a de uma grande empresa. Entre as atividades desenvolvidas está a análise de contratos, que demanda grande parte do trabalho devido ao seu volume. Também são realizados pareceres de natureza



preventiva, além do auxílio à diretoria e também aos associados nos assuntos referentes ao Clube. Sampaio e Heidi coordenam, ainda, os trabalhos desenvolvidos pelos escritórios de advocacia contratados para representar o Paineiras.



**FLÁVIO BEVILACQUA
MANUTENÇÃO**

Engenheiro Civil, 45, possui uma empresa de construção civil. No Paineiras, coordena desde manutenções corriqueiras até obras maiores. Entre as ações de destaque está a adequação da altura dos guarda-corpos e a implantação de isolamento acústico e ar condicionado nas salas de dança. Para 2009, está nos planos a troca do piso da piscina olímpica, restauração da Quadra do Vale e da quadra de basquete e verificação de todos os tirantes do Clube. Na parte de obras, está em curso a segunda fase da ampliação do fitness, que contará com novas salas, entre outras intervenções e também o novo fraldário. ✱

Georgea Vianna Fonteles

Psicopedagogia
Terapia Floral
Orientação Vocacional

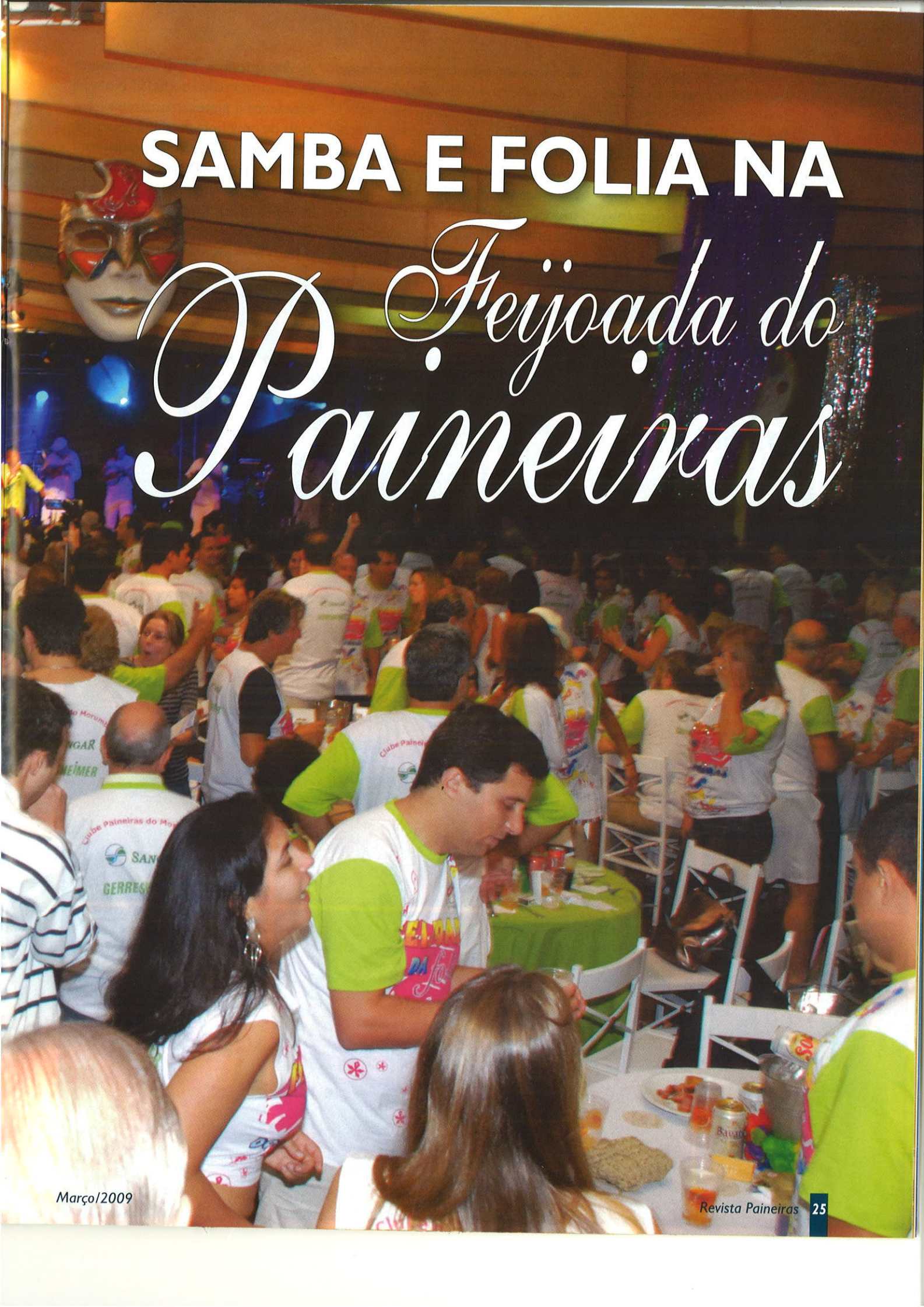
Rua: Dep. João Sussumu Hirata, 721 - sala 3 - Morumbi

Tel.: 4111-0731 / 9464-7735

georgea.fonteles@uol.com.br

CULTURAL





SAMBA E FOLIA NA

Feijoada do Paineiras

A tradicional Feijoada da Folia do Paineiras foi um sucesso neste ano de 2009 e fez jus a sua fama de ser o melhor grito de carnaval de São Paulo. A festa começou por volta das 13h00 com muita feijoada, cerveja, caipirinha e refrigerante. Logo no início, a banda de samba Brasil Corcovados fez a sua primei-

ra entrada tocando grandes clássicos do carnaval, levantando a animada platéia.

Às 14h30 foi a vez da banda Cordão do Bola Preta, que colocou a platéia para dançar ao som das marchinhas de carnaval, e deixou todo mundo preparado para uma das grandes atrações da tarde: Leci Brandão.

A cantora se emocionou muito ao entrar no palco do Salão Nobre e agradeceu à platéia paineirense. Foi mais de uma hora de show com músicas super animadas que junto com a voz e a personalidade da cantora, envolveu a todos.

As bandas Brasil Corcovados e Cordão do Bola Preta fizeram mais uma entrada cantando músicas di-



Sílvia e Francisco Monteiro



Valéria e Roberto Frias



Ana Flávia e Maurício Barbosa



Richard, Tatiana, Sonia Maria e Gustavo Treial



Alegria e descontração no show das mulatas



Helenir, Kleber e Renata Miranda



Matilde e Eduardo Maal



José Eduardo e Silvani Rodovalho com Dirce Porto



Beatriz, Maria Aparecida e João Novaes



Maria de Lourdes e Hayner Ferreira



Kristine e Márcio Maita



Dirce de Fátima e Marco Forcin

ferentes e sempre muito originais. Já eram 18h00, mas o público ainda estava cheio de energia para receber a grande musa, Paula Lima.

Com muita simpatia e originalidade, a cantora conquistou o público presente que acompanhou os grandes sucessos como "País Tropical" e "É isso aí". Além da beleza estonteante de Paula e seu estilo único, a sua voz

encantou a todos e fez todo mundo sambar durante o show.

O grand finale da festa ficou com a atração mais esperada: a escola de Samba Estação Primeira de Mangueira, que trouxe do Rio de Janeiro sua bateria, passistas, porta-bandeira e mestre sala. A bateria ficou na plateia, bem junto do público, para que todo mundo pudesse curtir de perto o

som dessa maravilhosa escola de samba, enquanto suas passistas davam um show no palco, acompanhadas do mestre-sala e porta-bandeira.

Foram mais de 7 horas de show que pareceu pouco quando tudo acabou. Energia, animação e muito samba pareciam inesgotáveis para o público que fez da XV Feijoada da Folia mais um grande sucesso do Paineiras. ✨



Stephano, Lillan e Fausto Zucchelli



Alexandra Sacca, Ana Paula e Mauro Garofalo



Valéria e Gabriela Toledo



Saulo Santos, Ari Cesar, William Duarte, Douglas Tessitore, Marcelo Dib e "Jacaré"



Julian, Jane e Juliano Isidoro



Felipe Guntovitch, Sonia e Romeu Demtschuk, e Fernanda Guntovitch



Maria Clara e Júlia Abdu



Beatriz Pagnanelli e Yuri Vital



Nívea e Alex Lorenzetti



Iara e Andrea Zambrana



Eliane Russo e Oswaldo Spiritus



Passistas da Mangueira deram verdadeiro show de dança e beleza no palco



Plumas e criatividade na chegada à folia



Ana Lucia Nicastri, Carlos, Cida e José Marites, Tajana Varandas e Luiz Fernando



Sérgio e Adriene, Ignarra, Elsie Baronele e Ericles Toledo Piza



Leci Brandão encantando a multidão



Um bom lugar para um bom papo entre amigos



O grupo de samba Brasil Corcovados deu um show no palco



Christiane Bianchi, Ana Paula Ramalho, Magda Caruso e Verônica Fontoura



Marcos de Almeida, Patrícia Curi, Carla de Almeida, Rogério Augusto e Heloisa da Silva, Marcelo e Rosana Oricchio



Paula Lima mostrando talento e soltando a voz



A Presidente Silêni Rolla com a cantora Leci Brandão



Seja um anunciante da mídia Paineiras



REVISTA

3779-2098



PORTAL

3779-2099



TELEVISÃO

3771-3558

marketing@clubepaineiras.com.br



A

G

E

N

D

A

MAR/
2009

2 – SEGUNDA

SócioCultural

Inscrições para palestra e curso de "Decoração e Arte de Receber"

SEART

Trabalhos com rolha

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

3 – TERÇA

SócioCultural

Inscrições para palestra e curso de "Decoração e Arte de Receber"

SEART

Trabalhos com rolha

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

4 – QUARTA

SócioCultural

Inscrições para palestra e curso de "Decoração e Arte de Receber"

SEART

Trabalhos com copos descartáveis

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

Gastronomia

Curso de culinária – "Ideias simples que se tornam pratos de efeito" - 14h30

5 – QUINTA

SócioCultural

Videokê. Piano bar – 20h à 01h
Inscrições para palestra e curso de "Decoração e Arte de Receber"

SEART

Trabalhos com copos descartáveis

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

6 – SEXTA

SócioCultural

Sexta dançante - Banda Feeling's e DJ.
Restaurante Social – 21h

Inscrições para palestra e curso de "Decoração e Arte de Receber"

SEART

Trabalhos de alinhavo

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

7 – SÁBADO

SócioCultural

Curso – Decoração de mesas – 10h

Curso – Receber - Uma arte em detalhes – 14h

Teatro infantil – Circo de bonecos. Cine teatro – 11h

Show das dez - Sueli Moraes Trio (Tributo a Elis Regina e o melhor da MPB). Piano bar – 20h

Inscrições para palestra

SEART

Trabalhos com alinhavo

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

8 – DOMINGO

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

9 – SEGUNDA

SócioCultural

Inscrições para palestra

SEART

Confecção de jogos de Dominó

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

10 – TERÇA

SócioCultural

Palestra – Introdução ao Mercado de Ações

Carteado – 20h30

Inscrições para palestra

SEART

Confecção de jogos de Dominó

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

11 – QUARTA

SócioCultural

Inscrições para palestra

SEART

Confecção de boneco Maluco

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

12 – QUINTA

SócioCultural

Videokê

Piano bar – 20h à 01h

Inscrições para palestra

SEART

Confecção de boneco Maluco

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

28 – SÁBADO

Sócio Cultural

Show das dez – Jane Moraes (Jazz, MPB e Bossa – Homenagem a Grandes Cantoras). Piano bar – 20h
Balada Paineiras. Salão Nobre – 18h

Inscrições para palestra e bazar das mães

SEART

Confecção de cetro

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h
Torneio de Páscoa do Squash.
Quadras de Squash – 18h às 22h

30 – SEGUNDA

SEART

Confecção de imã de geladeira

Confecção de avião

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h
Torneio de Páscoa do Squash.
Quadras de Squash – 18h às 22h

30 – TERÇA

SEART

Confecção de avião

Esportes

Campeonato Interno de Snooker – Regra Brasileira. Sala de Snooker – 20h às 23h
Torneio de Páscoa do Squash.
Quadra Squash – 18h às 22h
Espaço Jovem – 09h às 17h

**Programação sujeita a alterações sem aviso prévio.
Consulte a Central de Atendimento**

AGENDA

DE 1 A 10 DE ABR/2009

1 – QUARTA

Esportes

Campeonato Interno de Snooker – Regra Inglesa. Sala de Snooker – 20h às 23h
Torneio de Páscoa do Squash.
Quadra Squash – 18h às 22h
Espaço Jovem – 09h às 17h

5 – DOMINGO

Esportes

Torneio de Páscoa do Squash.
Quadra Squash – 18h às 22h
Espaço Jovem – 09h às 17h

8 – QUARTA

Esportes

Campeonato Interno de Snooker – Regra Inglesa. Sala de Snooker – 20h às 23h
Espaço Jovem – 09h às 17h

2 – QUINTA

SocioCultural

Videokê. Piano bar – 20h à 01h

Esportes

Torneio de Páscoa do Squash.
Quadra Squash – 18h às 22h
Espaço Jovem – 09h às 17h

7 – TERÇA

SócioCultural

Palestra – Aluguel, Termo e Opção e conheça as vantagens de ampliar suas oportunidades de investimentos. Carteadado – 20h30

Esportes

Campeonato Interno de Snooker – Regra brasileira. Sala de Snooker – 20h às 23h
Espaço Jovem – 09h às 17h

3 – SEXTA

Sociocultural

Sexta dançante – Feeling's e DJ. Restaurante Social – 21h

Esportes

Torneio de Páscoa do Squash.
Quadra Squash – 18h às 22h
Espaço Jovem – 09h às 17h

4 – SÁBADO

SócioCultural

Show Titãs. Salão Nobre – 21h

Esportes

Torneio de Páscoa do Squash.
Quadra Squash – 18h às 22h
Espaço Jovem – 09h às 17h



9 – QUINTA

SocioCultural

Videokê. Piano bar – 20h às 01h

10 – SEXTA

Esportes

Espaço Jovem – 09h às 17h

VAMOS NOS CONSCIENTIZAR



Cuide de seus pertences

Solicitamos aos associados que não deixem bolsas, mochilas, roupas e outros objetos em locais inapropriados.

Utilize os armários dos vestiários e do Snooker.

Os pertences encontrados nas dependências do Clube serão encaminhados ao setor de achados e perdidos.

Os objetos não procurados no achados e perdidos, após 3 meses, serão encaminhados ao DASP – Departamento de Assistência Social do Paineiras, que doará as instituições assistidas pelo Clube.

Se encontrar algo que não pertença a você, entregue na Central de Atendimento ou para os seguranças.



Fitness

A prática de exercícios físicos traz muitos benefícios a quem pratica, mas não podemos deixar

de cuidar da higiene pessoal. A transpiração favorece a fixação de inúmeras bactérias em nossa pele. Para se exercitar é preciso estar com roupas adequadas, tênis, meias e sempre usar uma toalha própria. E para completar é preciso

fazer a higienização completa dos aparelhos, colchonetes e acessórios após o uso.

Ao utilizar os pesos, colchonetes e acessórios, guardar nos devidos lugares.

Não vamos esquecer que a Musculação é um ambiente de todos e que depois de você outros vão usar.

Funcionários de sócios

Babás, motoristas ou enfermeiros só poderão ingressar nas dependências do Clube, se estiverem cadastrados

na Central de Atendimento e uniformizados corretamente. No caso de dispensa do funcionário é necessário comunicar imediatamente ao Clube. O USO DE CRACHÁ É OBRIGATÓRIO NAS DEPENDÊNCIAS DO CLUBE.



Recadastramento

É muito importante que todos os associados (titulares ou dependentes) façam o recadastramento na Central de Atendimento e atualizem seus dados para que todos os eventos e comunicados sejam informados com mais rapidez e agilidade.



Sorria e venha tirar uma nova foto

Muitos associados não tem suas fotos no Sistema da Central de Atendimento, outros possuem a foto desatualizada dificultando a identificação.

Para que esses associados sejam identificados e autorizados a passar pelas catracas de acesso ao Clube, as piscinas e ao exame médico mais facilmente, solicitamos que dirijam-se a CAT e tirem suas fotos.



Emergência

Todo associado em caso de emergência pode ligar diretamente para nosso Centro Médico e pedir auxílio pelo número 123 (numero restrito para emergência). Outro numero é o 456, para chamar a segurança do Clube. Esses ramais são internos e podem ser acessados através de qualquer aparelho telefônico do Clube.

O DASP continuará recebendo doações de materiais escolares até março

O HORÁRIO DE FUNCIONAMENTO DA CENTRAL DE ATENDIMENTO É DE TERÇA À SEXTA FEIRA, DAS 8H15 ÀS 20H; SÁBADO 8H15 ÀS 17H E DOMINGOS E FERIADO DAS 8H15 ÀS 13H.

Porquê sua mensalidade ainda não aumentou

Estamos no início do mês de março e você Associado deve estar se perguntado porquê sua mensalidade associativa do Clube Paineiras do Morumby ainda não foi alterada. O porquê, mais ou menos, você sabe. Entretanto, para ficar claro, vamos explicar.

O Brasil passou por vários ciclos de recessão. Um dos maiores e mais longos períodos aconteceu nos anos 80 em plena transição democrática, quando o País saía de uma ditadura de 20 anos. Nesse período, o Brasil teve três moedas diferentes: cruzeiro, cruzado e cruzado novo. A cada nova denominação que surgia, três zeros eram cortados. Assim, Cz\$ 1.000,00 virava NCz\$ 1,00. Essas novas moedas foram frutos de quatro planos econômicos que tentavam frear a recessão: Cruzado, Cruzado II, Bresser e Verão. Em todos eles, o principal objetivo era diminuir a inflação e valorizar a moeda nacional. Em algumas ocasiões, houve congelamento de preços que quando acabava, impulsionava um novo aumento de inflação. Mais tarde, veio mais um plano, houve o confisco da poupança dos cidadãos para que fosse possível diminuir a quantidade de dinheiro em circulação. A medida acabou agravando a recessão com empresas sem poder cumprir, por exemplo, a folha de pagamento dos funcionários. O cenário só foi melhorar cerca de dois anos depois, com o início do Plano Real. Inúmeros economistas em Congressos e palestras já advertiram que não se deve ter ilusão sobre os efeitos da turbulência na economia real. Numa avaliação quase que unânime, haverá uma desaceleração da atividade econômica mundial. A dúvida é apenas sobre o grau do desaquecimento que atingirá a todos, incluindo o Brasil.

O Estatuto Social define que cabe à Diretoria Executiva elaborar a Proposta Orçamentária e o Plano de Obras para o exercício, por exemplo, de 2009 e ao Conselho Deliberativo examiná-los e sobre

eles deliberar, bem como fixar anualmente as Taxas de Manutenção e Patrimonial e, por proposta da Diretoria Executiva, instituir novas taxas. O processo de elaboração da Proposta Orçamentária é levado a efeito pela Diretoria Executiva a partir dos dados que dispõem sobre a vida e saúde financeira de nosso Clube, ao ambiente econômico considerado para execução do plano de ação e frente ao resultado econômico financeiro esperado. As avaliações e visões de metas a serem atingidas, de obras a serem implementadas, de trabalhos de recuperação e manutenção, de desenvolvimento de esportes, competitivos e recreativos, de serviços como o restaurante social, de eventos sociais, dentre outros mais, são determinados pelo entendimento e vontade da Diretoria Executiva. Isto não acontece só hoje, sempre foi assim. Na reunião do Conselho Deliberativo de 15.12.08, a Diretoria Executiva apresentou sua Proposta para o exercício de 2.009, considerando suas premissas e solicitando um aumento na mensalidade de 9,6% (nove vírgula seis por cento), com a criação de uma "contribuição adicional" (taxa) de R\$ 5,90 para Seguro de Vida em Grupo - Prestamista com Proteção Financeira.

O Conselho Deliberativo por considerar que estamos em um momento econômico de incertezas e que é necessário compreender o impacto da crise financeira que verificamos no mundo e principalmente no Brasil, concluiu que será necessário rever planos e metas e reestruturar os objetivos de acordo com a nova realidade. Por este motivo o Conselho Deliberativo aprovou, por manifesta evidência, emenda substitutiva, à proposta da Diretoria Executiva, subscrita por 65 conselheiros, que manteve as cobranças, nos valores atuais das taxas de manutenção e patrimônio, até março de 2009 (inclusive). Ficou também estabelecido que o Conselho Deliberativo, no transcorrer do mês de



março de 2009, deverá deliberar sobre as taxas propostas, considerando que ao final do primeiro trimestre, provavelmente teremos uma visão mais clara dos fatores e índices que diretamente influirão nas variações desta taxas. Prezados associados, este comportamento democrático que verificamos na reunião do Conselho Deliberativo com a participação de quase todos os Conselheiros, independente de posicionamento político de cada um, define claramente que estamos vivenciando um momento importante de união e busca do que for melhor para você associado e clube. Na próxima reunião o Conselho Deliberativo vai deliberar sobre a proposta da Diretoria Executiva.

Julgo importante lembrar que inúmeros Economistas em congressos e palestras advertem que não se deve ter ilusão sobre os efeitos da turbulência na economia real. Numa avaliação quase que unânime, haverá uma desaceleração da atividade econômica mundial. A dúvida é apenas sobre o grau do desaquecimento que atingirá a todos, incluindo o Brasil. Portanto, vamos pensar muito sobre o impacto em nosso Clube.

Como Presidente do Conselho Deliberativo enfatizo que é muito importante a participação de todos para buscarmos o que for melhor para o nosso Paineiras. ASSOCIADO, FALE COM SEU CONSELHEIRO. *

Flávio Bulcão Carvalho

Presidente do Conselho Deliberativo

ONDE GRANDES FILMES GANHAM VIDA



Com dois incríveis parques temáticos, vida noturna non-stop, e entretenimento espetacular para todos os membros da família, Universal Orlando é onde o espetacular acontece todo dia.

**PACOTES A PARTIR DE APENAS
US\$ 1.736 POR PESSOA EM APTO DUPLO***

Não enfrente as filas normais dos parques com o exclusivo Universal Express.
Para mais detalhes, ligue agora na Agaxtur Turismo ou consulte seu agente de viagens.



TEL: 55 11 3067-0900

**Para maiores informações, visite
www.universalorlando.com.br**

Passagem aérea São Paulo ou Rio de Janeiro / Orlando / São Paulo ou Rio de Janeiro em vôos regulares, classe econômica; 07 noites de hospedagem no hotel UNIVERSAL'S ROYAL PACIFIC RESORT; 2 Park Bonus ticket; Cupons de desconto no valor de USD150,00 por apartamento em restaurantes e lojas dentro do complexo Universal, para viagens até 31 Março 2009; Seguro viagem Assist Card Junior. Preços estabelecidos voando American Airlines na classe O; DESCONTO PARTE AÉREA ALTA TEMPORADA: US\$ 1.095,00; DESCONTO PARTE AÉREA BAIXA TEMPORADA: US\$ 878,00; Check in a partir das 15:00h e Check out as 11:00h; Tarifas não válidas para feiras, eventos e feriados (nos Estados Unidos e no Brasil); É necessário visto americano. Viagens de 02 de Março a 02 de Abril. Preços por pessoa em apartamento duplo em dólares sujeitos a alteração sem prévio aviso. Universal element and all related indicia TM & © 2009 Universal Studios. All rights reserved. 242473/0209/AW

2000inove

2000inove

INOVAR É
LANÇAR
**LEITURA
BIOMÉTRICA**
DA PALMA
DA MÃO
PARA MAIOR
SEGURANÇA
NA SUA
CONTA

O BANCO QUE MAIS INOVA, INOVA MAIS UMA VEZ. COM A TECNOLOGIA DE LEITURA BIOMÉTRICA DAS VEIAS DA PALMA DA MÃO, CLIENTE BRADESCO AGORA TEM MAIS UM RECURSO DE SEGURANÇA NAS MÁQUINAS DE AUTOATENDIMENTO JÁ EQUIPADAS COM ESSE SISTEMA, SEM NECESSITAR DAS LETRAS DE ACESSO OU DA CHAVE DE SEGURANÇA BRADESCO. BASTA POSICIONAR A MÃO SOBRE O SENSOR DOS EQUIPAMENTOS E É COMPROVADA A IDENTIDADE DO TITULAR DA CONTA. TECNOLOGIA: UMA DAS MUITAS MANEIRAS DO BRADESCO INOVAR PARA SUA VIDA SER MAIS COMPLETA.

www.bradesco.com.br



Bradescompleto



Bradesco