



REVISTA

São Carlos Clube

Publicação mensal oficial aos associados

São Carlos, Ano 3
Ed. 44 | Setembro de 2015

PATRIMÔNIO VERDE DO SCC

Entrevista
O senhor das árvores

Memória
As sementes que deram frutos

Especial
Mais um ano de vida

SOPHIA JORGE
Edifício Residencial

LANÇAMENTO

54 m²
área privativa

Localizado a 200m da USP I (entrada da matemática), com amplo comércio local e muita praticidade, o residencial Sophia Jorge oferece:

- ✦ Acabamento diferenciado;
- ✦ Planejados (cozinha e wc);
- ✦ Luminárias tipo plafon;
- ✦ Vaga para cadeirante;
- ✦ Bicicletário;
- ✦ Porcelanato;
- ✦ Box em vidro;

1^e 2 Dormitórios
1 vaga

no melhor bairro para
Investir ou Morar

Pav. Central Residencial 130

Construção e Incorporação



Vendas
exclusivas

CARDINALI
Imobiliária



2107 8000 2107 8001
Centro Sta. Felícia

www.icardinali.com.br



Agenda

Saia da rotina.....07



Memória

O sonho que virou realidade.....08



Entrevista

O herói verde..... 10



Nossos Talentos

Os homens que cuidam das cores..... 12



Click Social

Entrando em cena..... 14



Especial

71 anos de história..... 16



Por dentro do Clube

Bom mesmo é envelhecer..... 25



A REVISTA DO SÃO CARLOS CLUBE é distribuída por mala direta mensal a todos os seus sócios titulares e portos comerciais. É vedada cópia ou reprodução dos espaços publicitários por qualquer meio de comunicação sem prévia autorização por escrito. Programaço, layout e arte-finalização.
 Tiragem de 3.600 exemplares.
 Visite: www.saocarlosclube.com.br

Sede Avenida: Av. São Carlos, 1919 - Centro - São Carlos, SP - Telefone: (16) 3362-6238
 Sede de Campos: Rua Ruth Bion Souto, 141 - Centro - São Carlos, SP - Telefone: (16) 3362-6200
 Departamento de Relações Públicas: (16) 3362-6229 - rp@saocarlosclube.com.br

Jornalista Responsável:

Ana Paula Velloso - MTR-0079877/SP

Textos:

Ana Paula Velloso e Débora Corrêa

Diagramação:

Diego Carlos Bertolino

Revisão:

Dilene Ribeiro Martins

Impressão:

Gráfica Conivell

CAROS ASSOCIADOS

Ao homenagear todos os pais, a atual diretoria iniciou uma nova etapa de nossa gestão: a retomada da programação de eventos culturais e sociais. Graças aos esforços dos atuais diretores, o último mês foi marcado por novos eventos para nossos queridos associados.

Toda a Diretoria Continua a trabalhar exaustivamente na busca do equilíbrio financeiro, porém sem se esquecer de atender os anseios e pedidos por novas atividades.

Cultivar um ambiente familiar com uma programação abrangente e diversificada atendendo a todas as gerações de usuários de nosso clube é um desafio que move a atual gestão.

Por isso, a programação continua diversificada e para toda a família. No infantil, celebraremos o Dia da Árvore, valorizando um dos patrimônios do clube de campo, em ação socioambiental a ser desenvolvida com nossas crianças. Além deste evento, teremos também atividades de contação de histórias, oficinas lúdicas e recreações monitoradas.

A Música ao Vivo será marcante e trará novidades como a "Violada no Bosque" e uma apresentação de Jazz na boate do clube.

No parque esportivo, continuaremos com as nossas atividades e torneios, acrescidos de uma competição inédita de Atletismo e da nossa garotada, com o campeonato de Futebol Menor.

Para os nossos "atletas" mais experientes teremos início da nova fase do Torneio de Tranca e a retomada do tradicional Chá da Tarde.

Por fim, todos os esforços tem o objetivo de valorizar a presença dos nossos sócios, de atender as demandas e manter o ambiente familiar. Alcançar estes objetivos é a meta da atual diretoria.

Caio Graco Hortenzi Vilela Braga
Presidente

CAROS ASSOCIADOS

No dia 28 de julho de 2015, o Conselho Deliberativo do São Carlos Clube se reuniu para discutir e propor soluções para o equilíbrio financeiro do nosso Clube. A reunião foi marcante. Os membros do Conselho Deliberativo, durante horas, debateram e aprovaram as solicitações da Diretoria Executiva. Essas solicitações dizem respeito à contratação de um empréstimo bancário a baixos juros, ao adiantamento da reposição do fundo de reserva e à possibilidade de renegociação de insumos e tributos. O Conselho Deliberativo aprovou, também, a abertura de edital para a contratação de serviços especializados para realizar auditoria nos balanços do São Carlos Clube.

O Conselho Deliberativo do São Carlos Clube se mostrou comprometido com a defesa dos interesses dos associados, preocupado em acompanhar, fiscalizar e auxiliar a Diretoria Executiva na administração do SCC.

Hoje, o Clube passa por um período delicado em suas questões financeiras, mas com a situação sob controle. As decisões tomadas na referida reunião do Conselho Deliberativo foram positivas e decisivas para que essas questões sejam solucionadas no curto prazo.

O Conselho Deliberativo é a instância decisória maior do São Carlos Clube. Representa todos os associados e é responsável por fiscalizar e orientar a Diretoria Executiva, além de cuidar das decisões estratégicas do nosso Clube. Temos certeza de que estamos cumprindo com o nosso importante papel.

Abraços a todos os associados e a todos os conselheiros.

Lauriberto Paulo Belém
Presidente do Conselho Deliberativo
Miguel Antonio Bueno da Costa
Vice-Presidente do Conselho Deliberativo

Voe mais Alto



**UPPER
ENGLISH**

Inglês e espanhol

Fone: (16) 3413-5005

Horários especiais
para turmas de adultos

OFICINA DE ARTES

A Oficina de Artes do São Carlos Clube oferece uma pluralidade de atividades artísticas para crianças de 5 a 15 anos, como pintura em tela, em tecido, em vidro, madeira, além de trabalhos manuais com argila, desenho, nanquim, dentre outras, com o objetivo de estimular a criatividade dos alunos com materiais a serem trabalhados, como texturas e cores.

A fim de melhor atender a seus associados, a partir do mês de setembro, as aulas passam a ser na Antiga Academia da Sede de Campo. Participe!



Diretoria Executiva

Caio Graco Hortenzi Vilela Braga

Dimas Antonio Alves de Figueiredo

Marcio Antonio Pariel

Nadim Remaili

Fernando Celso Rizzo Jr

Carlos Luis Fabiano Jr

Dagoberto Dario Mori

Jeferson Lopes

Edison Martins Miron

Renato Aurelio Loclento

Antônio Carlos Fonseca Siqueira (Zuza)

Eduardo A. Burihan

Paulo Brasileiro

Presidente

Vice-presidente

Diretor Administrativo

Diretor Administrativo Adjunto

Diretor financeiro

Diretor Financeiro Adjunto

Diretor de Patrimônio e Obras

Diretor Social

Diretor Geral de Esportes

Diretor Cultural

Diretor de Sede

Diretor Jurídico

Diretor de Relações Públicas

Conselho Deliberativo

Lauriberto Paulo Belém

Miguel Antonio Bueno da Costa

Massahiro Sérgio Koto

Rui Cleiton Leite De Oliveira

Presidente

Vice-presidente

1º Secretário

2º Secretário

Conselho Fiscal

Raimundo José de Souza

Renato Paschoal Neto

Julio Cesar Rodrigues Nunes

Presidente

1º Membro Eletivo

2º Membro Eletivo



Programação do Mês

Contação de Histórias

"A cigarra e a formiga" - Irmãos Grimm

06/09 às 11h no espaço de monitoria do Bar do Bosque.
Monitoria infantil das 10 às 15h com pinturas e oficina.



Violada com João Carlos e Bruno

11/09 às 19h30 no Bar do Bosque, com a participação especial de Heytor Vianna.

Oficina de Origami

19/09 às 15h na antiga academia da Sede de Campo, com o Grupo Karkushin.



Teatro

"Deméter e Perséfone: a primavera na mitologia grega"

20/09 às 11h no espaço de monitoria do Bar do Bosque.
Monitoria infantil das 10 às 15h com pinturas e oficina.

Voz e Violão com Maria Butcher e André de Souza

25/09 às 19h30 no Bar do Bosque.



Noite especial com Jazz by Jes Condado

26/09 às 21h na Boate do SCC.

Música ao Vivo com Vinil 78

02/10 às 19h30 no Bar do Bosque.





As sementes que germinaram um sonho

Esses seres gigantes, imponentes, por vezes, passam despercebidos aos olhos desatentos. Encanta saber que muitas dessas árvores foram plantadas antes mesmo de termos nascido, muitas vezes bem antes. Por um belo acaso do vento, obra de um passarinho ou pelas mãos cuidadosas de alguém, aquela sementinha ou muda pequenina cresceu e, majestosa, agora oferece abrigo e alimento às aves e outros bichinhos, além de sombra para nossos momentos de descanso.

Foi graças à fé e ao pioneirismo do ex-presidente Waldemar de Senzi que, em 1977, teve início o projeto de arborização da Sede de Campo do São Carlos Clube. Visionário, esse são-carlense deixou um legado às novas gerações, que agora podem desfrutar do frescor das sombras de mais de 140 árvores espalhadas pelo Clube, além de contemplar várias espécies de flores que encantam nossos olhos principalmente agora, com a chegada da primavera.



O senhor das árvores

O ex-presidente Waldemar de Senzi, pioneiro na implantação do projeto arborístico do São Carlos Clube, revela as dificuldades e glórias de seu empreendimento verde

Como surgiu a ideia de arborizar o Clube? Você sempre teve ligação com a natureza?

Eu e minha saudosa esposa, Maria Lúcia, e Luci, sempre tivemos uma ligação muito forte com a natureza. Nossa casa tinha um grande quintal, com muito verde e árvores frutíferas. Então, pensamos: "Por que não transformar o Clube em um grande jardim coletivo?". Foi isso o que fizemos e, sem dúvida, Luci foi uma grande colaboradora desse empreendimento verde.

Você se espelhou em algum projeto?

Foi uma idealização conjunta. O arquiteto, Dr. Luiz Gastão de Castro Lima, deu várias sugestões e até fez um esboço do projeto para a Sede de Campo - projeto colocado em prática na construção do prédio administrativo e no antigo Salão de Baile. Além dessa contribuição, o resultado que temos hoje é fruto do tra

balho excepcional da equipe de jardineiros da época, do Pedro Yabuk, colaborador de primeira linha, que deu muitas ideias, além das sugestões de Luci, outra amante da natureza, e das dicas de alguns sócios.

Como foi a recepção dos associados à ideia? E, depois, com os primeiros resultados?

Como toda mudança implica adaptação a uma nova cultura, enfrentei críticas e tive que ser firme, convencendo os associados de que era necessário extinguir o estacionamento na entrada do Clube para oferecer o melhor às futuras gerações, bem como elevar a grandeza do mesmo com a sua futura paisagem e contribuição socioambiental. Os sócios estavam acostumados a estacionar os veículos perto da sauna. Eles não queriam que o estacionamento fosse "sacrificado". Tive que ser corajoso para fazê-los aceitar a mudança. Felizmente, com o plantio, todos acabaram refletindo sobre a importância do empreendimento e deram até sugestões de onde deveríamos plantar as mudas.





Você se tornou responsável pela linda paisagem e o clima agradável desfrutado por muitas gerações do SCC. Qual o sentimento? Você sente orgulho dessa ação?

O sentimento é de dever cumprido. Acredito que dei minha contribuição para o Clube, "plantando as

sementinhas que deram frutos". Eu não poderia deixar de citar o presidente José Gullo Filho, vice na minha gestão, e o diretor de Sede da época, Gabriel Dias, que apoiaram incondicionalmente o projeto. Inclusive, José Gullo Filho deu continuidade ao trabalho arborístico em sua gestão (1980/1981). A todos, gratidão!



Após o término de sua gestão (1977), Waldemar de Senzi sugeriu que se plantasse a canteiro da cerca do Parque Aquático, para evitar que os associados entrassem no local pelo lado errado e para embelezar ainda mais a paisagem do Clube. A sugestão, muito bem aceita, foi colocada em prática pelo presidente José Gullo Filho.



As mãos que embelezam nosso Clube

Com mãos de artistas, os jardineiros do SCC preservam a beleza paisagística da Sede de Campo, plantada há mais de quatro décadas

A equipe de jardineiros do São Carlos Clube, com muita destreza e carinho, cuida para que nossa flora se mantenha viva e

sempre deslumbrante. Em depoimento à **Revista do SCC**, eles revelam o que lhes é mais gratificante na profissão. Confira:



"É muito gratificante contribuir com o visual verde do Clube, plantando novas espécies, mas o mais bonito é fazer a manutenção das espécies que praticamente nasceram com o SCC. Acho que minha grande contribuição é manter essa tradição. Gosto de todas as árvores, em especial as frutíferas, que nasceram com o trabalho de minhas mãos, e a araucária, que fica no meio do Bosque."

Aurelino Pereira Gonçalves, jardineiro do Clube há mais de seis anos, cuida das árvores e demais espécies do Bosque

"A beleza da minha profissão é saber que, a cada dia de trabalho, ajudo o meio ambiente e a natureza. Tenho uma grande satisfação em poder lidar com a natureza. Não tem como não gostar das plantas e árvores, tenho carinho por todas, mas meu apego é com o novo jardim, que eu plantei do lado de fora do Clube, na Rua Episcopal."

Denilson Pedro Salles, jardineiro do Clube há seis anos, cuida das árvores e espécies próximas ao ginásio, campo e Rua Episcopal





“É um imenso prazer cuidar das espécies que foram plantadas há alguns anos no SCC. Tenho amor por todas as plantas e árvores, e confesso que a gente nunca sabe o nome de todas as espécies, mas estou adquirindo livros para melhorar meu conhecimento. É uma grande satisfação poder trabalhar aqui no Clube – nesse ambiente agradável e bonito. Me dedico, pois aqui é o lugar onde faço o que gosto e onde pretendo trabalhar até me aposentar.”

Marco Rogério de Souza, jardineiro do Clube há quatro meses, cuida das espécies do canteiro central até as localizadas próximo ao estacionamento 2 – perto da academia

“Minha missão como jardineiro do SCC é a de proporcionar um ambiente limpo e bonito, o que é muito prazeroso, pois amo as plantas e adoro o cheiro das flores. De todas as espécies verdes do Clube, tenho maior carinho pelas sibipirunas do canteiro central, que são rodeadas pelos pingos-de-ouro. A sombra das sibipirunas é uma maravilha: enquanto trabalhamos, elas amigavelmente nos refrescam!”

Oswaldo Antônio Gonçalves, jardineiro do Clube há 15 anos, cuida do canteiro central e das demais espécies da entrada da Sede de Campo – espaço anteriormente atendido com extrema dedicação pelo jardineiro Pedro Yabuki



Homenagem

“E do canteiro central, estão cuidando certinho?”

A pergunta simpática é do japonês que trabalhou por muitos anos plantando, podando e fazendo a manutenção da flora da Sede de Campo. Considerado o “braço direito” de Waldemar de Senzi, na época em que o ex-presidente implantou o projeto de arborização no Clube, Pedro Yabuki foi o grande colaborador no legado deixado por Waldemar.



Com 78 anos, afastado do trabalho por problemas de saúde, o querido jardineiro passou grande parte da vida se dedicando ao campo, a terra e, nos últimos anos, à construção da bela paisagem da Sede de Campo. Em entrevista, ele comentou que gosta muito de suas mudas de pingo-de-ouro, plantadas com muito amor em volta das sibipirunas do canteiro central, e se lembrou com carinho das amigáveis conversas com os associados que o procuravam para perguntar o nome de alguma espécie de árvore do Clube. Para ele, o segredo de manter um bom jardim é tratá-lo com amor. “Para que uma planta, flor ou árvore se desenvolva bem, não há segredo: é preciso somente amor! Você já viu alguma espécie crescer bonita em uma casa onde as pessoas não gostam de flor?”, brinca.



Almoço Dia dos Pais

No Domingo dos Pais, o SCC ofereceu o melhor do samba regional a seus associados e familiares com a apresentação do grupo "Os Quarentões" no Bar do Bosque. Confira alguns dos momentos especiais.

Fotos: Ana Paula Viera





Oficina de Pipas

O Domingo dos Pais foi animado e regado a muita brincadeira e diversão com a realização da Oficina de Pipas, que trouxe muitos familiares ao SCC.

Fotos: Ana Paula Vieira



Meu lugar favorito no São Carlos Clube



"Um dos meus lugares favoritos no SCC, como não poderia deixar de ser, é a quadra de vôlei, no Ginásio João Maria Sobrinho, pois lá, semanalmente, após o jogo, aprendi muito! Além de jogar, fiz grandes amigos, convivendo nesse ambiente que é de muita alegria, solidariedade – nos momentos de tristeza de cada um dos conhecidos – e, acima de tudo, respeito! Uma das recordações marcantes que tenho do Clube é do meu primeiro dia de volta às quadras de vôlei, após um longo período sem jogar. Mesmo sem conhecer a maioria das pessoas da cidade, tive uma recepção supercolaboradora por todos os membros – no início, a forma do professor Milton. Hoje, todas são minhas grandes amigas e companheiras, algumas de jogos, outras da vôlei Alô!, sempre e tempo para agradecer: muito obrigado àquela linda tarde e ao professor Milton – algumas atitudes e gestos são inesquecíveis."

(...) Além do ginásio, eu não poderia deixar de citar uma parte do Clube que sempre me proporciona uma grande sensação de bem-estar e alegria: a entrada do Clube, onde as árvores estão sempre dispostas com o vento e o sol, as flores e o canto das passarinhas me trazem muita paz. O SCC é um Clube de qual tenho que me orgulhar e, principalmente, cuidar – lugar de gerações e belas histórias, e, certamente, todos que passaram por lá têm uma parte relembrar."

Paula Maltoni Saheb – empresária



"Meu lugar favorito no São Carlos Clube é o Bosque, porque é um local agradável para a prática de caminhadas, além de ter uma academia interna, muito linda, que sempre vou contemplar. Outro lugar de que gosto muito é o Salão, onde se encontra muitos amigos. O SCC faz parte da minha vida desde a infância, local que me proporcionou inúmeras recordações felizes: amigos, futebol, além de agradáveis momentos com a família. Em minha opinião, o Clube é um dos melhores do região pelo sua localização, infraestrutura, organização e, sobretudo, pelo direcionamento que possui, a que é de fato seu cartão-postal. Em resumo, o Clube me traz o sentimento de paz, harmonia, felicidade, família e amizade. De fato, é muito bom frequentá-lo e captar o energia positiva que existe nele. Assim como minha família me inspira desde criança, também procuro estimular meus filhos a também se interessarem a que o Clube ofereça de bom!"

Márcio Martinelli – jornalista e professor universitário

No mês de setembro, o São Carlos Clube completa 71 anos de história. Para homenageá-lo, algumas personalidades contaram, com exclusividade, quais são seus lugares favoritos no Clube. Confira:



"Local de convívio familiar, o Bar do Bosque é meu lugar preferido no Clube. Após a reforma, ele se tornou outro ponto de eventos, uma área voltada ao Departamento Social, onde os eventos se destacam cada vez mais. Um exemplo é o carnaval, que deixou de ser realizado no salão do SCC e que passou a ser no Bar do Bosque — algo que agradou e muito os associados!"

Paulo Brigante — economista e ex-presidente do SCC



"Sem dúvida, meu lugar favorito no São Carlos Clube é o Estádio do Paulista. Nela, representei o Clube e a cidade, no futebol, e conheci efetivamente minha trajetória em São Carlos. Recordações de um tempo maravilhoso: da maneira como fui acolhido nesta cidade, de como isso pode me receber. Como jogador, encontrei um rumo para a minha vida que me levaria à engenharia, à fundação da Engenharia e, finalmente, à oportunidade de administrar hoje a cidade."

Paulo Altomari — empresário e prefeito de São Carlos



"O Bar do Bosque é meu lugar favorito no São Carlos Clube. Embora eu seja mais recente, já tenho ótimas recordações desse espaço, e minhas impressões são as melhores dos shows realizados no Clube, seja como do pré-carnaval e do carnaval, que ficam agradáveis e muito divertidos. Particpei todos os dias e achei maravilhoso! Além de oferecer ótimas atrações musicais, o Bar do Bosque é um lugar especial, porque é onde os amigos se encontram para confraternizar."

Denise Gobbi Szakal — advogada e delegada

Torneio Pais e Filhos 2015

O torneio Pais e Filhos já é uma tradição, e a tendência é que cresça! E nada é mais emocionante do que estar em quadra junto de sua filha, no mês em que se comemora o Dia dos Pais. Gostamos muito da dinâmica do torneio e da forma como ele é realizado. Já participamos de outros torneios, e a experiência que adquirimos foi formidável, pois conseguimos medir nosso grau de compreensão quando atuamos juntos. Isto nos faz crescer no espírito esportivo e psicológico – o que faz com que adquiramos experiência. Além do espírito esportivo, nada é mais gratificante do que ouvir de sua filha no final do partida: "Obrigado, pai, pela sua paciência, te amo".

José Domingues (Zéão) e sua filha Larissa Bertolo Domingues – Campeões A.



O Torneio Pais e Filhos é fantástico e direcionado no momento certo. É, também, o único momento em que eu consigo praticar esporte com o Rick. Nesta edição, foi ele quem me convidou para participar, mas já participei em edições anteriores com ele e minha filha. Independente de perder ou ganhar, é um orgulho estar com os filhos em quadra no Dia dos Pais. O (Departamento de) Esportes está de parabéns pela organização!

Rediné Bertoldina (Red) e seu filho Rick Bertoldina (Rick) – vice-campeões A.



O torneio de pais e filhas foi excelente! Depois de vários anos longe das raquetes, serviu de incentivo para que meu pai e eu voltássemos a jogar juntas. Foi um prazer enorme compartilhar a quadra com meu pai, com velhos amigos e também conhecer novas tenistas. A participação conjunta da família no esporte é fundamental. Meu pai sempre me incentivaram muito à prática esportiva, e eu espero, e pretendo, fazer o mesmo com minha filha. Muito obrigado ao meu pai pelo convite para participar do torneio e ao Clube por proporcionar um momento tão gostoso!

Rafael Calli (Rafael) e seu pai Miguel Buena (Miguel) – campeões B.



Foi ótimo participar com meu filho de mais uma edição do Torneio Pais e Filhos. A Diretoria de Esportes merece os parabéns pela iniciativa! Minha única sugestão é que, para os próximos anos, a Diretoria de Esportes tente começar o Torneio na sexta-feira à noite, finalizando no sábado à tarde (véspera do Dia dos Pais), para que possamos começar a confraternização de domingo com as familiares logo pela manhã.

Eduardo Remali e seu filho Duazinho – vice-campeões B.



Confira mais cliques do torneio!





Torneio Mini Tênis

As quadras do SCC foram palco do talento das crianças no Torneio de Mini Tênis realizado no final do mês de agosto. Confira os cliques:

Fotos: Débora Camargo





SCC sediará Festival Regional de Atletismo em parceria com o Rotary Clube São Carlos - Pinhal

Grandiosa, evento esportivo estima contar com mais de 500 atletas da cidade e região

No dia 26 de setembro, sábado, o São Carlos Clube promoverá e sediará um grande Festival Regional de Atletismo em parceria com o Rotary Clube São Carlos - Pinhal. Na ocasião, atletas do Clube, de diversas escolas/colégios locais e de projetos sociais esportivos, além de cidades da região, participarão das disputas, "inaugurando" a majestosa pista de corrida do SCC. A cerimônia de abertura do Festival, que contará com desfile dos atletas e entoação do hino nacional, está prevista para as 8h30; já o início da competição será às 9 horas.

Eduardo Pedroza, o Duzão, coordenador de Esportes do SCC, aponta a grandeza do Festival Regional SCC/Rotary por meio dos números: "A estimativa é que mais de 500 atletas, das categorias aspirante (nascidos de 2004 em diante), pré-mirim (nascidos nos anos 2002-2003), mirim (nascidos nos anos 2000-2001) e menor (nascidos nos anos 1998-1999) participem e abrihantem a competição". De acordo com Duzão, o encontro regional de atletas é uma impor-

tante ferramenta esportiva de motivação à prática do atletismo, além de ser uma ótima oportunidade para revelar potenciais jovens talentos na modalidade.

O coordenador também lembra que a equipe masculina de atletismo do SCC foi campeão dos Jogos Regionais 2015 em Santa Bárbara do Oeste, no revezamento 4x100 m, vencendo a forte equipe de Piracicaba, que tem em sua formação integrantes da seleção brasileira, prova de que treinos e amor ao esporte levam todo atleta à vitória: "O contato dos atletas de fora com os atletas da casa promove um intercâmbio esportivo saudável, em que são feitos novos contatos e amizades, além da troca de conhecimentos e experiências, o que dá uma injeção de ânimo aos que estão engatinhando ou já dando os primeiros passos no atletismo", finaliza.



Saiba mais:

Os atletas participantes competirão nas categorias aspirante (50 m e 500 m – masculino e feminino), pré-mirim (60 m, 150 m e 600 m – masculino e feminino), mirim (75 m, 4x75 m, 250 m e 1000 m – masculino e feminino) e menor (100 m, 4x100 m, 400 m e 800 m – masculino e feminino). Todos os atletas aspirantes serão

premiados com medalhas e, nas demais categorias, a premiação será dada aos três primeiros colocados de cada prova. As inscrições serão feitas no dia do evento, no pré-local.

Outras informações podem ser obtidas no Departamento de Esportes pelo número: (16) 3362-6212.



Abertura 1ª Copa Merano

Na tarde do dia 22 de agosto, o ginásio João Marigo Sobrinho foi palco da abertura da 1ª Copa Merano de Voleibol. Conheça as equipes:

Fotos: Débora Camargo



Final 1º Turno dos Novatos

No dia 8 de agosto, o São Carlos Clube realizou os jogos da final (1º turno) dos novatos pelo 16º Campeonato de "Futebol Interamigos". As partidas da 11ª rodada foram empolgantes, e a equipe vencedora – a Calibres – foi honrada com o troféu "Adilton Miguel Del Nero", uma homenagem ao atleta veterano que é símbolo do Campeonato por sua dedicação ao esporte e exemplo de coleguismo dentro e fora de campo.

O SCC parabeniza seus craques!



FORROS E DIVISÓRIAS
Acústico e Térmico

pinhalfd@terra.com.br

Atacado e Varejo

Distribuidor:

KNAUF DRYWALL

eucatex

ECOPLAST

Ferro de PVC



Velmont
Pisos & Revest.

Rua Aquidaban, 234 - Centro - São Carlos/SP
Fone: 16 3416.5450 / 3416.5451



Célia e Maria Lúcia - Campeãs da Equipe da Noite



Maria Lúcia e Marlene - 2º Lugar da Equipe da Noite



Célia e Aníbal - 1º Lugar da Equipe da Noite



Maria Helena e Dalva (representando Maria Inês) - 1º Lugar



Maria Lúcia e Nilma

Premiação Torneio de Tranca

A premiação e comemoração da final do Torneio de Tranca do primeiro semestre foi animada e contou até com Troféu Abacaxi. Veja quem foram os premiados.

Fotos: Débora Camargo



Célia e Selma - Campeãs da Equipe da Tarde



Egle e Maria - 2º Lugar da Equipe da Tarde



Célia e Carlos - 1º Lugar da Equipe da Tarde



Irene e Zé - 1º Lugar da Equipe da Tarde



Prêmio Abacaxi - Dalva (representando Nilma) e Nilca



Prêmio Abacaxi - Celo (representando Cleide) e Zé



Chá da Tarde

No mês de agosto, o Chá da tarde arrecadou pacotes de feijão para serem doados ao Abrigo de Idosos Helena Dornfeld e à Rede Feminina São-carlense de Combate ao Câncer. Confira quem esteve presente.

Fotos: Ana Paula Vieira





Bom mesmo é envelhecer

Com a fim das obrigações vêm a diversão e a chance de viver a vida que sempre se quis

Nascemos, crescemos, envelhecemos e morremos: este é o ciclo natural da existência. O roteiro é previsível – a pele enrugua, os cabelos ficam cada vez mais brancos e já não se tem o mesmo fôlego de antes. Mas, como em toda boa história, há imprevistos, e o que algumas pessoas acreditam ser o fim é, para muitos, o começo da fase mais empolgante de suas vidas.

Comprometido em proporcionar muitas opções para a melhor idade, o São Carlos Clube oferece uma agenda de atividades que garante a sociabilidade em um ambiente de boa convivência. Para quem gosta de dançar, há aulas de dança de salão, ritmos variados e dançaterapia. Para os que preferem se exercitar, a ginástica localizada, hidroginástica, natação, yoga, RPG e aulas na academia são uma boa opção.

Se a ideia é exercitar a mente, há o carteadado, xadrez, tranca, além de bocha e sinuca. Na parte social, o tradicional Chá da Tarde, realizado mensalmente, reúne os associados e amigos que desfrutam de momentos agradáveis, além de garantir a

entidades filantrópicas de São Carlos a doação de donativos, reforçando o comprometimento social de cada doador e do Clube com a cidade.

Os eventos culturais e sociais são planejados e executados com muito zelo e carinho pela Diretoria para oferecer uma programação diversificada que una toda a família e diferentes gerações.

Egle Maria Bonicelli, responsável por desenvolver as atividades esportivas para o público da melhor idade no Clube, comenta entusiasmada que cerca de 300 associados participam assiduamente dos projetos e emenda um convite: “Venham desfrutar das atividades, nossa maior alegria é que esse número cresça cada vez mais”.

ACADEMIA

Segunda-feira das 14h às 22h
Terça e Quinta das 6h30 às 22h
Sábados e Feriados das 09h às 14h
Domingos das 08h às 14h

ALONGAMENTO

Quartas e Sextas às 8h15
Terças e Quintas às 19h30

GINÁSTICA LOCALIZADA

Terças e Quintas às 8h15

DANÇA DE SALÃO

Terças às 9h30

DANÇA RITMOS VARIADOS

Quartas e Sextas às 9h30

DANÇATERAPIA

Terças-feiras às 16h

RPG

Quintas-feiras às 18h15

HIDRO E NATAÇÃO

Informações na Secretaria

PILATES

Informações: Viniúcia e Tullio

SINUCA

Atividade aberta após às 14h

BOCHA

Atividade aberta

Vida saudável e em harmonia com o yoga



Além de alongar e fortalecer todas as partes do corpo, o yoga também massageia os órgãos internos e estimula o sistema glandular

O yoga é uma antiga filosofia de vida que se originou na Índia, há mais de 5000 anos, como uma visão muito especial sobre o ser humano que incluía um caminho prático para o crescimento pessoal e a compreensão de si mesmo. A prática induz a um profundo relaxamento, tranquilidade mental, concentração, clareza de pensamento e percepção interior e que ao mesmo tempo proporciona fortalecimento do corpo físico e desenvolvimento da flexibilidade. O São Carlos Clube oferece aulas de yoga às terças-feiras das 18h30 às 20 horas.

A instrutora de yoga do São Carlos Clube, Nina Medeiros, explica que no Clube é praticado o Hatha Yoga (yoga tradicional) focado nos asanas (posturas físicas), pranayamas (exercícios respiratórios), bandhas (exercícios de contrações que estimulam todos os sistemas), mudras (exercícios de concentrações) e kriyas (exercícios de limpeza do corpo). Tudo é preparado com muita atenção e dedicação para uma aula bem estruturada. São usados materiais específicos para facilitar o desenvolvimento postural dos alunos, e músicas e luzes são ajustados para levar ao relaxamento e à harmonização como um todo.

Nina Medeiros esclarece que o yoga, além de alongar e fortalecer todas as partes do corpo, também massageia os órgãos internos e estimula as glândulas. "O yoga coordena o sistema respiratório com o corpo físico, relaxa os músculos e a mente, estimula a circulação sanguínea e aumenta a provisão de oxigênio em todos os tecidos. Os mais beneficiados pelos exercícios são a coluna vertebral, o peito, o sistema digestivo e os pulmões. O resultado é a reversão do processo de enrijecimento do corpo por conta da inatividade, do cansaço, da postura incorreta e do envelhecimento", explica.

O instrutor é apto a orientar os praticantes de acordo com suas limitações, sejam elas físicas, como falta de alongamento, ou mental, como dificuldade para se concentrar.

Os exercícios de aula compreendem as seguintes técnicas:

Pranayamas: técnicas respiratórias que controlam nossa energia vital, equilibrando nossas emoções.

Asanas: posturas corporais que fortalecem o corpo e desenvolvem a flexibilidade.

Bandhas: exercícios de contração que liberam as toxinas e estimulam todos os sistemas, em especial o sistema glandular, equilibrando os hormônios e ativando a circulação sanguínea.

Mudras: exercícios de concentração que controlam o processo energético do corpo e as funções do sistema nervoso.

Kriyas: exercícios que fazem uma limpeza profunda do corpo físico e do aparelho digestivo e respiratório.

Relaxamento: exercícios que relaxam o corpo e a mente, eliminando o estresse, tensões musculares, insônia e outras complicações.

Confira a agenda completa de aulas com a professora Nina Medeiros:

Yoga - às terças-feiras das 18h30 às 20h

Banço de Salão - às terças-feiras das 20h às 21h30

Ritmos Variados - às quintas e sextas das 9h30 às 10h30

Ritmos Variados - às quintas-feiras das 18h às 19h

DELIVERY DE
SEGUNDA A SÁBADO
3419.2030

201

É TÃO **GOSTOSO** QUE
TIVEMOS QUE **CENSURAR!**



Carimão congelada que é uma tentação! Basta alguns minutos no forno convencional ou no forno microondas para ela ficar pronta. Não perca tempo pensando em um prato especial, é muito mais fácil pedir do que fazer! Peça Nutri Mais Ligeiro, porque resistir não se passa na loja.

É IMPOSSÍVEL
RESISTIR!



Qualidade
Café Tropical
sobre a mesa

(11) 3419.2030

R. Miguel Petroni, 1250 - loja 09

1/NutriMaisCongelados

Cardápio completo e valores no site:

www.nutrimaiscongelados.com.br



Penha & Jota

"Som Nascente" e o pianista e professor Augusto Silva de Ribeiro Preto trouxeram um riquíssimo repertório da MPB em apresentação no Bar do Bosque. Muitos associados apreciaram a noite.

Fotos: Ana Paula Vieira





Canja Jazz

O Trio instrumental "Brasa Jazz" proporcionou uma noite muito agradável aos associados que foram desfrutar de mais uma Noite de Caldos no Bar do Bosque. Confira alguns momentos:

Cliques: Ana Paula Vieira



CLICK SOCIAL

DIA DO IRMÃO

Muitos motivos para agradecer

Dia 5 de setembro comemora-se, tradicionalmente no Brasil, o dia daquela pessoa que passa grande parte da vida ao nosso lado, nos ensinando a arte da boa convivência, tolerância, partilha e, sobretudo, afeto e amar: É o Dia do Irmão!

Para celebrar a data, e homenagear seus irmãos, associados do SCC abriam o coração e nos trouxeram relatos emocionantes! Acompanhe:



"[...] Certa vez, eu e o Israel participávamos de um campeonato de futebol, quando eu fiz uma falta no jogador adversário, que não gostou nenhum pouco da situação e veio tirar 'satisfação'. Meu irmão estava perto, e foi como se o adversário tivesse dito as palavras a ele. Ele me defendeu de maneira sem igual. É isso me marcou muito! Ele me fez perceber o quanto ele se importa comigo. O Israel é uma pessoa acolhedora e protetora, e sempre está ao lado das pessoas de quem ele gosta, e essa característica companheira é a que eu mais admiro nele.

Foi com ele que eu aprendi que, se eu almejar algo na vida, devo insistir até conseguir, se isso realmente for me fazer uma pessoa feliz e melhor. Eu agradeço ao Israel por ter me influenciado a entrar no atletismo, esporte que hoje faz parte da minha vida e que eu amo tanto. Sem ele, eu provavelmente não teria trilhado esse caminho no esporte."

Obrigado Israel, te admiro muito!

Daniel e Israel Peixoto – união dentro e fora do esporte

"[...] Meu irmão, o Luigi Augusto – meu lalinho –, é muito otimista! Em nossas brincadeiras e jogos de futebol, ele sempre fala que vamos ganhar! Gosto muito de brincar com ele, fazendo cambão com todos os nossos carinhos. É uma delícia! Nós ficamos a tarde toda preparando os carinhos. Aprendi com o lalinho a ter muita paciência, porque, como sou o irmão mais velho, tenho que ajudar ele em algumas coisas que ele não consegue ou não sabe fazer sozinho. Eu adoro ter a companhia do meu irmão!"

Luigi, muito obrigado por sempre brincar comigo, jogar futebol e tênis. Eu te amo!

Pietro Augusto Dias (Papo) e Luigi Augusto Dias (lalinho) – ligados pela amizade e pela diversão



"[...] A Dirce é alegre, otimista, sincera, além de ser um exemplo de pessoa caridosa. Ela está sempre disposta a ajudar a família, amigos e até desconhecidos. Sem dúvida, esta é a característica mais bonita dela. Uma das lembranças mais latentes que tenho da infância com minha irmã é da época em que passávamos as tardes observando, da janela da nossa casa, o momento em que a boiada estourava no estradão de terra da antiga Rua General Osório, atual Av. Dr. José Pereira Lopes. Também era uma festa ver os carros atoados serem arrastados. Esses momentos simples e inocentes de companheirismo me marcaram muito e, acredito, que a minha irmã também. Minha irmã tem um jeito especial de aproveitar a graça da vida. Eu aprendi com ela que devemos viver intensamente e que não devemos 'guardar as coisas para uma ocasião especial, pois hoje é o dia especial'!"

Ser irmã da Dirce é conhecer a proteção... Muito obrigada! Mais do que uma irmã, você é a minha melhor amiga
Neide e Dirce Garcia – unidas pela afeição que transpassa o tempo e a distância na vida adulta



"[...] O Caio sempre está alegre e contagia todos os que estão à sua volta. Amigo de todas as horas, inclusive no futebol e no tênis. Uma vez eu participava de uma final de tênis em Ribeirão Preto, e ele ficou na arquibancada, acompanhando o jogo e me dando o maior apoio do mundo. [...] A maior lição de vida que aprendi com o Caio, até agora, é que sempre devemos ser pessoas felizes e divertidas, independente da situação, pois assim a vida fica mais fácil."

Obrigada, irmã, por ter me ensinado a pronunciar a letra C, quando eu era bebê e trocava C por T

André e Caio Ventura Schiabel – unidos no tênis, futebol e sentimentos



"[...] Eu admira o Luciano por ele ser uma pessoa muito fácil de se conviver. Ele é calmo e sempre alegre. (...) Ele também me faz ter orgulho dele por ser uma pessoa muito íntegra, correta e disciplinada.

"[...] Já adultos, quando nossa mãe adoeceu, o Luciano esteve sempre presente, e nós nas unimas bastante nesse momento difícil de nossas vidas, junto aos nossos outros dois irmãos. (...) Esta é uma das recordações bonitas e mais marcantes que guardo do Luciano."

Obrigado, irmão, por tudo!

Eleandro e Luciano Pedrolongo – amizade com aprendizagem, que só aumenta



"[...] Crescer juntas nos permite aprender muitas coisas da vida – uma delas é a importância da divisão das coisas. É muito bom sermos trigêmeas – nunca estamos sós, sempre temos a companhia uma da outra –, o que torna nossas viagens de férias sempre divertidas e inesquecíveis!"

Laura, Alice e Jéila Peroni – iguais pela genética e pelo companheirismo



POR QUE O **ANGLO** DEVE FAZER PARTE DA HISTÓRIA DO SEU FILHO?



PORQUE NO **ANGLO** A CONFIANÇA VEM DA TRADIÇÃO, A CERTEZA É DADA PELA EXPERIÊNCIA, APRENDER É UM PRAZER QUE SE REPETE E ENSINAR É UM GESTO QUE SE RENOVA.

O **ANGLO É ASSIM, SEMPRE FOI ASSIM E VAI CONTINUAR ASSIM.**

Seja
anglo
E faça *diferença!*



**RESERVE JÁ
SUA VAGA**

Educação Infantil
Ensino Fundamental
Ensino Médio
Vestibulares

ARARAQUARA
(16) 3336-1369
SÃO CARLOS
(16) 3393-2121

