



REVISTA DO

# pic

ANO 9 - Nº14 - JUL / DEZ - 2015

ARAJÁ  
DO PIC  
2015

com

Ch & X  
Chitãozinho | Xororó

Todos os detalhes nas páginas 6 a 13



## ENTREVISTA

Bate papo com o sócio Elias Hadad



## ESPORTES

Torneios / Atividades / Premiações



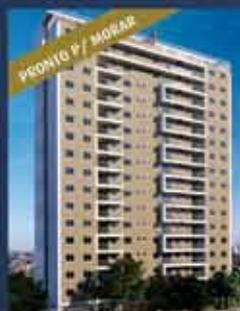
# SANCRUZA

INCORPORAÇÕES

PJ55 | MGJ4511

## A INCORPORADORA MAIS ATUANTE DO DO VETOR NORTE DE BELO HORIZONTE

### AS MELHORES OPÇÕES PARA MORAR OU INVESTIR



PRONTO P/ MORAR

#### MIRANTE J. L. FERRAZ

REGIÃO DO PLANALTO

2 Quartos - 60m<sup>2</sup>  
3 Quartos - 80m<sup>2</sup>

SUÍTE | VARANDA  
TORRE ÚNICA  
LAZER COMPLETO

~~DE: R\$349.000,00~~  
POR: R\$299.000,00

\*Valor referente ao apto. 1103



PRONTO P/ MORAR

#### THE PALMS

REGIÃO DO JARAGUÁ

3 Quartos - 79m<sup>2</sup>

SUÍTE | VARANDA  
TORRE ÚNICA  
LAZER COMPLETO

~~DE: R\$469.000,00~~  
POR: R\$419.000,00

\*Valor referente ao apto. 404



LANÇAMENTO

#### UNIQUE VESPASIANO

8 MIN. AEROPORTO DE CONFINS

1 Quarto - 35m<sup>2</sup>

VARANDA  
COZINHA GOURMET  
TORRE ÚNICA  
LAZER COMPLETO

~~DE: R\$179.000,00~~  
POR: R\$160.000,00

\*Valor referente ao apto. 202



EM CONSTRUÇÃO

#### UNIQUE JARAGUÁ

AO LADO DO AEROPORTO  
DA PAMPULHA

3 Quartos - 74m<sup>2</sup>

SUÍTE | VARANDA  
TORRE ÚNICA  
LAZER COMPLETO

~~DE: R\$450.000,00~~  
POR: R\$419.000,00

\*Valor referente ao apto. 203



PRONTO P/ MORAR

#### MAIS CONVIVA

REGIÃO DO BARREIRO

2 Quartos - 53m<sup>2</sup>  
3 Quartos - 68m<sup>2</sup>

SUÍTE | VARANDA  
LAZER COMPLETO  
CTV | CERCA ELÉTRICA

~~DE: R\$269.000,00~~  
POR: R\$219.000,00

\*Valor referente ao apto. 204-1



PRONTO P/ MORAR

#### GARDEN S. JOÃO BATISTA

3 MIN. DO METROPOLITAN SHOPPING

2 Quartos - 48m<sup>2</sup>

PORTARIA 24H  
ESPAÇO GOURMET  
SALÃO DE JOGOS

~~DE: R\$210.000,00~~  
POR: R\$192.000,00

\*Valor referente ao apto. 101-13

**VENDAS E INFORMAÇÕES:**  
9655-8968 | [WWW.SANCRUZA.COM](http://WWW.SANCRUZA.COM)

ESCANEE O QR CODE ABAIXO E CONHEÇA  
MAIS DESTES E DE OUTROS EMPREENDIMENTOS:



SANCRUZA 60 ANOS.  
NOSSA HISTÓRIA, NOSSA PROPAGANDA.

# PALAVRA DO PRESIDENTE

**Caro (a) associado (a),**

É com grande alegria que me dirijo a você associado (a) nesta edição da Revista do PIC. Em primeiro lugar, quero agradecer a todos pela confiança depositada na nossa Diretoria e por todo o apoio ao longo deste primeiro ano de mandato. Gostaria de agradecer ainda a todos os Diretores, Conselheiros e funcionários do Clube pelo empenho incansável para tornar o PIC cada dia melhor.

Um grande exemplo de sucesso decorrente do empenho de nossa equipe e do apoio dos associados foi a nossa tradicional Festa Junina. Este ano, de forma inédita, os ingressos se esgotaram um mês antes da realização da festa. Convidados ilustres marcaram presença e, mais uma vez, vocês estavam lá, prestigiando nosso "Arraiá" que foi realizado com todo cuidado e carinho. Conseguimos realizar um evento maravilhoso, à altura do nome do PIC e dos seus associados e convidados. Saliento ainda que pretendemos manter ao longo do nosso mandato essa linda e tradicional festa que agrega e alegria toda a comunidade belorizontina.

Além disso, desejo compartilhar com cada membro da Família PIC informações importantes sobre o nosso querido Pampulha Iate Clube. Apesar do delicado momento que o país atravessa, o PIC apresenta uma situação econômica equilibrada e estamos implementando inúmeras iniciativas para tornar o Clube ainda melhor e mais robusto.

Do ponto de vista da geração de receitas, temos a parceria firmada com a Pontifícia Universidade Católica - PUC cuja locação de andares antes

ociosos do PIC Cidade garantem ao Clube importante fonte de renda. Outra parceria, com a Prefeitura de Belo Horizonte, no projeto "Esporte para todos", foi ajustada. Com ela, o PIC disponibiliza alguns espaços para que alunos da rede pública realizem atividades, em troca de uma economia anual de valor expressivo em gastos com o IPTU.

A vinda do Espaço Vitale - Pilates & Corealign - para o PIC Cidade, além de agregar mais um excelente serviço aos sócios, representa também uma nova fonte de receita.

Outro ponto importante que desejo destacar é a campanha de ampliação do quadro social quando foram disponibilizadas as cotas ociosas para que os sócios indicassem familiares e amigos. Os recursos provenientes desta campanha também contribuíram de forma positiva no nosso orçamento.

Vale frisar que todas essas iniciativas são fruto do empenho conjunto de toda a Diretoria e dos nossos funcionários. Destacamos também que algumas negociações que tiveram início ainda na gestão anterior já estão concretizadas e gerando bons frutos. A busca de novos investimentos e melhorias para os nossos associados permanece como meta central da nossa administração.

Diante dessa realidade, vislumbramos um futuro ainda mais promissor para o nosso Clube. A programação social será incrementada; nossos funcionários passarão, em breve, por treinamento para que possam atender ainda melhor ao público e as duas sedes serão revitalizadas para garantir ainda mais conforto e bem-estar a todos os associados.



Obrigado e nos vemos no PIC!

Um grande abraço,

**Antonio Eustáquio da Rocha Soares**  
Presidente

**EXPEDIENTE:**

**Beneméritos:**

José Cabral  
Oswaldo Pierucetti  
Sandoval Soares de Azevedo Filho  
Paulo Mafra

**Presidente:**

Antonio Eustáquio da Rocha Soares

**Vice-presidentes:**

Afonso Otávio Cozzi  
Antônio Mafra  
Antônio Márcio Ribeiro de Godoi  
Arnaud Gazzi e Veiga  
Carlos Alberto Rangel Proença  
Jamil Nahass  
João Henrique Franco Garcia  
Leonardo Starling de Barros  
Rômulo Correa Moreira  
Wilson Alvarenga de Oliveira Filho

**Redação e edição:**

Cida Martins

**Editoração eletrônica:**

Fernando Campos Figueiredo

**Impressão:**

Rona Editora

**Fotos:**

Camila Helena  
Eduardo 'Orelha' Romeiro  
Guilherme Guedes  
Richard Vídeo Produções

**Tiragem:**

5.000 exemplares

**Público leitor:**

14.000 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](http://www.pic-clube.com.br)

**E-mail:**

[pic@pic-clube.com.br](mailto:pic@pic-clube.com.br)

**PIC - Pampulha Iate Clube**

Fundado em 26 de janeiro de 1961

06	ARRAIÁ DO PIC
14	FESTA VIP NA BOATE
18	VERÃO MUSICAL
22	DIA DAS MÃES
26	PIC VERÃO RESORT
28	BAILE INFANTIL / RESSACA DE CARNAVAL
29	RIO 2016
30	ENTREVISTA COM ELIAS HADAD
32	AGENDA
34	NOTÍCIAS DO ESPORTES NO PIC
42	DICAS DE SAÚDE



Pampulha  
Iate  
Clube



**DE 20 A 31 DE JULHO**  
**DAS 8H ÀS 18H, NO PIC PAMPULHA**

**VAGAS  
LIMITADAS!**

**BRINCADEIRAS, GINCANAS,  
OFICINAS, BOATE,  
ACAMPAMENTO E MUITO MAIS...**

**IDADE:  
4 A 14 ANOS**

**INSCRIÇÕES  
ABERTAS**

**JPLUS**  
Excelência em produtos de limpeza



**Informações:** Disque PIC - 3516-8282 / [www.pic-clube.com.br](http://www.pic-clube.com.br)

# “ARRAIÁ DO PIC” 2015, COM CHITÃOZINHO E XORORÓ

UM ESPETÁCULO QUE VAI FICAR PARA SEMPRE NA MEMÓRIA E NO CORAÇÃO



Mais uma vez o “Arriá do PIC” se reafirmou como a maior e mais bonita festa junina da cidade. Além do esplendor e requinte da decoração e da grandiosidade da estrutura montada para receber a todos com muito conforto e carinho, o magnífico show de Chitãozinho e Xororó foi um capítulo à parte desta edição. Convidados ilustres marcaram presença, entre eles o prefeito Márcio Lacerda, Secretários de Estado e do Município e outras figuras ilustres da nossa sociedade.





Os portões foram abertos pontualmente às 20 horas e dava gosto ver a expressão de êxtase dos convidados diante da beleza e magnitude do cenário. Amadeu Scarpelli não poupou detalhes. Em cada mesa, um lampião rodeado de flores. Quarenta e cinco mil metros de bandeirinhas cobriam todo ambiente, em meio a quatro mil lâmpadas coloridas. Painéis de 60 metros pintados à mão recriavam um típico “arraiá” do interior. Barracas de madeira em estilo rústico e nomes sugestivos completavam o charme da decoração.





Embalados pelo som do DJ Eduardo AUM e da dupla Denis e Renam, os convidados circulavam confortavelmente entre os cinco ambientes da festa revendo amigos e desfrutando as delícias oferecidas nas barracas e quiosques com o consagrado serviço *all inclusive*. As crianças brincavam no parque de diversão temático. Reinou o clima harmonioso e familiar do evento.





À meia noite, o momento mais esperado: o show de Chitãozinho e Xororó. Comemorando 45 anos de estrada, a consagrada dupla subiu no palco e arrancou aplausos e lágrimas de emoção. Durante uma hora e meia a dupla nos brindou com os grandes sucessos de sua longa trajetória, empolgando o público que cantou junto formando um lindo coral de mais de cinco mil vozes.



Odontologia e  
Fonoaudiologia  
Infantil  
Pampulha

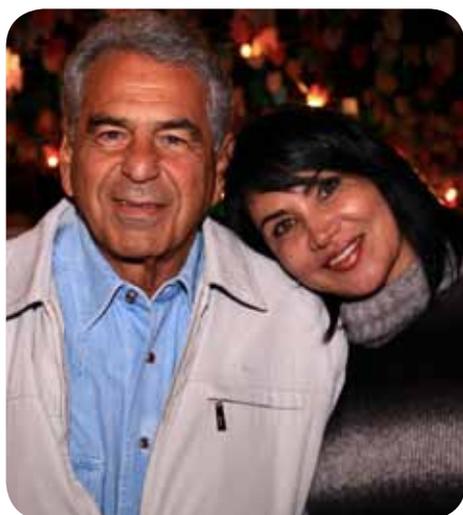
**Dra. Fernanda Alcaraz - (31) 9308-1374**  
Mestre em Odontologia PUC Minas / CRO - MG 29600  
• Ortodontia e Ortopedia Funcional dos Maxilares.  
• Acompanhamento e tratamento Odontopediátrico.  
• Endodontia adulto e Infantil

**Dra. Ana Paula Valverde Pedrosa - (31) 9571-1463**  
Fonoaudióloga - Especialista em linguagem - CRFa - MG 2839  
• Atendimento Clínico e Educacional nas áreas de fala, voz, audição, linguagem oral, escrita e distúrbios da deglutição.

Rua Roberto Lúcio Aroeira, 417. Sala 04. (esquina com Dr. Cristiano Guimarães) Itapoã - (31) 3441-7828

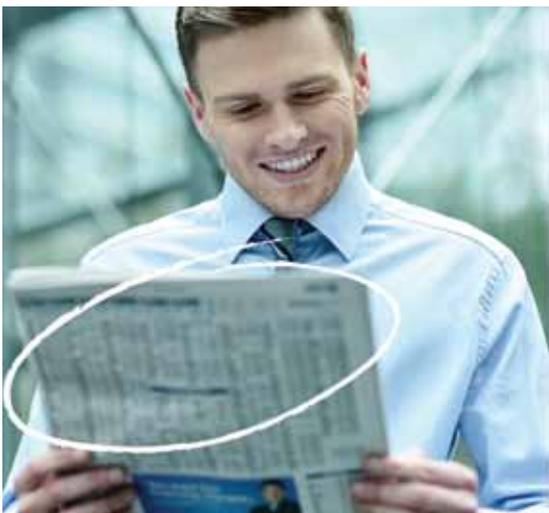


Para completar a impecável produção, um show de cores e tecnologia de última geração. Feixes de luz foram projetados no céu, imagens coloridas se exibiam no painel de led que envolveu todo o palco e imensos diamantes em 3D saltavam aos olhos de quem estava na plateia. Um espetáculo que ficará guardado pra sempre na memória e no coração.





A campanha de incentivo ao uso de taxis - “É Chic Ter Chauffer”- funcionou como nunca: hum mil taxistas aderiram ao chamado. A partir da meia noite já estavam a postos para levar os convidados de volta para casa com segurança. Mais uma vez, o PIC contou com o apoio do Sindicato dos Taxistas, das cooperativas de taxis e da imprensa em geral. Destaque para o radialista José Carlos Piotto, da Rádio Itatiaia, que teve participação especial na divulgação desta importante ação social do Clube, que hoje já está sendo copiada por outras entidades.



MONITORAR A REPERCUSSÃO  
DAS AÇÕES DA SUA EMPRESA  
E O MERCADO.

Esse é o poder  
do clipping  
e análise de mídia.

**INTERClip**  
Monitoramento de notícias

[www.interclip.com.br](http://www.interclip.com.br)  
(31) 3211-7508



Nossos agradecimentos ao patrocínio da Coca-Cola e Heineken e ao apoio da Honda Banzai. Vale destacar ainda a atuação ímpar dos funcionários do Clube que mais uma vez se superaram demonstrando comprometimento, profissionalismo e muito empenho para realizar uma festa de tamanha proporção. Todos trabalharam incansavelmente, sempre com muita alegria e o visível prazer de realizar bem a tarefa que cabia a cada um.

**A todos o nosso muito obrigado e até o próximo “Arraiá do PIC”!**



**Veja todas as fotos do evento:**

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





**MAIS QUALIDADE DE IMPRESSÃO.  
MAIS AGILIDADE NO PROCESSO.  
MAIS PRECISÃO EM CADA DETALHE.**

**RONA. Um universo de possibilidades.**

**RONA**  
ronaeditora.com.br

Rua Henriqueto Cardinalli . 280  
Olhos D Água . CEP 30390-082  
Belo Horizonte . MG  
Tel./Fax (31) 3303 9999

# FESTA VIP

CLIMA DE “DANCING DAYS” INVADE A PISTA DA BOATE



O primeiro semestre de 2015 foi marcado por duas Festas VIPs, na Boate, cheias de charme, animação e alegria. Na primeira delas, além do DJ Eduardo AUM, a atração da noite foi a Banda Dib Six, que há 20 anos contagia o público com o melhor dos anos 70. A pista bombou com os sucessos do Grupo ABBA, Bee Gees, Chic, Kool & The Gang, Village People, Earth Wind and Fire, Donna Summer, KC & The Sunshine Band, entre outros. Na sequência, a Off Wite Band mostrou todo seu talento e carisma interpretando o melhor do pop rock nacional e internacional de todas as décadas.









# SAPATEADO

MULHER e HOMEM

**Chegou!!!**

A mais nova loja de calçados na região da Pampulha.  
Venha conhecer!!!

Av. Guarapari, 48 Lj 04 - Santa Amélia - BH (31) 3309-4259

sapateadobh@hotmail.com



31 9123-4669

Schutz, Anacapri,  
Loucos e Santos,  
Orcade , Sollu,  
Sapateado e muito mais...

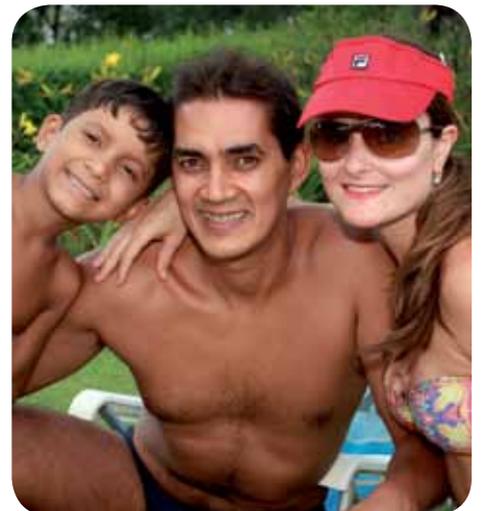
# VERÃO MUSICAL

PROJETO LEVA MÚSICA À PISCINA E MOVIMENTA O CLUBE AOS DOMINGOS



Sol, calor, piscina, espumante gelado e música da melhor qualidade. Esta combinação perfeita foi a tônica do Projeto Verão Musical, que levou shows especiais aos domingos no PIC Pampulha. Entre as atrações do primeiro semestre aconteceu a estreia da Off White Band que encantou o público com o talento dos jovens músicos. No repertório, músicas nacionais e internacionais para todos os gostos.

O clima de alegria e animação das turmas que se reúnem no Clube é contagiante. Nos flashes, é possível ver isso. Confira.







# HYUNDAI CAO PAMPULHA.

TUDO O QUE VOCÊ MAIS QUER PARA COMPRAR  
O SEU HYUNDAI ESTÁ AQUI.

Estrutura completa para venda de veículos novos e seminovos, peças de reposição e assistência técnica. E mais: 5 anos de garantia e as melhores condições para toda a linha.



VENHA FAZER O SEU TEST DRIVE.

**HYUNDAI**  
CAOA BELO HORIZONTE

PAMPULHA: AV. PRESIDENTE ANTONIO CARLOS, 6.531 - TEL.: (31) 3064-5959



CONSULTE CONDIÇÕES NO SITE

**CAOA**

 **HYUNDAI** | NEW THINKING.  
NEW POSSIBILITIES.



Pedestre, use sua faixa.

[www.caoa.com.br/hyundai](http://www.caoa.com.br/hyundai)

# DIA DAS MÃES

ALMOÇO EM FAMÍLIA E ESPETÁCULO DE COMÉDIA MARCAM O DOMINGO DAS MÃES NO PIC



No domingo, 10 de maio, o Clube comemorou o Dia das Mães com toda a Família PIC reunida. Além do tradicional almoço no Restaurante Panorâmico onde as mães foram convidadas de honra, os sócios e seus convidados puderam se divertir com o espetáculo “60 pra rir 2”.

No elenco, Christiano Junqueira e Leandro Nassif, com a participação especial do comediante Glauber Cunha (vencedor do programa da Ana Hickmann). A peça, que foi recorde de público na Campanha de Popularização do Teatro 2015, aconteceu no Espaço Tulipas com ocupação máxima.









# Renata Silva

Terapeuta / Professora de Shantala

- Massagens em gestantes
- Curso de Shantala em bebês

Atendimento em domicílio

Site: [www.renataterapeuta.com.br](http://www.renataterapeuta.com.br) / E-mail: [renata@renataterapeuta.com.br](mailto:renata@renataterapeuta.com.br) - Telefone: (31) 9649-6787

# PIC VERÃO RESORT

EDIÇÃO 2015 DO PROJETO TEVE RECORDE DE PÚBLICO NOS FINAIS DE SEMANA



O PIC Verão Resort edição 2015 foi realizado nos fins de semana de janeiro e fevereiro, na sede da Pampulha. A programação diversificada garantiu a presença de um público recorde nos finais de semana que prestigiou as variadas atividades oferecidas tanto para os adultos como para as crianças. Na programação, alongamento, gap, fit boxe, power up, dança (ritmos variados), power class, abdominal, pilates solo, circuito aeróbico, jump, jogos, brincadeiras, gincanas e torneios.

O projeto foi lançado em 2008 e a cada ano aumenta o número de

adeptos. São sócios que aproveitam para usufruir do clima descontraído das férias através das variadas opções de recreação e lazer oferecidas pelo Clube. As inscrições são gratuitas, feitas antes de cada atividade.







**ACOMPANHAR**  
Desde 2000  
acompanhando você!

## Associados PIC no ACOMPANHAR tem DESCONTOS ESPECIAIS!

### Acompanhamento Escolar e de Para Casa

**Reforço Escolar - Individual / Grupo**  
FUNDAMENTAL • MÉDIO - TODAS AS MATÉRIAS

**Alfabetização**

**MELHORES RESULTADOS**

- Autoestima
- Organização
- Superação das Dificuldades
- Autonomia
- Desejo de Aprender
- Melhor Desempenho Escolar

Desconto de 10 % nas mensalidades de Acompanhamento Escolar - (o desconto não se aplica à taxa de matrícula, aulas avulsas, reforço em grupo ou individual);  
Desconto de 10 % na tabela usada no ACOMPANHAR em seus atendimentos clínicos. (Psicologia, Neuropsicologia, Psicopedagogia, Fonoaudiologia e Nutrição);  
Desconto não acumulativo com outras promoções; Caso o aluno/cliente já seja aluno/cliente do ACOMPANHAR, após firmar parceria com o PIC, o desconto será válido no mês seguinte e não descontado no mês vigente.

**Alípio de Melo (Castelo)**  
31 3474-7693

**Cidade Nova**  
31 3564-6597

**Coração Eucarístico**  
31 3072-7715

**Jaraguá**  
31 3492-5534

**Pampulha (Ouro Preto)**  
31 2531-4302

[acompanhar.com.br](http://acompanhar.com.br)  
f /acompanhar

# BAILE INFANTIL

PRÊMIOS, MÚSICA E BRINCADEIRAS PARA A GAROTADA

O tradicional Baile de Carnaval Infantil do PIC mais uma vez foi marcado pela animação e alegria. Além das atividades recreativas e DJ, a garotada poderá participar do Concurso de Fantasias com premiações para os três primeiros colocados nas categorias Masculina e Feminina.

**Os ganhadores foram:**

**Meninas:**

**1º lugar:** Larissa Sarah C. Ferreira / **Minions** / 10 anos

**2º lugar:** Ana Rita Fagundes / **Bruxa** / 11 anos

**3º lugar:** Júlia Morangi, Laura Oliveira e Letícia Oliveira / **Havaiana** / 8-3-3 anos

**Meninos:**

**1º lugar:** Kaique Augusto D. Moreira / **Agente Swat** / 8 anos

**2º lugar:** Lucas Araújo Brener / **Mumia** / 05 anos

**3º lugar:** Pedro Henrique G. Pires / **Transformers** / 10 anos



# RESSACA DE CARNAVAL

BLOCO KEBRAÊ LEVA O RITMO DO SAMBA PARA O CLUBE E ANIMA FOLIÕES

O PIC realizou uma Ressaca de Carnaval, à beira da piscina, ao som do Bloco Kebraê, que interpretou grandes sucessos da música popular e carnavalesca. Em ritmo de samba, o repertório do Kebraê passeia pelo Axé, Pop-Rock, Sertanejo, Samba enredo e Funk. Para completar o clima de descontração foi realizado um aula de zumba que contagiou o público.



# RIO 2016

COMITÊ OLÍMPICO DA BÉLGICA VISITA INSTALAÇÕES DO PIC



O PIC, em parceria com a Bee Sport Network, recebeu no mês de maio representantes do Comitê Olímpico da Bélgica. O objetivo da visita foi apresentar as dependências da sede da Pampulha e disponibilizar nossa estrutura para que os atletas conheçam o país-sede antes dos Jogos Olímpicos de 2016, visando à concentração, o aperfeiçoamento do treinamento e sua aclimação às condições locais.

De acordo com o COB, os Jogos Rio 2016 serão da celebração e da transformação através do esporte. Segundo o regulamento do Comitê Organizador, esta transformação poderá

ser ampliada para todo o país com a escolha dos locais de treinamento Pré-Jogos.

Para o PIC, ter suas instalações aprovadas pelo Comitê Olímpico Brasileiro, além de reafirmar o incontestável padrão de qualidade do Clube, irá possibilitar o intercâmbio entre as diferentes culturas, auxiliando na divulgação e promoção do potencial esportivo e turístico de Belo Horizonte, além de contribuir para gerar uma maior conscientização da acessibilidade e inclusão esportiva e social.

Durante esta visita estiveram presentes: do Comitê Olímpico da Bél-

gica: Eddy De Smedt, Chef de Mission; Rudy Lahor, Project Manager; Philippe Preat, Team Leader Sports; e Veronique Collage, Liaison Officer Team Belgium. Da Bee Sports Network: Anna Pimenta e Frederico Pessoa. E do PIC: o presidente do Conselho Deliberativo, Edison Simão, o vice-presidente de Esportes, Rômulo Correa, e a gerente de Esportes, Taciana Oliveira

# ENTREVISTA COM ELIAS HADAD



**Elias Hadad**

Bastou meia hora de conversa para que eu me encantasse com as ideias e me contagiasse com o vigor e a jovialidade de um dos alunos mais aplicados e assíduos da Academia do PIC. Estou falando do doutor Elias Hadad que esbanja saúde, vitalidade e bom humor. “Nunca achei que viveria tanto. Próximo de chegar aos 87 anos ainda me sinto ativo física e mentalmente. Noto que o corpo não é tão obediente às ordens da mente. O corpo parece mais velho que a mente, mas os dois ainda se entendem razoavelmente”, brinca.

Os segredos da longevidade ele não esconde de ninguém. “Segui a velha recomendação: mente sã, num corpo sadio. Além dos conhecimentos médicos obtidos em minha formação e trabalho (formado em medicina pela UFMG, fez doutorado na cadeira de Terapêutica Clínica e especializou-se

em Cirurgia Geral), certifiquei-me de quais os fatores seriam importantes para mim, no decurso da vida. Aprendi a comer adequadamente, sem dietas, a ter atividade física disciplinada e atividade mental cultivada pelo estudo e pela leitura”, diz ele.

Natural de Ponte Nova/MG, Elias Hadad é filho de libaneses, casado com Beatriz, com quem tem três filhos, é sócio do PIC há 40 anos.

*“Frequentei muito o PIC com minha família aos domingos e feriados usufruindo daquele lindo Clube, com vista invejável para a Lagoa”, comenta.*

Amante do esporte, em especial do vôlei, cujo gosto iniciou-se ainda nos tempos do colégio Salesiano que foi a base de sua formação, o doutor Elias encontrou no PIC o Clube de sua preferência. Participou de vários campeonatos e torneios de vôlei. “Cheguei a ganhar várias medalhas. Após as partidas tudo terminava em festa em torno da cervejinha gelada, dos tiragostos deliciosos e dos bate-papos intermináveis com os amigos. Mas com o tempo, a peteca atraiu os adeptos do vôlei e o esporte foi se esvaziando”, lamenta.

Mesmo assim, doutor Elias não deixou de frequentar o PIC Pampulha. Mas com a inauguração do PIC Cidade abriu-se uma nova opção de lazer e foi na Academia do PIC, que frequenta há pelo menos 20 anos, que ele se reencontrou com o Clube de sua opção.

Doutor Elias sempre dedicou tempo com assiduidade e disciplina para o esporte, além de caminhar na Praça da Liberdade, frequenta a academia três vezes por semana, às terças, quintas e sábados, faz oito exercícios de musculação, indicados na ficha, e caminha 30 minutos na esteira. “A Academia do PIC é um presente para os sócios. Além da seriedade do trabalho dos profissionais, o ambiente é bonito e bem cuidado, é alegre, descontraído e espirituoso. Ideal para todos, inclusive para os idosos”, afirma.

Para quem não conhece, ele conta que a Academia ocupa um andar inteiro no PIC Cidade com equipamentos novos e modernos “de dar gosto”. Possui um corpo técnico integrado por especialistas para atender aos sócios e não-sócios, tem profissionais de educação física e fisioterapia. Oferece musculação, spinning, pilates e ginástica em ambientes com ar condicionado, além de estacionamento. Os professores são competentes e atenciosos, elaboram um programa adequado com exercícios específicos para cada aluno, que é renovado periodicamente de acordo com o rendimento de cada frequentador.

“Na minha experiência, um dos melhores meios para o idoso obter uma boa qualidade de vida, além dos recursos médicos, é a atividade física. Bem indicada e utilizada durante a vida, a atividade física é uma das melhores saídas nesta fase. A variedade de exercícios que os aparelhos oferecem é tão grande que é difícil encontrar um exercício que não seja indicado para os idosos”, defende.

Após uma longa rotina de trabalho que manteve como cirurgião e assistente na Faculdade de Medicina na Cadeira de Técnico Operatório, descobriu a psicanálise e dedicou-se à nova profissão que ainda exerce. Doutor Elias diz que sua vida hoje se baseia em trabalhar pouco, ler muito, viajar com frequência, especialmente para a Europa, e fazer atividade física regularmente. “Enquanto estiver por aqui, continuarei acreditando no modelo que adotei, cuja base é uma alimentação saudável e atividade física, especialmente na Academia do PIC”, comemora.

Para encerrar, ele lembra Norberto Bobbio, famoso filósofo e jurista italiano de cujo livro – O tempo da Memória – 5ª edição (Editora Campus) ele cita a página 35. ‘A fortuna tem os olhos vendados (...) Até agora estive sob proteção daquela que não vê, cujos protegidos, justamente porque foram escolhidos, às cegas, dela não podem se vangloriar. Mas, não estou em condições de responder à pergunta – Até quando? Não sei nem mesmo se meu fim será devido ao acaso, imprevisível e imponderável ou ao destino, e portanto a um acontecimento previsto e ponderado, desde o início de meus dias, por um poder que desconheço.

Não sei, nem quero saber. O acaso explica muito pouco, a fatalidade explica demais. Só a crença na vontade livre, se é que a liberdade de querer não é também ela uma ilusão,

nos ajuda a acreditar que somos donos de nossa própria vida. No entanto, ainda, que em geral, ninguém deseja morrer (...) a morte chega igualmente para todos’.



Elias Hadad entre os professores Saulo, Filipe e Camila e o Fisioterapeuta Hilton na Academia do PIC Cidade



**De Segunda a Sexta-feira, das 7h às 21h.**

**Venha descobrir os benefícios do Pilates.  
Agende uma Aula Experimental.**

Flexibilidade, Alongamento, Correção postural,  
Alívio das tensões, Força muscular, Relaxamento.



**Local:** PIC Cidade - Rua Cláudio Manoel, 1185 - Funcionários / **Informações:** (31) 3143-1184

# LUAU SPINNING

**Em setembro**  
no PIC Pampulha

**Para sócios,**  
alunos da Academia  
e convidados!



**Aguardem!**

---

# QUINTA MUSICAL

PROJETO MUSICAL ESTARÁ DE VOLTA NAS NOITES DE QUINTA FEIRA

A partir da segunda quinzena de julho o projeto “Quinta Musical” estará de volta no Espaço Tulipas do PIC Pampulha.

Além do cardápio especial e diferenciado, a programação prevê boa música e o bate papo agradável com os amigos.



# Academia DO PIC

**Seu objetivo  
é a nossa meta**

**Planos para Sócios a partir de R\$97,50\***

\* Plano anual para ginástica ou musculação

*Novos Planos válidos a partir de Agosto de 2015*

**Consulte os Planos para Não-Sócios  
e Conveniados** (exclusivos para o PIC Cidade)

Informações: [www.pic-clube.com.br/academia](http://www.pic-clube.com.br/academia)  
PIC Cidade - 3516-8276 / PIC Pampulha - 3516-8311



## EQUIPE DE TÊNIS DISPUTA TORNEIOS DE NÍVEL NACIONAL

No mês de janeiro, os atletas da Equipe de Tênis do PIC participaram de vários torneios pelo Brasil e tiveram destaque em todas as categorias.

### Salvador (de 06 à 09/01)

#### 12 anos Masculino

- Lucas Abreu (Campeão)
- João Victor Loureiro (Vice-campeão)
- Lucas Abreu e João Victor Loureiro (Campeões Duplas)

#### 16 anos Feminino

- Mariane Lima (Campeã)
- Maria Vitória Salomão (Vice-campeã)

#### 16 anos Masculino

- Pedro Bustamante (Campeão)

#### 18 anos Masculino

- Gabriel Padrão (Vice-campeão)

### Maceió (de 10 à 13/01)

#### 12 anos Masculino

- João Victor Loureiro (Campeão)
- Lucas Abreu e João Victor Loureiro (Campeões Duplas)

#### 16 anos Feminino

- Mariane Lima (Campeã)
- Brenda Duarte (Vice-campeã)

### João Pessoa (de 14 à 17/01)

#### 12 anos Masculino

- João Victor Loureiro (Campeão)

#### 18 anos Masculino

- Gabriel Paiva e Gabriel Padrão (Campeões Duplas)

### Copa São Paulo (de 19 à 25/01)

#### 12 anos Masculino

- João Victor Loureiro (vice-campeão)
- João Victor Loureiro (vice-campeão Duplas)

#### 18 anos Feminino

- Ana Carla Resende (Campeã)

### Vitória (de 20 à 25/01)

#### 16 anos Feminino

- Mariane Lima (Campeã)

### Vitória (de 26 à 31/01)

#### 16 anos Feminino

- Mariane Lima (Campeã)



Pedro Bustamante - Campeão em Salvador - Categ.16 anos com o treinador Roberto Bretas



Treinador Bruno Baeta e Ana Carla Resende, Campeã da Copa São Paulo, Categ.18 anos



Treinador Bruno Baeta e João Victor Loureiro, Campeão em João Pessoa, Categ.12 anos



Melhor jogador do Campeonato: Lucas Ribas com o Presidente da FEMPE Eustáquio Queiroz



Gabriel Dutra e Gabriel Paiva - Campeões Duplas em João Pessoa - Categ.18 anos



Equipe de Tênis do PIC

## TENISTAS DA EQUIPE DO PIC SE DESTACAM NO RANCKING NACIONAL

A Equipe de Tênis do PIC continua fazendo bonito. Em fevereiro, disputou duas etapas da Copa Minas, G2 Nacional, em Belo Horizonte, tendo como atletas destaques Ana Carla Resende, Campeã da primeira etapa, categoria até 23 anos; Lucas Abreu, Campeão da Primeira e Segundas etapas, categoria 12 anos; Mariane Borboleta Lima, vice campeã da primeira etapa e semi-finalista da segunda etapa, categoria 16 anos; e Gustavo Gil, vice-campeão da segunda etapa.

Em março, a equipe disputou o G1 Nacional, em Montes Claros, e trouxe mais alguns troféus na bagagem. Lucas Abreu foi campeão e João Victor Loureiro vice-campeão, da categoria 12 anos; Mariane Borboleta Lima Campeã, Maria Vitória Salomão e Brenda Duarte semi-finalistas, da categoria 16 anos; e Gustavo Gil, semi-finalista da categoria 14 anos.

Abaixo o Rancking Nacional de alguns dos atletas da Equipe do PIC: (fonte site: [www.cbtenis.com.br](http://www.cbtenis.com.br))

- **Lucas Abreu** - Nº 1 do Rancking - Categ. 12 M.
- **João Victor Loureiro** - Nº 2 do Rancking - Categ. 12 M
- **Mariane Borboleta** - Nº 5 do Rancking - Categ. 16 F
- **Ana Carla Resende** - Nº 4 do Rancking - Categ. até 23 F.



Gustavo Pedercini - Campeão Copa Minas



Lucas Abreu, Campeão e João Victor Loureiro, Vice Campeão categ.12 anos - Montes Claros



Mariane Borboleta - Campeã na Categoria 16 anos - Montes Claros

## CONFRATERNIZAÇÃO DOS ALUNOS DE TÊNIS

O professor Fábio Francisco organizou um Torneio de Confraternização entre os alunos de tênis do PIC, seguido de um belo rodízio de pizza.

**Os campeões foram:**

- Categoria Avançado Feminino: Marlene Corrêa
- Categoria Avançado Masculino: Cristiano Madureira
- Categoria Intermediário: Rafael Katahira



Marlene Corrêa - Campeã Avançado Feminino



Cristiano Madureira - Campeão Avançado Masc.



Rafael Katahira - Campeão Intermediário Mista

## TENISTAS DO PIC BRILHAM NO CIRCUITO JUVENIL CORREIOS

A tenista da Equipe do PIC, Ana Carla dos Santos Resende, foi campeã da etapa de Londrina do Circuito Juvenil Correios, um dos torneios mais importantes do Brasil, que foi realizado neste mês de abril. Na Categoria Duplas, João Victor Loureiro e Lucas Abreu conquistaram o vice-campeonato.



Ana Clara R. dos Santos Resende - Campeã da etapa de Londrina  
Circuito Juvenil Correios



João Victor Loureiro e Lucas Abreu - Vice Campeões duplas da etapa de  
Londrina - Circuito Juvenil Correios

## TORNEIO CONFRATERNIZAÇÃO DE TENIS

O Torneio Confraternização de Tênis reuniu 42 tenistas do PIC em um evento onde prevaleceu o clima de amizade. A dupla campeã foi Déborah Garcia e Guilherme Starling e a vice-campeã, Walter Motta e Zoltan Zapella.



Campeões Guilherme Starling e Déborah Garcia



Vice Campeões Walter Motta e Zoltan Zapella

## ATLETAS NO SUL AMERICANO DE TÊNIS

Os atletas do PIC, Lucas Abreu e João Victor Loureiro, sagraram-se Campeões, juntamente com os demais integrantes da Equipe Brasileira, Pedro Boscardin (SC) e Ricardo Schlachter (capitão da Equipe), no Campeonato Sul Americano de Tênis, realizado na Venezuela. Segundo o técnico, Hugo Daibert, trata-se de uma conquista muito importante para todos os envolvidos.



Pedro Boscardin, Ricardo Schlachter, Lucas Abreu, João Victor Loureiro, Campeões Sul Americano na Venezuela

Venha conhecer o BEST WESTERN PLUS Pampulha, o hotel boutique mais charmoso de Belo Horizonte!

Desfrute do ambiente acolhedor dos apartamentos e da bela vista da Lagoa da Pampulha no deck do hotel.



BEST WESTERN PLUS  
Pampulha Design Hotel

Rua Otacilio Negrão de Lima, 16410  
Pampulha • Belo Horizonte MG  
Reservas (31) 3505-9464  
[www.hotelariabrasil.com.br](http://www.hotelariabrasil.com.br)

## CAMPEONATO MINEIRO DE PETECA 2015

Durante a primeira etapa do XXVII Campeonato Mineiro de Peteca, realizada no Praia Clube de Uberlândia-MG, o PIC foi representado por duas duplas: na Categoria Adulto (21 a 29 anos), e na Categoria Master (50 a 57 anos).

As duas duplas obtiveram 12 pontos com os respectivos vice-campeonatos na classificação geral. O atleta do PIC Lucas Ribas foi eleito o Melhor Jogador da etapa do Campeonato Mineiro por votação dos árbitros,

representantes da federação e coordenadores do evento. Ainda restam três etapas a serem disputadas.

Na Categoria Adulto, o PIC foi representado por Lucas Ribas e Ricardo Delgado, que venceram na semifinal a terceira melhor dupla do Brasil atualmente, Fernando Spini e Marco Túlio, do Praia Clube, por 2 sets a 1, parciais 09/08 - 06/07 - 16/14, no melhor jogo do campeonato. Na final, enfrentaram a dupla número 1 do Brasil na atualidade, João Pedro e Vitor Nunes, do

clube OiArt, de Belo Horizonte, fizeram um jogo duríssimo e garantiram o vice-campeonato com 2 sets a 0, parciais 08/07 - 06/01).

Na Categoria Master, o Clube foi representado por Alexandre Barbosa, o Moreno, e Maurício Flávio, que venceram todos os jogos. Na final, perderam para os donos da casa, Gilberto e Muído, em um jogo disputadíssimo, por 2 sets a 0, parciais de 09/03 e 05/04.



Lucas Ribas - Melhor jogador do Campeonato com o Presidente da FEMPE Eustáquio Queiroz



Lucas Ribas e Ricardo Delgado Vice Campeões Categoria Adulto



## COPA LIBERTADORES

A Copa Libertadores invadiu o PIC nos dias 23, 24, 30 e 31 de maio. Divididas nas categorias sub 7, sub 10 e sub 15, as 80 crianças inscritas participaram de uma competição que, acima de qualquer disputa, ofereceu socialização, disciplina e muita diversão. Foram quatro dias bem movimentados em que a Família PIC torceu, vibrou e incentivou a garotada do início ao fim. O PIC parabeniza os participantes, os pais e a equipe organizadora pelo grande evento. Confira os resultados:

### Sub 07

- Campeão: Colo Colo - Davi André, Fabrício Augusto, Gabriel Rocha, Guilherme Loiola e João Vitor
- Artilheiro: Linus Lopes - Boca Juniors e Lucca Vargas - River Plate
- Melhor goleiro: Caio Costa - Santa Fé
- Destaque: Fermín Silberkasten - Santa Fé

### Sub 10

- Campeão: River Plate - Arthur Alvarenga, Bernardo Almeida, Caio Diniz, Felipe Teixeira, Kaique Malagoli e Pedro Fajardo
- Artilheiros: João Paulo Torres - The Strongest
- Melhor goleiro: Otavio Roberto - Boca Junior
- Destaque: João Pedro - Colo Colo

### Sub 15

- Campeão: Colo Colo - Arthur Camargos, Caio Vinícius, Leonardo Caroti, Lucas Mesquita, Vitor Vilela e Vinícius Cerqueira
- Artilheiro: Leonardo Caroti - Colo Colo
- Melhor goleiro: Nicolas da Mata - River Plate
- Destaque: Marcela Toffalini - Boca Junior e Arthur Rezende - River Plate



## AMISTOSO PIC X MACKENZIE

A escolinha de futsal do PIC, comandada pelo professor Ícaro, mais conhecido como DJ, realizou, em maio, um amistoso contra a escolinha de futsal do Mackenzie Esporte Clube, comandada pelo professor Rafael Cozzi, nas categorias Sub 7 e Sub 10. Parabenizamos os professores, atletas e pais que fizeram deste jogo uma grande diversão.



## DJ FEST FOOTBALL CLUB

O Dj Fest Football Club - time formado pelos alunos da Escolinha do PIC - foi a campo para colocar em prática todo conhecimento assimilado nos últimos três anos, sob o comando do professor Icaro Carvalho, mais conhecido como DJ, (apelido que deu origem ao nome do time).



O jogo foi realizado no campo do Dom Orione, contra o BH United Futebol Clube. A partida começou “pegada”, com os atletas um pouco perdidos pela fraca estrutura do gramado e o não conhecimento total do adversário. Mas, a partir dos primeiros 10 minutos, o time se soltou e os gols fluíram naturalmente.

Liderado pelo capitão Jorge Zakur (7), o Dj Fest Football Club ditou o ritmo da partida, trabalhando bem a bola e com uma marcação impecável de Victor Marini (3), que teve uma bela atuação o que resultou no prêmio de “Melhor Atleta em Campo”. O time conseguiu se impor com brilhantes jogadas de Rodrigo (8), Severo (9) e Vitinho (14), os gols aconteceram e a vitória se consolidou. No final, 5x1 com dois gols de Severo, um de Rodrigo, Ernesto e João Marcus. Uma grande estreia fruto da dedicação e do entrosamento dentro de campo.

## AMISTOSO PIC X AMÉRICA

A escolinha de Futsal do PIC recebeu a escolinha do América para amistosos nas categorias sub 7, sub 9 e sub 11. Segundo o professor Ícaro Carvalho, mais conhecido como DJ, esses jogos são importantes para que a garotada possa colocar em prática o que aprenderam em aula, controlando suas emoções e socializando com outras crianças.



## CLÍNICA DE JUDÔ

O associado Fabiano Rodrigues, conhecido como Bokinha, realizou uma Clínica de Judô para sócios de todas as idades. Na oportunidade, crianças e adultos puderam se divertir juntos e conhecer a base fundamental deste esporte que é o respeito, a integridade e a disciplina.



## 1ª COPA BEACH TENNIS LAGOA SANTA

Confirmam os resultados dos atletas do PIC na 1ª Copa Beach Tennis Lagoa Santa

### Simple Masculine B

- Campeão - Marcelo Ferraz
- Vice-campeão - Bruno Coelho
- Semi - Davidson Zandona

### Mista Profissional

- Participação de Débora Garcia, atleta do PIC - pontos válidos para o ranking internacional

### Mista B

- Campeões – Felipe Campos e Ana Paula Cunha
- Vice- campeão – Marcelo Ferraz

### Feminino Profissional

- Participação destacada de Débora Garcia, atleta do PIC, com pontos válidos para o ranking internacional

### Masculino B (foto)

- Campeões - Davidson Zandona e Bruno Coelho
- Vice-campeões - Sergio Alexandre e Felipe Campos



# DICAS DE SAÚDE

## GRIPE



**Dr. Jamil Nahass**  
Vice-presidente da Área de Saúde

Com o objetivo de minimizar o número de casos da Gripe A, causada pelo vírus H1N1, o Dr. Vinay Goyal, uruguaiano reconhecido mundialmente, diretor de um departamento de medicina nuclear, tiroídica e cardíaca, publicou importantes orientações que transcrevemos a seguir.

Segundo Goyal, as únicas vias de acesso para o vírus da gripe são as narinas, a boca e a garganta. “Em relação a esta epidemia tão vastamente propagada, apesar de todas as pre-

cauções, é praticamente impossível não estar em contato com portadores do vírus que a promove”, afirma.

“Contudo, diz ele, alerta que o problema real não é tanto o contato com o vírus, mas a sua proliferação. Enquanto estamos em boa saúde e não apresentamos sintomas de infecção da gripe A (H1N1), há precauções a serem tomadas para evitar a proliferação do vírus, o agravamento dos sintomas e o desenvolvimento das infecções secundárias”. Infelizmente, lamenta o especialista, estas precauções, até simples, não são divulgadas suficientemente na maior parte das comunicações oficiais”.

Seguem algumas precauções sugeridas pelo Dr. Vinay Goyal:

1. Lave as mãos frequentemente.
2. Evite, na medida do possível, tocar no rosto com as mãos.
3. Duas vezes por dia, sobretudo quando estiver em contato com outras pessoas, ou quando chegar em casa, faça gargarejos com água morna contendo sal de cozinha.

Do momento em que a garganta e as narinas são infectadas até o aparecimento dos sintomas leva de 2 a 3 dias. Os gargarejos feitos regularmente podem prevenir a proliferação do vírus. De certa maneira, os gargarejos com água salgada têm o mesmo efeito, numa pessoa em estado saudável, que a vacina sobre uma pessoa infec-

tada. “Não devemos subestimar este método preventivo simples, barato e eficaz. Os vírus não suportam a água morna contendo sais”, afirma o especialista.

4. Ao menos uma vez por dia, à noite, por exemplo, limpe as narinas com a água morna e sal. Assoe o nariz com vigor, e, em seguida, com um cotonete (ou um pouco de algodão) mergulhado numa solução de água morna com sal, passe nas duas narinas. Este é outro método eficaz para diminuir a propagação do vírus. O uso de potes nasais para limpeza das narinas, contendo água morna e sal de cozinha, é um excelente método para retirar as impurezas que albergam os vírus e bactérias; trata-se de um costume milenar, da Índia.

5. Reforce o seu sistema imunitário comendo alimentos ricos em vitamina C. Se a vitamina C for tomada sob a forma de pastilhas ou comprimidos, assegure-se de que contêm Zinco, a fim de acelerar a absorção da vitamina C.

6. Beba tanto quanto possível bebidas quentes (chás, café, infusões etc). As bebidas quentes limpam os vírus que podem se encontrar depositados na garganta e em seguida depositam-nos no estômago onde não podem sobreviver, devido ao PH local ser ácido, o que evita a sua proliferação.

## NOTA

Com o objetivo de equipar e modernizar o ambulatório médico do PIC Pampulha, recentemente a diretoria adquiriu três novos aparelhos top de linha: aparelho de aferir pressão (Tykos), estetoscópio (Liptman) e um otoscópio (Tykos), para examinar o ouvido. Lembramos que o Bafômetro continua disponível no ambulatório, com preço reduzido para R\$1,50.

# A FUTURA É PRA VOCÊ.

Seja qual for sua necessidade de impressão, temos uma certeza: Podemos atendê-lo em qualquer projeto com a melhor qualidade gráfica, rapidez e excelência. Venha conferir nossa tecnologia exclusiva e surpreenda-se.

**A Futura é pra você. Conte com a gente.**

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

**FUTURA**  
e x p r e s s

(31) **4009.0000**

Av. Bias Fortes, 162, Lourdes, BH - MG

# Linha Honda 2015 na Banzai Pampulha.

 Grupo  
Bonsucesso



Honda você  
compra melhor  
na Banzai..

Esperamos você para  
fazer um test drive.

Agende a revisão do seu Honda na Banzai Pampulha  
e aproveite os descontos especiais em nossa oficina.

**Banzai. Prazer em atender e alegria em cuidar do seu Honda.**

Av. Antônio Carlos, 7.635 | 31 3401.4100  
banzaihonda.com.br



**Banzai**

 Todos juntos fazem um trânsito melhor