

REVISTA DO



# pic

# ARRAIÁ DO PIC 2019

**ARRAIÁ DO PIC**

Páginas 6 a 16

**ENTREVISTA: HUGO DAIBERT**

Páginas 48 a 51

# Venha conhecer o HR-V Touring na Banzai.



No trânsito, dê sentido à vida.



Associados  
PIC têm  
condições  
especiais  
na Banzai!

Agende um test drive  
e surpreenda-se.



Motor 1.5L Turbo  
com 173cv

Amplio espaço  
interno:  
versátil e sofisticado

Honda LaneWatch™,  
assistente de pontos  
cegos

Botão de partida  
Start-Stop

Teto solar  
panorâmico

Faróis Full LED

Av. Antônio Carlos, 7.635 | (31) 3401.4100  
Av. do Contorno, 10.331 | (31) 3878.8888  
banzaihonda.com.br



**Banzai**

# PALAVRA DO PRESIDENTE

WILSON ALVARENGA DE OLIVEIRA FILHO COMPLETA UM ANO À FRENTE DA PRESIDÊNCIA DO PIC, FALA DOS DESAFIOS ENFRENTADOS E DA MARCA DA SUA GESTÃO



O presidente do PIC para o biênio 2018/2020, Wilson Alvarenga de Oliveira Filho (foto), acaba de completar seu primeiro ano de mandato. Nesses mais de 365 dias comandando um dos principais clubes de lazer do país, Wilson já imprimiu a marca da sua gestão, cujo reflexo pode ser claramente visto no relatório de frequência de associados, que registrou um aumento significativo de cerca de 30%. Ele atribui todo este sucesso a um conjunto de ações implantadas no Clube, a partir do Planejamento Estratégico elaborado juntamente com a sua Diretoria, tão logo tomaram posse em 2018.

## O senhor pode nos falar sobre este Planejamento Estratégico?

O Planejamento Estratégico é muito amplo e foi elaborado com cuidado, pois prevê inovações e intervenções em várias áreas do Clube, de forma gradativa. Estamos muito satisfeitos com a equipe de Gestores do PIC. Todos muitos empenhados e comprometidos com os resultados. Graças a isso, estamos conseguindo manter em dia o cronograma definido pela Diretoria.

As metas estabelecidas neste Plano Estratégico foram distribuídas em três categorias: curto, médio e longo prazos. As de curto prazo já foram executadas neste primeiro ano de gestão. São de ordem administrativa e operacional, como a readequação do quadro de funcionários e a contenção de despesas em

todos os âmbitos. Paralelamente criamos também a Vice-Presidência Comercial, cujo objetivo é captar recursos e parceiros para o Clube.

## O calendário de eventos faz parte do Plano de Ação?

Outra importante meta também já executada é a implantação de um calendário anual de eventos sociais, esportivos e recreativos, que atende a todos os perfis e idades. Investimos pesado nesta área, criamos uma programação moderna e abrangente, contratamos gente nova para a equipe e o resultado tem sido extraordinário. Com isso, a frequência de sócios aumentou consideravelmente, mesmo nos dias mais frios.

## Mais alguma novidade para os sócios?

Em breve, serão lançadas as novas Normas de Convites. Paralelamente a isso estão em estudo pelo PIC algumas das principais novidades tecnológicas do mercado no que diz respeito a acesso e ferramentas administrativas. O objetivo é otimizar as rotinas internas, ampliar o leque de serviços e oferecer ainda mais conforto e segurança aos sócios e colaboradores.

## O que significa o termo “PIC em Movimento”?

Em fevereiro lançamos a campanha “PIC em Movimento”, cujo símbolo é um cata-vento. O objetivo é mostrar que o Clube está em constante movimento para se aprimorar e se tornar ainda melhor. É também para que cada um de nós, associados e colaboradores, sinta orgulho de fazer parte da Família PIC e que tenha novas e agradáveis experiências no Clube.

Queremos mostrar que este movimento começou com uma programação intensa e variada, que vai se estender ao longo do ano e

passando por cada uma das estações – Verão, Outono, Inverno, Primavera, sempre visando atender ao nosso público com muita criatividade e diversidade.

Vale destacar que este movimento não se restringe ao calendário social, esportivo e recreativo do PIC. Ele vai muito além, através de pequenas ações de gentileza no dia a dia do Clube, dos nossos serviços e da forma como tratamos a todos. Queremos que a experiência no Clube seja algo surpreendente. Que, a partir do momento em que os sócios cruzarem os portões de entrada das sedes, eles se sintam especiais. Que o momento de descanso no PIC seja sempre agradável e prazeroso.

## Qual o papel dos funcionários nesta campanha?

Para que esta campanha “PIC em Movimento” seja bem sucedida, a participação dos nossos funcionários tem sido fundamental. Por isso, temos incentivado nossos colaboradores a também se colocarem em movimento, para que se sintam parte integrante deste processo de renovação. Que saiam da sua zona de conforto para interagir, sugerir, dar novas ideias e sugestões tanto para o seu setor como para o do colega. Queremos que cada função dentro da empresa - da limpeza à administração - seja executada com zelo e primor. Afinal de contas, os funcionários são as engrenagens que fazem o cata-vento girar.

## Deixe uma mensagem final

Um ano depois de assumir a presidência posso assegurar que estamos indo muito bem e contando com trabalho incansável de toda a Diretoria, com o apoio dos ex-presidentes, dos conselheiros e dos funcionários e, claro, com a participação dos associados, que respondem positivamente aos nossos convites a cada evento que criamos. Estamos todos em movimento.

**EXPEDIENTE:**

**Fundadores:**

Gilberto de Andrade Faria  
 Mucio Athayde  
 José Olympio de Castro Filho  
 Mário Werneck de Alencar Lima  
 Darcy Bessone de Oliveira Andrade  
 Carlos Vaz de Melo Megale  
 Aloysio de Andrade Faria  
 Walter Monteiro Boechat  
 Frederico Chateaubriand  
 Murilo Giannetti

**Beneméritos:**

José Cabral  
 Oswaldo Pierucetti  
 Sandoval Soares de Azevedo Filho  
 Paulo Mafra

**Presidente:**

Wilson Alvarenga de Oliveira Filho

**Vice-presidentes:**

Afonso Otávio Cozzi  
 Arnaud Gazzi e Veiga  
 Carlos Alberto Rangel Proença  
 Helvécio Antônio da Trindade  
 Hudson Venâncio da Silva  
 Jamil Nahass  
 João Henrique Franco Garcia  
 Rômulo Correa Moreira

**Diretores Adjuntos:**

Andréa Drummond Andreazzi Fonseca  
 Antônio Carlos Eustáquio Macedo

**Redação e edição:**

Cida Martins

**Projeto Gráfico e Diagramação:**

Fernando Campos Figueiredo

**Comercial:**

(31) 99481-3906 - (31) 3516-8251

**Impressão:**

Rona Editora

**Fotos:**

Richard Vídeo Produções  
 Túlio Barros  
 Felipe Matoso

**Público leitor:**

35.000 pessoas

**PIC Cidade:**

Rua Cláudio Manoel, 1185  
 Cep: 30140-100  
 Telefone: (31) 3516-8200

**PIC Pampulha:**

Rua Ilha Grande, 555  
 Cep: 31555-030  
 Telefone: (31) 3516-8300

**Disque PIC:**

(31) 3516-8282

**Site:**

www.pic-clube.com.br

**E-mail:**

pic@pic-clube.com.br

**PIC - Pampulha Iate Clube**

Fundado em 26 de janeiro de 1961

|    |                                |
|----|--------------------------------|
| 06 | ARRAIÁ DO PIC                  |
| 18 | PARCERIA PIC E PUC             |
| 20 | NA VARANDA                     |
| 24 | CONGRESSO BRASILEIRO DE CLUBES |
| 32 | POOL PARTY                     |
| 34 | ALMOÇOS TEMÁTICOS              |
| 36 | CARNAPIC                       |
| 40 | LUAU NO PIC                    |
| 42 | STAND-UP COMEDY BAR            |
| 48 | ENTREVISTA COM HUGO DAIBERT    |
| 52 | ESPORTES                       |
| 62 | DICAS DE SAÚDE                 |



@pampulhaiateclube



@pic\_bh



Pampulha Iate Clube



@pampulhaiateclube



@pic\_clube



(31) 99767-9970



NESTE

# Inverno



**PREPARAMOS UMA  
SUPER PROGRAMAÇÃO  
PARA AQUECER  
OS SEUS DIAS**

**INFORMAÇÕES:**

☎ 3516-8282

📞 99767-9970

🌐 [PIC-CLUBE.COM.BR](http://PIC-CLUBE.COM.BR)

# EITA FESTANÇA BOA!

MAIS UMA VEZ O PIC SE SUPERA E PROMOVE UMA DAS MELHORES FESTAS JUNINAS DE TODOS OS TEMPOS



Considerado um dos eventos mais esperados do ano, o Arraiá do PIC se supera a cada edição pela organização impecável, pela variedade da gastronomia, pela decoração que se renova e pela beleza ímpar do ambiente. Realizado no dia 8 de junho, o evento abriu em grande estilo a temporada de festas juninas da Cidade. Os números da festa surpreendem. São três meses de montagem da estrutura; mais de 500 profissionais internos e terceirizados envolvidos na organização da festa; 110 seguranças, além dos policiais da PMMG; 400 litros de canjica; 1.000 litros de caldos; 200 litros de quentão; 10 mil litros de cerveja; 200 quilos de feijão para o tropeiro; 800 quilos de torresmo; 10 km de fios para luzinhas coloridas;

14 km de bandeirinhas.

Embalados pelo som do DJ Eduardo AUM e da dupla Talles e Rangel, que esbanjou carisma e conquistou o público cantando o clássico do sertanejo, os convidados circulavam entre os ambientes da festa, desfrutando das delícias oferecidas nas barracas, enquanto aguardavam a chegada da grande atração da noite. No parquinho a garotada se divertia com os jogos e brincadeiras típicas da estação.

À meia noite e meia a dupla Matheus e Kauan subiu no palco e arrancou aplausos do público que lotava a pista. As estrelas da festa mostraram porque estão entre os mais tops e disputados da música sertaneja do momento. Cantaram seus sucessos, sempre acompanha-

dos por um imenso coral de jovens fãs que assistiam a tudo encantados.



**Veja todas as fotos do evento:**

Abra o aplicativo de **QR Code** do seu Smartphone e posicione para leitura do código abaixo.









A campanha “É Chic Ter Chauffeur”, de incentivo ao uso de taxis, funcionou com perfeição. A partir da meia noite e meia os taxistas já estavam a postos para entrar no Clube e levar os convidados de volta para casa com segurança. Foram registradas cerca de 700 corridas, graças ao apoio imprescindível do Sindicato dos Taxistas – Sincavir.





O PIC agradece aos seus parceiros: Heineken, Amstel, Sol, Coca-Cola e Honda Banzai.





Seu filho tem potencial para um

# futuro brilhante!



Formamos cidadãos que mudam o mundo.

Resultado do apoio dado pelo Olimpo: desempenhos excelentes, quebra de recordes.

Turmas reduzidas = aprendizado com maior interação professor/aluno.

O Olimpo pensa cada etapa letiva visando ao rendimento máximo.



## Matrículas abertas para 2020!

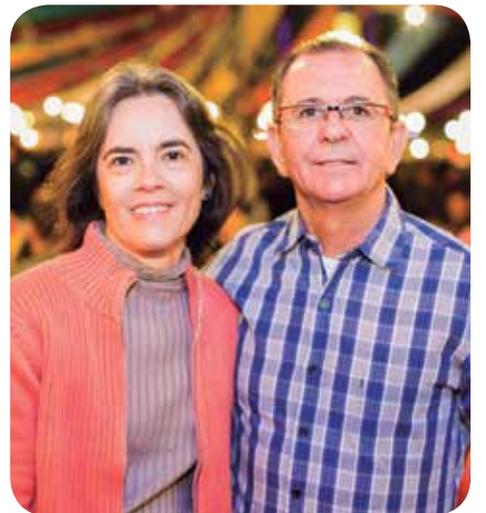
Ens. Fundamental II,  
Ens. Médio e  
Pré-Vestibular.

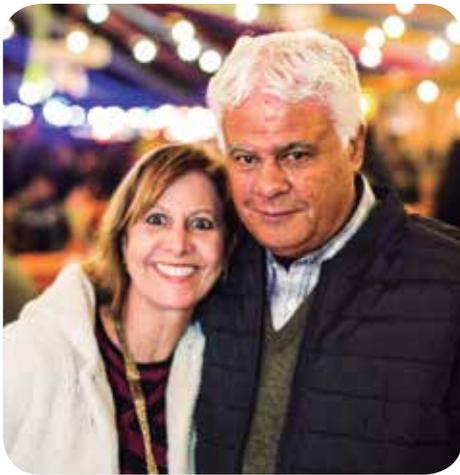
(31) 3245-3537 | (31) 98114-5252

  OlimpoBH  [www.olimpobh.com.br](http://www.olimpobh.com.br)  
Av. dos Bandeirantes, nº 2222 - Mangabeiras



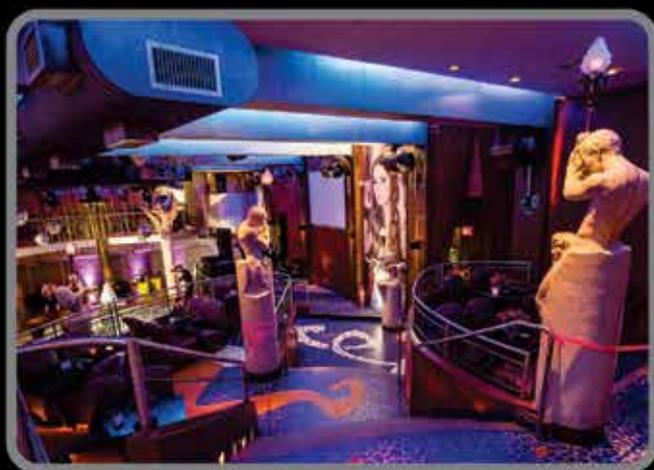
**olimpo**  
Colégio







# FAÇA SUA FESTA NA **BOATE DO PIC**



**\*15% DE DESCONTO NOS MESES**

● JANEIRO ● FEVEREIRO ● JUNHO ● JULHO ● AGOSTO

\* PROMOÇÃO POR  
TEMPO LIMITADO

CONSULTE NORMAS  
DE LOCAÇÃO

📷 ACESSE **@BOATEDOPIC**  
NO INSTAGRAM

# PIC E PUC MINAS SÃO PARCEIROS NA EDUCAÇÃO

ASSOCIADOS DO PIC TÊM DESCONTOS DE ATÉ 20% EM CURSOS DA PUC MINAS



O PIC fechou uma parceria com a PUC Minas no Programa Parceiros na Educação. O objetivo é oferecer aos associados e seus dependentes (filhos e cônjuges) a oportunidade de ingressarem em cursos de pós-graduação presencial e à distância com bolsas de 15%. Oferece ainda bolsas de 20% em alguns cursos de graduação presencial e à distância.

Para a concessão do desconto o interessado deverá solicitar à Secretaria do PIC uma declaração do vínculo (como associado), que será apresentada no processo de solicitação de bolsa. Deverá ainda estar em dia com as obrigações estatutárias.

Vale lembrar que o desconto é válido para as matrículas feitas a partir de 1º março de

2019, data do fechamento da parceria. Informações completas no site [www.pic-clube.com.br](http://www.pic-clube.com.br).

# Colégio Batista



- Nota 1000 na redação do Enem
- Bicampeão brasileiro de robótica
- Referência no esporte estudantil



colegio.redebatista



colegio.redebatista



Colégio Batista Mineiro

Matrículas Abertas

[colegio.redebatista.edu.br](http://colegio.redebatista.edu.br)

BH Floresta, BH Buritis, BH Castelo,  
Betim, Ouro Branco e Uberlândia



Colégio  
**Batista**  
Mineiro

Desde 1918 educando com virtudes

# NA VARANDA

EVENTO INÉDITO NO PIC REÚNE FAMÍLIAS E AMIGOS AO SOM DO ROCK IN ROLL



Food truck, cerveja e rock in roll. Esta combinação mais que perfeita foi o grande diferencial do evento Na Varanda, realizado pela primeira vez no PIC com muito sucesso. O local escolhido não poderia ser melhor: o Espaço Tulipas tendo a Lagoa como pano de fundo. Os ingressos se esgotaram rapidamente.

A Banda Rockfield embalou os participantes que dançaram e cantaram sucessos nacionais e internacionais que marcaram época. No local reservado aos trucks, pizzas, crepes, sanduíches, sorvetes, churros e outras delícias mais, harmonizadas com o chopp da Krug Bier.

Na segunda edição do evento foi a vez de Daniel Lima – Trio com o melhor do rock internacional. Outro grande sucesso.

Em meio ao ambiente alegre, familiar e descontraído, as crianças também tiveram vez. Ganharam um espaço exclusivo com brinquedos infláveis, jogos e monitores. Divertiram-se enquanto os pais curtiam a noite.

O Na Varanda agadou em cheio os associados e entrou para o calendário oficial do Clube.





# BAILE DA SERENIDADE

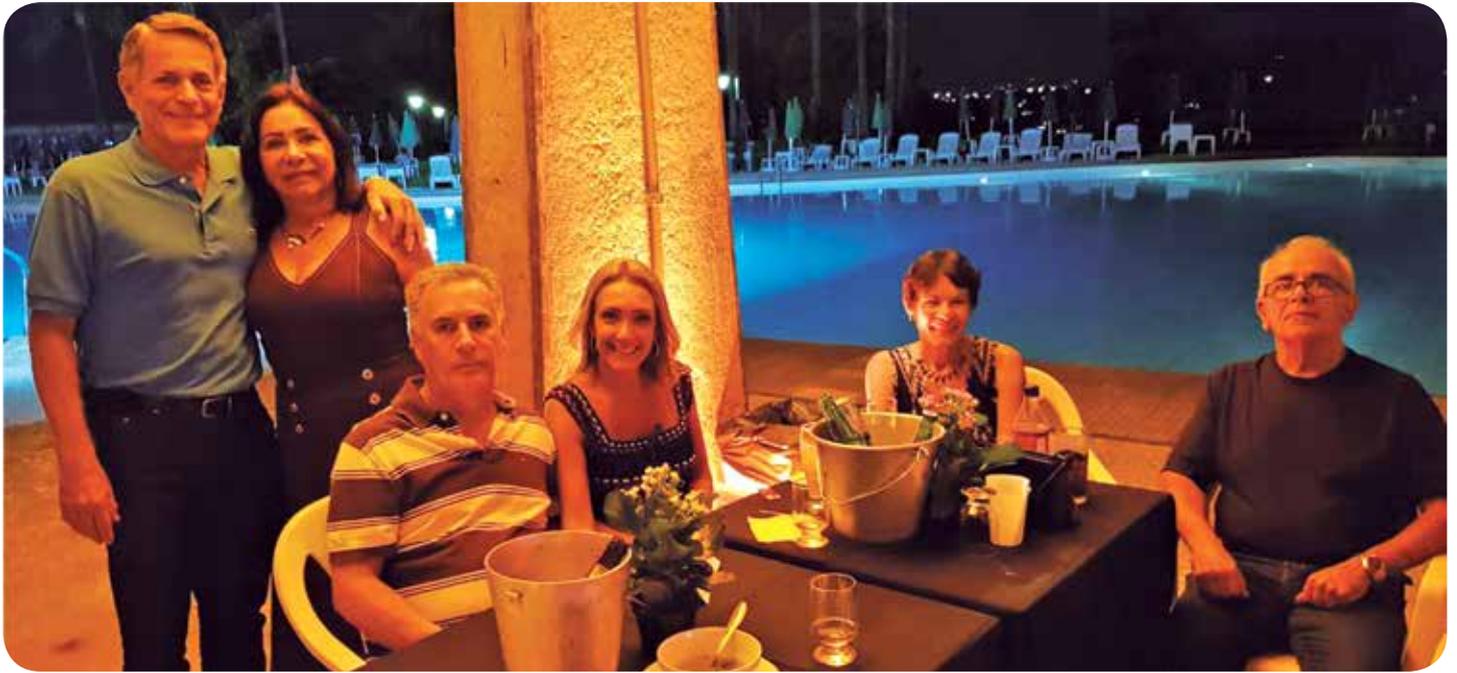
EVENTO CAIU NO GOSTO DOS ASSOCIADOS, PORQUE TERÇA-FEIRA TAMBÉM É DIA DE DANÇAR!



Para quem gosta de dançar, para quem não abre mão de se divertir, para quem pode sair terça à noite e para quem ama a vida. Motivos não faltam para os sócios que participam do Baile da Serenidade.

O evento, que é realizado na Pérgula, sempre na última terça-feira do mês, das 19h às 23h, caiu no gosto do público acima de 50 anos. Gente alto astral, descontraída, cativante. Amantes da vida e da alegria de viver. Resultado: uma terça-feira mais que especial.





As bandas escolhidas arrasam no repertório, tocando os clássicos que turma adora, passeando pelos hits consagrados e mantendo a pista lotada. Ninguém fica parado.

Portanto, anote na sua agenda. Na última terça-feira de cada mês você tem um compromisso com a gente. Programe-se e venha ser feliz no PIC.



# CONGRESSO BRASILEIRO DE CLUBES

EVENTO REÚNE DIRIGENTES DE TODO O PAÍS QUE TROCAM EXPERIÊNCIAS VALIOSAS NA GESTÃO DE CLUBES



O presidente Wilson Alvarenga e o vice-presidente Arnaud Gazzi e Veiga representaram o PIC no Congresso Brasileiro de Clubes, realizado pela Confederação Nacional dos Clubes – FENACLUBES, no mês de junho, no Hotel Royal Palm Plaza, em Campinas/SP.

O evento fez parte das comemorações do 30º ano de realização dos Congressos Brasileiros de Clubes e, segundo os organizadores, bateu todos os recordes de participantes, com a lotação máxima do hotel sede, e com 98% de avaliações positivas dos congressistas.

O Congresso reuniu centenas de presidentes e dirigentes de Clubes de todo o Brasil, que aproveitaram uma variada programação de palestras, plantões, oficinas, reuniões de trabalho, concursos, homenagens e shows artísticos. Além disso, é sempre uma chance de trocarem experiências valiosas na gestão de clubes.

# Experimente os ventos de Minas pilotando uma Triumph.



Venha conhecer a nova Street Scrambler e Scrambler 1200



NOVA  
**STREET  
SCRAMBLER**

No trânsito, de sentido à vida.



Associados  
PIC têm  
condições  
especiais na  
Triumph BH!



NEW  
**SCRAMBLER 1200<sup>ME</sup>**

**TRIUMPH**  | **BH**

Barão, 4.508, esquina com a Raja | 31 3297.1000 | [triumphbh.com.br](http://triumphbh.com.br)

# PIC ATIVA

PROGRAMA PARA QUEM GOSTA E PODE SE DIVERTIR NAS TARDES DE QUARTA-FEIRA

O PIC Ativa é mais uma novidade da programação social do PIC, que vem atender aos anseios dos associados. Foi feito sob medida para quem tem mais de 50 anos e tem tempo disponível na agenda.

O encontro da turma com os monitores de dança acontece duas vezes por mês, sempre às quartas-feiras, no PIC Pampulha, das 14h às 16h. Programa imperdível para quem deseja se sociabilizar, conhecer gente nova e passar momentos de muita alegria e descontração. A tarde flui gostosa e agradável.



#no  
**SANTA  
MARCELINA**  
eu sou  
mais

[autônoma]  
[inovadora]  
[conectada]  
[criativa]  
[feliz]

Sophia Pereira Caldas,  
5º ano do Ensino Fundamental  
no Santa Marcelina e futura  
profissional de T.I.

De braços abertos e valorizando o cuidado, a autonomia e a preparação para a vida: é assim que o Colégio Santa Marcelina recebe os alunos da Educação Infantil, do Ensino Fundamental e do Ensino Médio. Afinal, nossa missão é oferecer tudo o que é preciso para que eles sejam o que quiserem!

Ligue e agende uma visita: (31) 3441-4988

Alameda das Falcatas, 505 – Bairro São Luís – Belo Horizonte



**Santa Marcelina**  
COLÉGIO BELO HORIZONTE

# VIDA ATIVA

PARCERIA COM A PBH, QUE GERA BENEFÍCIOS PARA O CLUBE, FOI AMPLIADA E MANTÉM TURMAS NAS DUAS SEDES



Em parceria com a Prefeitura de Belo Horizonte, o PIC ampliou o Programa Vida Ativa para a sede da Cidade. Agora, além das atividades realizadas na sede da Pampulha, que são um sucesso, foram abertas duas novas turmas no PIC Cidade, às terças e quintas, das 13h30 às 14h30, e às quartas e sextas, das 17h às 18h.

O programa atende a pessoas acima de 50 anos e oferece atividades gratuitas. Informações pelo 3516-8276.





**MÍDIA DIGITAL  
OUT-OF-HOME**  
PIC PAMPULHA

**A VISIBILIDADE DE QUE VOCÊ PRECISA  
PARA O PÚBLICO QUE VOCÊ QUER**

**DIVULGUE SUA EMPRESA, PRODUTOS  
OU SERVIÇOS NAS MÍDIAS DIGITAIS  
OUT-OF-HOME INSTALADAS NO PIC  
PAMPULHA.**

**R\$300,00 MENSAIS**

**PREÇO PROMOCIONAL PARA SÓCIOS  
DO PIC**

**INFORMAÇÕES: ☎ 97110-7780**

# DIA PIC

UM DIA REPLETO DE ATIVIDADES RECREATIVAS E SOCIAIS PARA ALEGRAR A SUA VIDA



O Dia PIC estreou em março com muita disposição e energia. A programação é sempre variada, acontece uma vez por mês, em todo o Clube e é voltada para crianças e adultos. Música na piscina, jogos e oficinas, aulas, torneios e muitas novidades recheiam o calendário neste dia. As atividades agradam em cheio e mostram um PIC alegre, dinâmico, sempre em movimento.





# POOL PARTY

FESTA NA PISCINA REÚNE JOVENS, CRIANÇAS E ADOLESCENTES NO BAR MOLHADO



A primeira edição da Pool Party aconteceu em janeiro. De lá para cá tem sido um sucesso constante. O evento é descontraído, as brincadeiras na água garantem a diversão e as boias coloridas tornam o ambiente ainda mais alegre e agradável. Os Djs Ávila e André Landin completam a festa com uma playlist descolada e super atual.

A moçada adora e, a cada edição, sempre pede bis.





# ALMOÇOS TEMÁTICOS

CULINÁRIAS REGIONAIS SÃO TEMAS DOS EVENTOS GASTRONÔMICOS NO PIC



A edição de 2019 dos Almoços Temáticos também trouxe novidades. As regiões brasileiras têm sido homenageadas, tanto nos cardápios quanto na música, e estão fazendo aquele sucesso. O primeiro evento foi o Almoço Mineiro, além da comida deliciosa tão apreciada por todos, a dupla Talles e Rangel relembrou grandes clássicos e transformou a tarde de sábado em um show sertanejo pra ninguém botar defeito.

Na sequência, foi a vez do Almoço Nordestino. Além das iguarias maravilhosas, que nos encantam nas viagens ao Nordeste, o show do Trio Lampião merece destaque. No compasso do acordeon o trio mostrou um repertório de forró que fez todo mundo cantar. Al-

guns se arriscaram na pista e fizeram “o quilo” ali mesmo.

A programação seguiu em frente. No almoço Paulista a atração ficou a cargo do Duo Mavie, que surpreendeu com as pérolas do pop rock nacional e animou o público. Já no Almoço Baiano, além do maravilhoso cardápio que agradou em cheio, Rafa Santos ditou o tom da tarde com o melhor do axé.

Os sócios simplesmente adoram este programa. A tarde é sempre perfeita, a animação garantida e a comida da melhor qualidade.





# CARNAPIC

PIC INVESTE NA PROGRAMAÇÃO DE CARNAVAL, REEDITA O BAILE DO HAWAÍ E OFERECE AOS SÓCIOS UMA PROGRAMAÇÃO VARIADA PARA TODOS OS GOSTOS.

Seguindo a tendência da capital mineira como polo carnavalesco do país, o PIC entrou no clima momesco e proporcionou aos seus associados uma programação intensa de Carnaval. Tudo isso em um ambiente alegre, descontraído e, sobretudo, familiar.

A agenda dos foliões começou com um pré-carnaval, foi oficialmente aberto na sexta-feira com o Baile do Hawaí, seguiu durante todos os dias do Carnaval e terminou com a ressaca. Dentro da programação destacamos o DJ Ávila tocando na piscina, Ensaio do Bloco Vou Ali e Volta, Juliano Louredo, Banda Diga Lá, Trem dos Onze, Belorinho e Pool Party.

O Baile Infantil, tradicionalmente realizado no domingo de Carnaval, foi um sucesso. Os pais entraram no clima e, além de levar as crianças fantasiadas para participar do Concurso promovido pela Fluppy Brinquedos, também vestiram suas fantasias e brincaram juntos na Pérgula ao som da Banda Super Fantástico.

Em todos os dias os associados tiveram programação diversificada com música ao vivo e muita alegria. O tempo colaborou e o calor foi um convite a mais para quem quis curtir o Carnaval no Clube desfrutar da piscina.



## APÓS 26 ANOS BAILE DO HAWAÍ VOLTA COM FORÇA TOTAL

O Baile do Hawaí foi um capítulo à parte deste Carnaval e merece destaque. A realização do evento após 26 anos (a última edição aconteceu em 1993) superou todas as expectativas e levou centenas de associados ao Clube na sexta-feira de Carnaval. As mesas se esgotaram em três dias e a turma entrou no clima.

A Banda RP2000 ditou o tom da festa com um repertório espetacular, de marchinhas a axé, passando pelos samba-enredos e outras pérolas da nossa MPB. Mas as grandes estrelas da noite foram mesmo os foliões. Vários grupos de associadas se vestiram de havaianas, com muito charme e beleza, e deram um colorido todo especial ao ambiente. A pista lotou, o alto astral imperou e o tradicional Baile do Hawaí retornou em altíssimo estilo para alegria de todos.

Elogios unânimes! Quem foi adorou. Quem não foi, certamente não vai perder o próximo.



# DIA DAS MULHERES

MIMOS, ATIVIDADES VARIADAS E UMA PROGRAMAÇÃO ESPECIAL PARA AS MULHERES



No domingo, 10 de Março, foi comemorado o Dia Internacional da Mulher no PIC. Além de receberem rosas na entrada e muitos mimos, o dia foi marcado por uma programação especial em homenagem às associadas: um aula de ciclismo indoor, massagens e bate-papo com duas dermatologistas, que esclareceram dúvidas e deram dicas de cuidados com a pele e outras.

Neste dia contamos com a presença de dois dos nossos parceiros. A Vichy Brasil distribuiu brindes e promoveu o sorteio de duas cestas repletas de produtos da marca, que encantaram a todos. No sorteio realizado in loco, a ganhadora da cesta foi Santuza Barbosa Silva e, pelo instagram, a vencedora foi Karime

Hanum.

A All Pé também marcou presença. Distribuiu brindes e cuidou dos pezinhos delicados das nossas homenageadas com um massagador portátil de última geração.





# LUAU NO PIC

AO SOM DOS BAIANEIROS, OS SÓCIOS CANTARAM, DANÇARAM E CURTIRAM A FESTA EM CLIMA DE DESCONTRAÇÃO E ALEGRIA



A lua foi apenas a desculpa para mais um evento de sucesso no PIC. O cenário estava perfeito: fim de tarde, sol se pondo, a noite chegando e trazendo a lua para enfeitar nossa festa. Para completar, uma decoração despojada com puffs coloridos espalhados pelo chão, tochas, esteiras e gazebos. Tudo lindo, alegre, convidativo.

Os sócios mais uma vez atenderam ao nosso convite e prestigiaram. Lotaram o gramado de Ipanema que foi palco desta linda festa.

Às 17h o DJ Ávila entrou em cena e assumiu as picapes tocando um repertório gostoso de se ouvir. Na sequência a alegria tomou conta da galera que cantou, dançou e brindou a vida ao som dos Baianeiros.

A estreia do Luau aconteceu em altíssimo estilo, os sócios amaram o formato e pediram bis e, em breve, vamos repetir a dose.





# STAND-UP COMEDY BAR

RISO, ALEGRIA E MUITA DIVERSÃO NA NOITE DE QUINTA-FEIRA



Uma noite de quinta-feira especial marcada pela diversão e pelo riso. Tudo isto porque um trio muito hilário, formado por três Thiagos - Comédia, Carmona e Neuhaus -, chegou ao PIC com o seu Stand-Up Comedy Bar.

Os sócios lotaram a Pérgula, se divertiram, relaxaram e curtiram a noite com alegria. Voltaram para casa com a agradável sensação de terem vivido momentos de felicidade.

No mês de agosto a alegria pediu bis e o comediante Thiago Comédia levou dois novos amigos: Kayete e Glauber Cunha. Noite gostosa de gargalhadas.

Esta também foi mais uma das boas novidades da nova Programação do Clube.





# DIA DAS MÃES

AS MAMÃES DO PIC FORAM HOMENAGEADAS COM HAPPY HOUR E ALMOÇO NO RESTAURANTE PANORÂMICO



A semana das mães no PIC foi comemorada à altura. Na sexta-feira, 10 de maio, foi realizado um animado Happy Hour com as músicas dançantes da Banda Logan. Pista lotada, famílias inteiras se confraternizando.

No domingo, 12, foi a vez de reunir a família para o tradicional almoço, ao som do Sax de Bruno Lopes acústico, que ditou o tom da tarde. Neste dia a mamãe foi nossa convidada, não pagou pelo almoço.





# PROJETO 5ª MUSICAL

MÚSICA, BATE-PAPO E CARDÁPIO DA MELHOR QUALIDADE NAS NOITES DE QUINTA-FEIRA



Amigos, familiares e música para animar a noite. Esta é a receita do sucesso do Projeto 5ª Musical, que está melhor a cada edição.

O local do evento é o charmoso Bar da Praça de Esportes, ou, Espaço Tulipas que tem como cenário a Lagoa da Pampulha. A combinação de todos esses ingredientes sempre resulta em noites alegres, descontraídas e muito agradáveis.



# SÓCIOS ILUSTRES

O EX-PRESIDENTE EVANDRO VEIGA NEGRÃO DE LIMA E O SÓCIO ALUÍSIO BRANDÃO COMEMORARAM ANIVERSÁRIO NO PIC PAMPULHA RODEADOS DE AMIGOS E FAMILIARES. UM BRINDE!



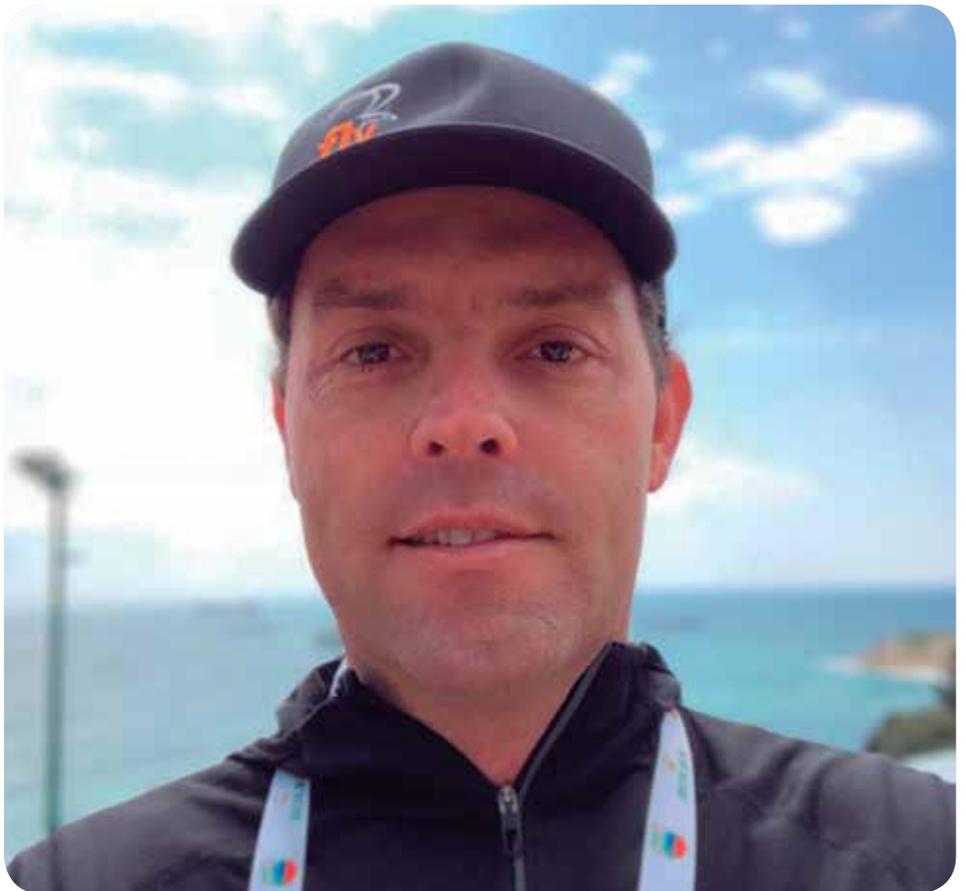
# ENTREVISTA COM HUGO DAIBERT

HEAD COACH DA EQUIPE DE TÊNIS DO PIC FALA DA QUALIDADE DAS NOSSAS QUADRAS, DA PARCERIA QUE VEM TRANSFORMANDO A VIDA DE MUITAS CRIANÇAS E DA GERAÇÃO DE CAMPEÕES FORMADA PELO CLUBE

O entrevistado desta edição é o sócio Hugo Streit Daibert, de 44 anos. Casado com Maria Thereza Daibert tem dois filhos, Matheus, de 13 anos, atleta de futebol de campo, e Thiago, de 10 anos, que está na Equipe de Tênis do PIC. Formado em Comércio Exterior pela UNA e Educação Física pela UFMG é Head Coach da Equipe de Tênis do PIC, treinador do atleta Bruno Soares, ATP Coach, Vice-Presidente Técnico da Federação Mineira de Tênis e Coordenador Brasil do Time Guga, projeto do Grupo Guga Kuerten. Hugo é diretor da Fly Sports, empresa parceira do PIC na formação de jovens atletas.

Segundo Hugo, o PIC possui uma das melhores infraestruturas do país e nossas quadras são comparadas apenas com as de Roland Garros. Pioneiro, o Clube sediou, em 2010, a maior peneirada de tênis do Brasil, que reuniu mais de 6 mil crianças. De acordo com o seu relato, diversas vidas foram transformadas graças a esta oportunidade.

Hugo conta que, através da parceria PIC e Fly Sports, que teve início em 2007, o Clube resgatou sua tradição no tênis, transformou a vida de inúmeras crianças, está criando uma nova geração de tenistas e deixando um grande legado de atletas para Minas e o Brasil.



CONHEÇA UM POUCO MAIS SOBRE ESTA HISTÓRIA DE SUCESSO.

## Como é feito o seu trabalho junto aos jovens talentos?

No projeto junto ao Guga, que é considerado o maior projeto de formação de tenistas do Brasil, o trabalho vai da base ao profissional. Temos hoje, aproximadamente, 5.000 crianças de 4 a 10 anos, em todas as unidades do país. Em Minas Gerais são cerca de 500, mas é no PIC que acontece a principal etapa e também a transição dos meninos que estão saindo da escolinha. No PIC foi criada a primeira base da Equipe Guga do país, que contou no seu lançamento com a presença do próprio Guga, que já foi o Número 1 do mundo.

Minas tem uma grande representatividade no tênis. Além dos duplistas, Bruno Soares e Marcelo Melo, existem diversos jogadores infanto-juvenis de sucesso e o Estado já foi campeão Brasileiro por equipes. Dois dos grandes nomes da transição do tênis brasileiro também são mineiros e o melhor de tudo é que são do PIC: Bruno Oliveira, de 16 anos; e João Pedro Ferreira, de 18 anos, ambos do Time Guga.

Para cada faixa etária existe uma metodologia diferenciada. O projeto é dividido em seis grandes áreas: física, técnica, tática, estratégica e mental, além de todas as rotinas que o jogador tem antes, durante e depois dos jogos. Dentro de cada área existe a chamada "caixa de ferramenta", que auxilia os meninos nessa formação.

Paralelamente acreditamos muito na pirâmide de formação envolvendo a família, o atleta e a comissão técnica, o que fortalece nossa busca por melhores resultados. Nós trabalhamos muito o perfil do jogador e o mais importante e que se tornou nosso maior diferencial é que enxergamos o indivíduo. Apesar de ser uma equipe muito grande, temos um olhar focado no ser humano pois, antes de vermos o atleta, vemos a pessoa. Isso faz toda a diferença neste processo de formação.

## **Como são descobertos os novos talentos? Como acontecem as peneiradas?**

Atualmente nossa base aumentou muito. Hoje podemos falar que a Fly Sports, juntamente com seus parceiros, sobretudo o PIC, tem o melhor Centro de Formação de Atletas de BH, tendo em vista que os principais jogadores do infanto-juvenil estão dentro do PIC. Vários atletas, que não estão no PIC, por questões de logística em função de distância e deslocamento, foram formados na Fly. É um processo longo e contínuo.

No PIC temos ainda as escolinhas de tênis, que funcionam muito bem. As crianças são avaliadas e, quando são indicadas pelos professores, fazem os testes com grandes chances de entrarem para a Equipe de Tênis.

O terceiro ponto é o Projeto Social. Em 2010 o PIC foi pioneiro ao sediar a maior peneirada de tênis já realizada no Brasil, com cerca de 6 mil crianças. Dessas seis mil, 50 permaneceram no projeto por dois anos, graças ao apoio de grandes empresas, na época a principal era a Usiminas. A partir daí, através do esporte, vários meninos conseguiram transformar suas vidas. Muitos deles entraram no mercado, na área esportiva, outros conseguiram com resultados surpreendentes serem Número 1 do Brasil, dentro do projeto social. Outros, de maior expressão, conseguiram bolsas de 100% em faculdades americanas. Tudo isso graças ao tênis e ao PIC.

Tenho muito orgulho de fazer parte de um projeto social como este, cuja causa foi abraçada pelo PIC com tamanho empenho e dedicação, e que vem ajudando, ao longo dos anos, a transformar vidas. São crianças que merecem essa oportunidade, que se dedicam e que sabem que aquela talvez seja a grande chance de suas vidas.

## **Quais são as peculiaridades da Equipe de Tênis do PIC?**

Nós somos uma grande família. Fazemos com que as crianças percebam a importância de representar uma entidade. Com isso, todos têm um prazer muito grande em jogar pelo PIC. Vemos isso nos aeroportos, na concentração e nas quadras. Todos uniformizados, cantando nosso grito de guerra. É contagiante. O PIC hoje também faz parte de um projeto da Confederação Brasileira de Clubes (CBC), onde as crianças da equipe são beneficiadas e conseguem, pela própria CBC, passagens aéreas e hospedagem nos principais torneios dentro do Brasil. Tudo isso resulta em uma só coisa: uma equipe de ponta de nível nacional.

## **Quais são as principais conquistas da Equipe de Tênis do PIC?**

Invertendo a pirâmide, vamos começar com Bruno Soares. Com mais de 30 títulos na carreira, Bruno Soares é um dos maiores nomes do tênis brasileiro e mundial. São três grandes títulos de Grand Slam, que é considerado o principal torneio de que o tenista pode participar. Ele foi o Número 1 do Mundo em 2016, ganhou o Australian Open, ganhou o US Open, além de ter ganho Torneios Máster 1.000, ATPs 500, ATPs 250. Bruno Soares pode ser considerado um dos maiores feitos da nossa parceria. E vale ressaltar que estamos sempre com a marca do PIC em evidência, divulgando-a pelo mundo.

Na nossa equipe já tivemos vários Número 1 do Brasil. Conquistamos títulos sulamericanos e panamericanos. Muitos atletas estão sendo convocados para representar o Brasil pela América do Sul. Esses meninos ganham os torneios e vão representar o Brasil nos mundiais. Na Copa das Federações, que acontece todo ano no Brasil, temos em média 40% dos meninos do PIC, ou seja, dos 24 jogadores, 10 vestem a camisa do PIC. O que representa uma média bem alta.

Temos ainda jogadores que já estiveram entre os 50 melhores do mundo, no ranking mundial. Às vezes, meninos de 16 e 17 anos, como o João Pedro Ferreira e o Bruno Oliveira que, com 16 e 17 anos, jogam no 18 anos - no ranking da ITF (Federação Internacional de Tênis). Uma grande conquista para nós é o fato do PIC ter estes dois atletas participando do Time Guga, que pode ser considerado o maior movimento de transformação da transição do Júnior para o Profissional.

Vale lembrar ainda que, além da minha participação como Coordenador Técnico do Time Guga, nós temos dois treinadores, Bruno Baeta e a Maísa Feital, que foram selecionados para fazer parte do Time Guga. Temos ainda um atleta que foi formado no Projeto Social, Douglas Pezotti, que veio do Aglomerado da Serra e hoje é considerado um dos melhores professores / educadores da Escolinha Guga Brasil. Uma conquista muito grande para ele e motivo de muito orgulho para nós.

## Algum outro destaque especial dentro do Projeto Social de Tênis?

Na minha opinião, Ana Carla Resende, se não for a melhor pode ser considerada uma das mais significativas conquistas da nossa trajetória no tênis junto ao PIC. A história dela merece ser contada. Ana chegou através do Caça Talentos, começou com 12 anos no tênis, já muito tarde, e passou na reta final do projeto. Depois disso, aos 14 anos, ela veio para a equipe de competição e começou a treinar todos os dias. Aos 17 anos foi a Número 1 do Brasil. Um processo muito curto para se chegar tão longe. Depois de tudo isso teve que se afastar do tênis, pois sofreu uma lesão no punho e o pai foi diagnosticado com a doença ELA.

Com a morte do pai e após passar por uma cirurgia, a atleta pediu para retornar ao projeto de tênis. Graças aos nossos contatos e ao seu talento, conquistou uma bolsa de 100% em uma Faculdade Americana, no Tennessee, em janeiro deste ano, onde acaba de ganhar o título de Melhor Atleta da Conferência Atlântico, do Tênis Universitário, nos Estados Unidos, e de Melhor Caloura do Tênis Universitário. Isso para nós não tem preço e o que é mais valioso, é saber que tudo só foi possível porque o PIC acreditou no nosso trabalho e abraçou a causa.



## Quais são suas metas para o futuro?

Nós acreditamos que a parceria da Fly Sports com o PIC é muito bem sucedida, pois está sendo construída em bases sólidas. Prova disto é a sucessão de conquistas dos nossos atletas. Estamos entre os principais Centros de Formação do Brasil e nossa meta é nos tornarmos o maior centro de excelência do país, contando sempre com a estrutura magnífica do PIC e com as quadras do Mestre Acácio. É muito gratificante estar em um local com infraestrutura irretocável como a do PIC e com o apoio de todas as Diretorias, dos profissionais e dos gestores do Clube.

O PIC é um dos clubes brasileiros que mais se destacam pela tradição no tênis. Suas quadras são conhecidas como as melhores do país, somente comparadas com as de Roland Garros. E, graças a esta parceria PIC e Fly Sports, conseguimos manter viva a cultura do tênis, resgatando, incentivando e criando uma nova geração de tenistas. O PIC é hoje uma das maiores potências do tênis reconhecida pelos órgãos oficiais deste esporte. Assim, juntos, deixaremos como legado para Minas e para os mineiros o maior Centro de Treinamento do país.



## O que os sócios empresários, que desejam investir no esporte, devem saber?

Para os sócios empresários que desejam investir no esporte é muito simples. Existem várias formas e uma delas é o patrocínio direto, que deve ser feito através do Setor de Marketing do Clube. O PIC tem grandes contrapartidas como placas, faixas, uniformes, camisas, eventos sociais e esportivos, entre outros.

A segunda opção é a lei do ICMS Mineiro, onde o empresário destina parte do imposto devido para o esporte. Nesta categoria temos como parceiros este ano as empresas: Verde Mar, Krug Bier, Rouxinol Transportes e Luíza Barcelos. Nosso projeto ajuda nas viagens dos atletas, na contratação e pagamento dos profissionais, na compra de materiais etc. Os sócios do Clube podem participar e quem quiser conhecer melhor o programa pode procurar a Gerência de Esportes do Clube.

O terceiro e último formato de investimento é através da Lei de Incentivo Federal, para a qual as empresas podem buscar informações mais detalhadas no site.

Portanto, aquele sócio empresário que acredita no esporte, que acredita na transformação promovida pelo esporte, pode procurar o setor de Marketing do Clube, porque o esporte é, de fato, um produto muito bom e de retorno imediato para associar à sua marca.



## ENCONTRO GUGA

A abertura do Encontro Equipes Guga foi realizada no PIC Pampulha e contou com a participação da jovem e promissora geração de tenistas do Clube.



## EQUIPE DE TÊNIS BRILHA MAIS UMA VEZ

Nesta etapa de Belo Horizonte do torneio CBC Interclubes de Tênis, o PIC contou com ótimos resultados no grupo GA, o mais forte da competição.

Victor Winhesky Campeão de Simples e de Duplas, na categoria 12 anos; Pedro Rodrigues vice-campeão de Simples e de Duplas, na categoria 14 anos; Leonardo Bastos Campeão de Duplas e semi-finalista, na categoria 14 anos; Gustavo Gil e Igor Silva foram vice-Campeões de Duplas, na categoria 18 anos.



ETAPA SALVADOR



Resultados da Equipe de Tênis no Campeonato Interclubes oferecido pelo CBC, etapa de Salvador .

- Victor Winheski - Campeão Duplas - 12 anos
- Pedro Rodrigues - Vice-campeão Simples - 14 anos
- Alec Lichter e Gustavo Gil - Vice-campeões - 18 anos duplas



## TÊNIS SUPER 100

Finalistas do Torneio de Tênis Super 100. Categoria A: Edson Alves e Reni Campeões. Zoltan e Ralph Vice Campeões. Categoria B: Mauro Lúcio e Víctor Takai Campeões. Ana Alcici e Paulo Reis Vice campeões.



## PAMPULHA OPEN INTERCLUBES DE TÊNIS 2019

O PIC foi Campeão do Pampulha Open Interclubes de Tênis 2019 ao vencer os desafios contra o Iate Tênis Clube e o Jaraguá Country Club. Parabéns aos participantes!





Pampulha  
late  
Clube



# NUTRICIONISTA NAS ACADEMIAS

## **PIC CIDADE (ATENDIMENTO):**

- SEMPRE ÀS SEGUNDAS-FEIRAS, SENDO UMA SEMANA PELA MANHÃ (8H ÀS 12H) E NA OUTRA À TARDE (14H ÀS 18H)

## **PIC PAMPULHA (ATENDIMENTO):**

- TERÇAS-FEIRAS - MANHÃ (8H ÀS 12H) ● QUINTAS-FEIRAS - NOITE (17H ÀS 21H)

**VALOR:** ● SÓCIO - R\$160,00 ● NÃO-SÓCIO - 200,00

**AGENDAMENTOS:** ● PIC CIDADE - 3516-8275  
● PIC PAMPULHA - 3516-8311



**LARISSARODRIGUES**  
Nutricionista Esportiva & Clínica Funcional  
CRN6/MG: 9834

Informações: 📞 3516-8325 📞 99767-9970 🌐 [www.pic-clube.com.br](http://www.pic-clube.com.br)

## COPA SUDESTE DE SNOOKER SIX REDS

Nos dias 22 e 23 de junho o PIC foi sede da Copa Sudeste de Snooker Six Reds, que reuniu os melhores jogadores de sinuca de Minas, Rio de Janeiro e São Paulo. O evento, realizado no PIC Pampulha, faz parte do calendário nacional da Confederação Brasileira de Bilhar e Sinuca-CBBS, e representa o maior evento de sinuca de iniciativa regional promovido pela Federação Mineira de Sinuca e Bilhar – FMSB.

Os confrontos foram acirrados, já que estava em jogo o nome de cada federação - MG, RJ e SP. No sábado as partidas se estenderam até às 23h, encerrando-se a Copa Sudeste no domingo às 18h.

A final, com premiação dos quatro finalistas, foi prestigiada e contou com a presença de visitantes de outros Clubes e de vários associados. Em quarto lugar, La Fontaine, de BH; terceiro lugar, Jairzinho, do Rio; segundo lugar

Edinho, de São Paulo, e primeiro lugar Zico, do Rio de Janeiro.



## FUTEVÔLEI

Os sócios Bernardo e Daniel sagraram-se Campeões no Desafio de Futevôlei - PIC X APECEF, que aconteceu no PIC Pampulha.



## FUTSAL

A equipe de futsal Sub 11 do PIC começou o ano com pé direito: sagrou-se campeã da Copa Esporte Clube Sírio 2019. Na sequência, conquistou mais um título. Dessa vez, no Festival Esportivo.

Em abril a equipe fez sua estreia na Liga de Futsal de Venda Nova. As equipes Ouro e Prata enfrentaram as equipes do Monte Sião. Categoria Ouro, 3x3 e categoria Ouro, 4x2. Já na Copa Minas também fizeram bonito.

Essa turminha está voando alto. Aproveitamos para parabenizar o trabalho do treinador Alberto Machado e seu auxiliar Luiz Henrique, agradecer aos nossos patrocinadores e, sobretudo, aos pais dos nossos atletas pelo apoio e incentivo.



## COPA AMÉRICA INFANTIL

A final da Copa América Infantil foi marcada por muita alegria e comemorações. Criançada empolgada e familiares animados, apoiando e incentivando o esporte educativo. Mais uma vez a garotada bateu aquele bolão, fez bonito e encheu de orgulho a equipe do PIC e os papais, que lotaram a arquibancada para torcer pelos atletas mirins. Confira os resultados:

**Sub 07:** Campeão - Peru  
Vice-campeão - Colômbia  
3º lugar - Argentina

Artilheiro: Theo Cadena  
Jogador destaque: Enzo Veríssimo  
Goleiro destaque: João Vitor Mendes

**Sub 10:** Campeão: Bolívia  
Vice-campeão: Colômbia  
3º lugar: Chile

Artilheiro: Thales  
Jogador destaque: Theo Teixeira  
Goleiro destaque: Theo Drummond

**Sub 13:** Campeão: Chile  
Vice-campeão- Bolívia  
3º lugar: Colômbia

Artilheiro: Lucca Vargas  
Jogador destaque: Henrique Sadi  
Goleiro destaque: Felipe Magno



## EQUIPE DE ARCO E FLECHA

A Equipe de Arco e Flecha do PIC participou do XIII Campeonato Brasileiro Paralímpico, que aconteceu de 14 a 17 de fevereiro, no Centro de Treinamento Paralímpico em São Paulo. Formada por Ricardo Macedo, Eduardo Rocha e Cristiano Santiago, conquistou o Bronze por equipes no Arco Masculino Open e o Bronze por equipe Mista com Ricardo Macedo e Anne Pacheco. Anne ainda conquistou a Prata no Individual categoria composto Feminino Open. A técnica Laís Nunes acompanhou a equipe durante todo campeonato.

Eduardo Rocha e Anne Pacheco ainda participaram da seletiva em busca de uma vaga para o mundial na Holanda. É Minas Gerais ultrapassando as fronteiras e levando o PIC ao peito.



## VISITA AO PIC

O presidente do PIC Wilson Alvarenga, o vice-presidente de Esportes Antonio Carlos Eustáquio Macedo e a Gerente de Esportes Taciana Oliveira, receberam dirigentes da Federação Mineira de Arco e Flecha e representantes das equipes que disputam pelo PIC e que têm enaltecido o nome do Clube por onde passam.



# Academia DO PIC



SEU OBJETIVO É A NOSSA META

ABERTA A **SÓCIOS E NÃO SÓCIOS**

PIC CIDADE ☎ 3516-8276 | PIC PAMPULHA ☎ 3516-8311

# ATIVIDADES

CONFIRA OS HORÁRIOS DE ALGUMAS DAS NOSSAS ATIVIDADES

## PIC PAMPULHA - 3516-8311 / 3516-8321

- **Academia:** segunda a sexta, das 6h às 22h, sábados, domingos e feriados, das 8h às 15h.
- **Fullfit:** terças e quintas, das 17h20 às 17h50, na sala de ginástica.
- **Ciclismo Indoor:** segundas, quartas e sextas, das 8h às 8h45 e terças e quintas, das 19h10 às 19h55, na sala de ginástica.
- **Pilates Solo:** segundas, quartas e sextas, das 7h20 às 8h e segundas e quartas, das 20h às 20h40, na sala de ginástica.
- **Ritmos:** terças e quintas, das 8h30 às 9h10
- **Treinamento Funcional:** terças e quintas, das 9h50 às 10h20 e segundas e quartas, das 19h10 às 19h50, na sala de ginástica
- **Funcional Kids:** terças e quintas, das 18h30 às 19h15, quadra de peteca (ao lado do espaço criança)
- **Natação:** terça a sexta, das 7h às 17h, na piscina aquecida
- **Futsal:** terças e quintas, das 18h às 21h, quadra esportiva
- **Futsal Feminino:** segundas e quartas, das 21h às 22h
- **Tênis:** segunda a sexta, das 7h às 22h, quadras de tênis (04, 05, 06 e 10)



## PIC CIDADE - 3516-8276

- **Academia:** segunda a sexta, das 6h às 22h, sábados, das 8h às 13h.
- **Zumba:** terças e quintas, às 6h15, segundas e quartas, às 8h40.
- **Fullfit:** terças e quintas, às 19h20.
- **Ciclismo Indoor:** segundas, quartas e sextas, às 6h15; de segunda a sexta, às 7h15; de segunda a quinta, às 18h e às 19h; sextas, às 18h30.
- **Fit Boxe:** terças e quintas, às 18h; quartas, às 19h45.
- **Mat Pilates:** segundas, quartas e sextas, às 7h; de segunda a sexta, às 9h30; segundas, quartas e sextas, às 19h; terças e quintas, às 19h45.
- **Treinamento Funcional:** terças e quintas, às 7h; segundas e sextas, às 19h45.
- **GAP:** quartas, às 18h.
- **Abdominal:** segunda a sexta, às 8h; sextas, às 18h.
- **Localizada:** segundas, às 18h.



# ESCOLAS ESPORTIVAS



TÊNIS



NATAÇÃO



FUTSAL



FUNCIONAL  
KIDS



HIDROGINÁSTICA



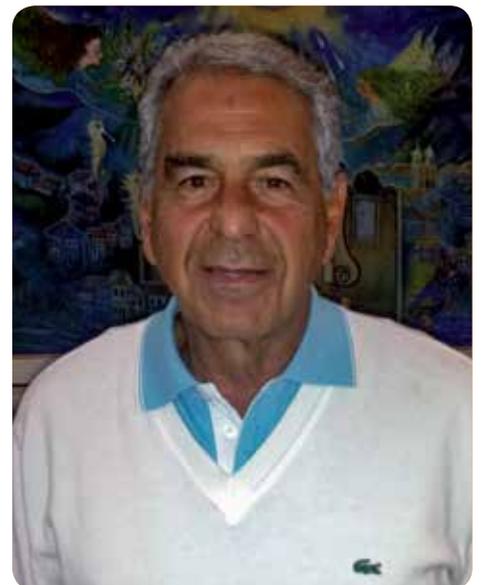
VÔLEI

**MATRICULE-SE JÁ - (31)3516-8321**  
**PARA SÓCIOS E NÃO-SÓCIOS**

# DICAS DE SAÚDE

## EXTRATOS DA PALESTRA DA CONHECIDA PEDIATRA DRA. FILÓ

"Rio só existe porque tem margem.  
 A criança só será um adulto completo se tiver limites.  
 Criança tem que ser monitorada.  
 Mãe tem que ser chata.  
 Filho só pode ver aquilo que é próprio para a idade dele.  
 Filho não pode ver aquilo que está além da sua capacidade de compreensão.  
 Tome a frente das regras da sua casa.  
 Criança não dorme com celular no quarto. Recolha. Vigie.  
 Criança tem que dormir com tranquilidade.  
 Quarto não tem que ter televisão. Quarto é para dormir.  
 Não compare a casa do outro com a sua.  
 Na sua casa você tem que cuidar da integridade mental dos seus filhos.  
 Criança não fica trancada no quarto jogando.  
 Filho tem que 'socializar', tem que ver, estar com pessoas. Corpo a corpo. Olho no olho.  
 Criança que é rejeitada por outros tem uma tendência a buscar redes sociais. Cuidado. Isso pode causar dependência.  
 Precisamos ter a coragem de olhar para a vida dos nossos filhos.  
 As coisas acontecem debaixo dos nossos olhos.  
 Criança é esperta, mas temos que ser mais ainda. Pai e mãe têm que estar perto.  
 Criança não tem que ter senha.  
 Essa tal de privacidade é só quando eles saem de casa, só quando pagam as próprias contas.  
 O celular do filho não pode ser igual ao do pai.  
 Tem que haver hierarquia.  
 Cada mãe conhece o filho que tem. Mãe, no fundo, sabe o que está acontecendo com o filho. Não ignore suas sensações como mãe.  
 Elas são verdadeiras.  
 A mãe não erra o diagnóstico. Confie nos seus sentimentos de mãe.  
 A missão como pais é muito maior do que podemos imaginar.  
 E não é uma missão fácil.  
 Mais do que dar coisas, se dêem a seus filhos.  
 Questione seus filhos. Pergunte! Vigie! Investigue!  
 Existem muitos e muitos distúrbios psiquiátricos na infância.  
 O segredo da prevenção é família e amor.  
 Criança tem que ser amada.  
 Filho vai tentar se impor. Mas 'combinados' e regras devem existir.  
 Tem que haver respeito.  
 Tem que haver hierarquia.  
 Filho tem que desejar!  
 Tem que querer ganhar alguma coisa!  
 Tem que esperar ansiosamente pelo presente.  
 As coisas não são descartáveis.  
 Coloque na vida do seu filho que somos criadores, que vamos criá-los e que temos sonhos para eles.  
 Que a vida tem que ter sentido, além do dinheiro, do poder e de todas as possibilidades.  
 Que a vida os desafiará, mas a vida não encerra.  
 Cuidado!  
 O que os filhos trazem para o mundo é o que plantamos neles.  
 Estimule-os a serem verdadeiros. A verdade abre caminhos.  
 Converse. Incansavelmente.  
 Temos que nutrir a confiança.  
 Olhe para os seus filhos e entenda o que eles precisam.



**Dr. Jamil Nahass**  
 Médico Pediatra e  
 Vice-Presidente da Área de Saúde



# Lar de idosos

## Especializado em hóspedes com Alzheimer



**Edinalva Borges**  
Neuropsicóloga e responsável técnica

**Imagine um lugar com o aconchego de pousada, mas com os cuidados de clínica, onde seu familiar será tratado com todo amor, carinho e amizade!**

*Nossa metodologia própria idealizada pela neuropsicóloga e responsável técnica Edinalva Borges, se diferencia dos diversos residenciais existentes no Brasil, onde propõe uma nova forma de cuidar da pessoa idosa, a partir de uma visão positiva, possibilitando viver o presente de forma equilibrada, com desenvolvimento, alegria, motivação e perspectivas de futuro.*



### Estadia diária

O idoso passa o dia no Residencial e participa das atividades oferecidas.



### Estadia temporária

O idoso se hospeda no Residencial por pequenos períodos e participa das atividades oferecidas; Aceitamos também idosos em processo de recuperação por cirurgias.



### Estadia permanente

O idoso reside no Residencial em tempo integral.



📍 Alameda do Ipê Amarelo, 147 – São Luiz  
Belo Horizonte/MG  
☎️ (31) 3567-9126 | (31) 99828 -1238  
🌐 [www.greenhousesenior.com.br](http://www.greenhousesenior.com.br)

AMG CLS 53 4MATIC+



# Viva a aventura com o estilo de um Mercedes-Benz!

Bamaq Mercedes-Benz, uma concessionária  
AMG Performance Center.

**AMG**



**BAMA**  
AUTOMÓVEIS

Av. Raja Gabaglia, 3.320. (31) 3298 3888.  
Segunda a sexta, de 8h as 19h. Sábado, de 9h as 14h.  
[www.bamaqautomoveis.com.br](http://www.bamaqautomoveis.com.br)

No trânsito, dê sentido à vida.

