



Editorial

Prezados moradores,

Mais uma edição do Informando chega às residências de Nova Ipanema, não apenas com notícias internas, mas também com textos exclusivos sobre a atualidade e assuntos de interesse geral, que devem agradar muito aos condôminos.

Inicialmente, destacamos a troca da equipe de execução da revista. Além de ser uma empresa com experiência de mais de dez anos na área editorial, a contratada buscará receita através de esforço comercial, o que gerará menos gastos ao condomínio. Mudança para melhor, com certeza.

Outro tema importante que abordamos nas próximas páginas é a preocupação constante da Administração de Nova Ipanema em revitalizar o condomínio. Daí a realização de obras continuamente, sempre com o objetivo de aprimorar o que temos para conforto e comodidade de nossos moradores.

É também alvo de nossa atenção a necessidade de prestar serviços que possibilitem a vida com maior praticidade. Essa é a intenção da renovação do Catálogo Telefônico do condomínio, que trará os contatos atualizados, e é um guia de utilidades para quem vive em Nipa.

Na seção Perfil, revelamos a paixão de uma de nossas famílias por Nipa. A nova coluna Meio Ambiente e outras, reformuladas com objetivo de proporcionar leitura ainda mais prazerosa, estão muito mais interessante. Esportes, lazer, diversão e entretenimento também têm seu espaço garantido no Informando.

Aproveitem e até a próxima edição!

Mário Szheer

Expediente



Presidente-Executivo
Mário Szheer

Diretor-Administrativo
Oscar Freire

Avenida das Américas nº. 4567
Barra da Tijuca - Rio de Janeiro
Tel. adm.: 3325-8788 | Fax: 3325-4121
www.novaipanema.com.br
novaipanema@novaipanema.com.br

Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores, não refletindo necessariamente a opinião do condomínio.

tratoeditorial

Diretor Executivo
Átila Alexandre Nunes

Diretora de Projetos
Ivone Vilete

Redação
Maria Carolina Avellar

Revisão
Juliana Campello

Diretor de Arte
Jorge Iquiene

Designer
Mariana Eiras

Assistente de Arte
Tarcila Neves

Contato Comercial
Patrícia Alves

Av. das Américas 3.500 - Le Monde
Ed. Hong Kong 3.000, gr. 329 | Tel.: (21) 3798-5505
contato@tratoeditorial.com.br | www.tratoeditorial.com.br

Sumário

Edição 537



Nipa em Ação 06

Melhorias e serviços
Um condomínio sempre em busca de aperfeiçoamento

Notícias do Colegiado 07

Deliberações
Saiba o que foi decidido

Eventos 08

Diversão para todos
Inovação e variedade na vida social de NIPA

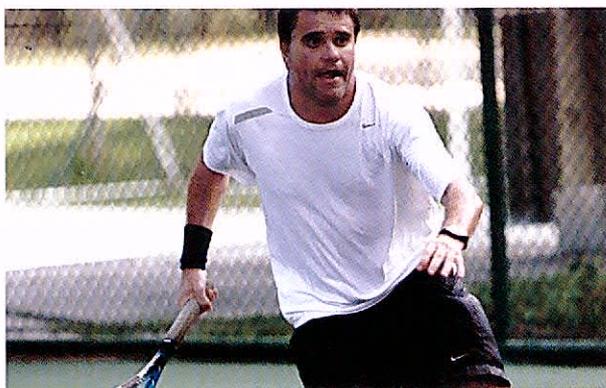


Perfil 10

Dedicação é a palavra
Uma linda família, apaixonada por Nova Ipanema

Empreendedorismo 12

Sucesso promissor
A pizzaria Aloha chegou para ficar



Esporte e Lazer 13

Exercite-se
Motivos é que não vão faltar

Novidades 17

Clube do Vinho
Participe dessa confraternização



Espaço Aberto 17

O que é Twitter?
Conecte-se com o mundo



Meio Ambiente 18

Faça sua parte
Consciência ecológica: a natureza agradece

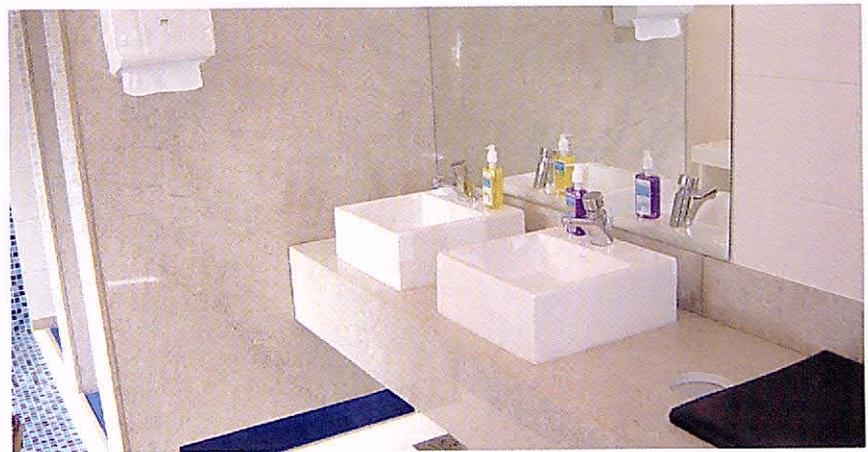
Banheiro infantil

Inaugurado no dia 26 de setembro, na Sede Social, o banheiro infantil está à disposição dos moradores do condomínio trazendo mais conforto! A reivindicação agora virou realidade e está completa, com as instalações necessárias para que as crianças tenham seu próprio espaço. Por consequência, o banheiro da sauna ficou mais tranquilo. A Administração agradece à Casa Granado, em especial ao morador Leonardo Mendes Lara, que a representou. Os ótimos produtos infantis fornecidos pela empresa estão disponíveis no banheiro, para uso e higiene dos bebês e crianças menores, frequentadores do local. Leia abaixo as normas de utilização do espaço:

I - O banheiro é destinado exclusivamente às crianças menores de 10 anos, acompanhadas pelo responsável.

II - Horário de utilização: diariamente de 8h às 19h. Após às 19h, o acesso ao banheiro deve ser solicitado ao encarregado da Sede Social. No horário de verão o banheiro poderá ser utilizado até as 20h.

III - Constitui infração condominial a utilização do banheiro infantil fora das condições acima.



Conheça seu condomínio

Passagem subterrânea – segurança e praticidade

Todos a utilizam, mas poucos sabem quem cuida dela. A passagem subterrânea sob a Avenida das Américas, que dá acesso ao New York City Center e ao BarraShopping, é útil não apenas aos moradores de Nova Ipanema. Os serviços de limpeza, iluminação, pintura, manutenção de calçadas e vigilância são feitos pelo condomínio. Sem essa conservação, dificilmente o local seria limpo e seguro como é hoje. Um acordo com a Prefeitura foi feito e Nova Ipanema assumiu a ação, que garante a todos a praticidade e o conforto que a passagem subterrânea proporciona.



Obras na sede social trarão comodidade aos moradores

A sala de ping-pong, a boate e o restaurante estão interditados para obras desde o início de outubro. Mas é por um bom motivo! A reforma da área tem, entre outros, o objetivo de possibilitar a integração desses espaços, onde serão usadas divisórias acústicas móveis. O grande ganho será manter a opção de integrar os ambientes,

transformando-os em espaços maiores para eventos do condomínio. Com a reforma da boate, além da sua ampliação, o acesso se fará pela pérgula, local mais adequado para a entrada.

O projeto da arquiteta Fátima Freire já está aprovado e em execução. Os

espaços integrados totalizarão 320 m². Além disso, haverá reforma interna também dos banheiros da boate, que ganhará uma pequena área de apoio. Assim como o salão social contará com uma copa, anseio aguardado há tempos. A inauguração está prevista para a festa de fim de ano.



Reforma da sala de musculação

A sala de musculação foi toda reformada. O piso foi substituído, as paredes e pilas-

tras foram pintadas e também houve a revisão elétrica do ambiente.



Melhoria na rede elétrica das casas

Reclamação de longa data dos moradores de Nipa, a rede elétrica que atende às casas do condomínio está sendo modernizada pela concessionária Light. Felizmente, as interrupções de energia elétrica nessas residências estão com os dias contados. As obras garantirão melhor funcionamento e fornecimento de energia às casas.

Notícias do Colegiado

De acordo com a Ata da 428ª reunião do Colegiado da Associação dos Condôminos de Nova Ipanema (ACNI), realizada em 18 de agosto, foi definido que a Administração ficaria responsável pela contratação ou apontamento de profissional para desenvolver estudo e projeto de reforma da Sede Social, a ser avaliado pela Administração e pela Comissão de Patrimônio, sendo apresentado ao Colegiado no prazo máximo de 60 dias.

O Presidente Executivo informou que o resultado da pesquisa a respeito do Informando aponta que a maioria dos consultados prefere que a publicação continue

sendo impressa. Informa também a contratação da Agência Trato para modernizá-la, comercializá-la e executá-la.

Foram relatados ainda dois trabalhos de conservação e manutenção em áreas comuns: a substituição de piso dos areas por grama sintética, incluindo as áreas do bosque e as do clube; e a substituição do piso emborrachado do salão de musculação, aprovados pelo Colegiado com a assessoria da Comissão de Patrimônio.

De acordo com a Ata da 429ª Reunião Ordinária do Colegiado da ACNI, fo-

ram tratados no dia 15 de setembro os seguintes assuntos: Normas do Banheiro Família e Placas Indicativas, a serem analisadas pela Administração.

O presidente da Comissão de Patrimônio, Pedro Gartner, apresentou o projeto final da reforma da Sede Social, elaborado pela arquiteta, senhora Fátima Freire. O trabalho foi aprovado por aclamação, com voto de louvor à Comissão pelo empenho. A Administração fica, então, com a incumbência de executar a obra, com conclusão prevista para 15 de dezembro deste ano.

Variedade para agradar a todos os gostos

A vida social de Nova Ipanema

Sueli Dantas começou como promotora de eventos de Nova Ipanema em agosto deste ano, mas já teve muitas ideias que estão trazendo diversão e entretenimento a todos. Em 1998, quando foi Gerente Administrativa do condomínio, envolveu-se na organização da Festa Junina e da Festa de Natal dos funcionários. Antes, Sueli trabalhou por muitos anos como Gerente de Atividades Esportivas, Recreativas e Sociais da IBM Brasil.

A experiência acumulada fez com que assumisse a função de Coordenadora de Eventos com entusiasmo, apesar do desafio de resgatar a participação dos moradores: "É um grande desafio porque há diversidade de interesses, várias faixas etárias e uma expectativa muito grande das pessoas, principalmente aquelas que vivem aqui

desde o início, quando havia maior interação entre os moradores pioneiros e quase nenhuma opção de lazer nas redondezas, como existe hoje," explica Sueli.

A seguir, algumas das atividades já realizadas em Nova Ipanema:

O Chá das Senhoras

Dando continuidade à ideia surgida há muitos anos e com intuito de aproximar mulheres cujos maridos frequentavam o Porrinhódromo, a promotora resolveu resgatar esses encontros, reunindo-se com as moradoras, coletando sugestões e acumulando uma adesão surpreendente. Como lembra Sueli, os primeiros chás aconteceram no próprio Porrinhódromo, sob a orientação

do condômino Rui Costa. "Desde 1998 não foi feito mais nenhum," recorda Sueli, que devido ao êxito da proposta organizou com empenho nova edição do evento.

Assim, no último dia 16 de setembro podia ser ouvido um burburinho ecoando no Salão Social, às 16 horas em ponto. Era o Chá de Nova Ipanema, confraternização que reunia desta vez 83 moradoras e convidadas, em meio a deliciosas guloseimas preparadas pela Padaria Nipão. A satisfação foi além das expectativas: uma tarde divertida, com muitos sorteios. Um momento para pôr a conversa em dia, rever as vizinhas, rir e relaxar. Uma deliciosa pizza selou o encontro. O álbum completo de fotos do evento está à disposição dos moradores na Administração.



Encontro com os pais

Em homenagem ao Mês dos Pais, foi realizada em agosto uma recreação especial, objetivando propiciar a interação entre pais e filhos nas diversas atividades que foram preparadas. A confecção das pipas foi o ponto alto. Ver os pais e avós empinando-as, colorindo o céu do condomínio, causou emoção. Foi uma manhã interativa e animada, e a primeira dedicada aos pais, mas que já contou com a participação de mais de 130 pessoas. Parabéns a todos!



Noite de Queijos & Vinhos - Vive la France

No dia 3 de outubro, em comemoração ao ano da França no Brasil, 70 moradores e convidados curtiram o show Vive la France, na voz do "chansonnier" Lúcio Chaves, recordando clássicos da música francesa, sucessos imortais de Edith Piaf, Charles Aznavour, Gilbert Becaud, Charles Trend e Jacques Brel. Para degustar, foram servidos queijos, frios e vinhos, num ambiente decorado à luz de velas. Uma noite que, certamente, será inesquecível para os que lá se reuniram.

Comemoração do Dia das Crianças

No último dia 12, as crianças de Nova Ipanema tiveram uma manhã pra lá de especial. Um total de 77 crianças entre 4 e 11 anos participaram da 1ª Corrida Kids NIPA. Nossos atletas mirins deram um show no Bosque.

Depois de perfilados, ouviram o Hino Nacional ao som de guitarra, fizeram alongamento e iniciaram as atividades que, carinhosamente, lhes foram preparadas. Enquanto uns se divertiam na cama elástica ou nas brincadeiras com os recreadores, outros já se dirigiam à mesa de controle para receberem seus kits, contendo camisetas e pulseiras coloridas de acordo com as idades. Um enorme coelho os conduzia pelas raias. Pobre coelho...quase era atropelado por uns atletas mais velozes. Todos receberam medalhas de participação e os três primeiros colocados de cada bateria ganharam um Certificado.

Parabéns a todas as crianças e um agradecimento especial aos pais, avós, tios, padrinhos e babás pela torcida e vibração.

O álbum completo de fotos do evento encontra-se a disposição dos moradores na Administração.



Uma família apaixonada por Nova Ipanema

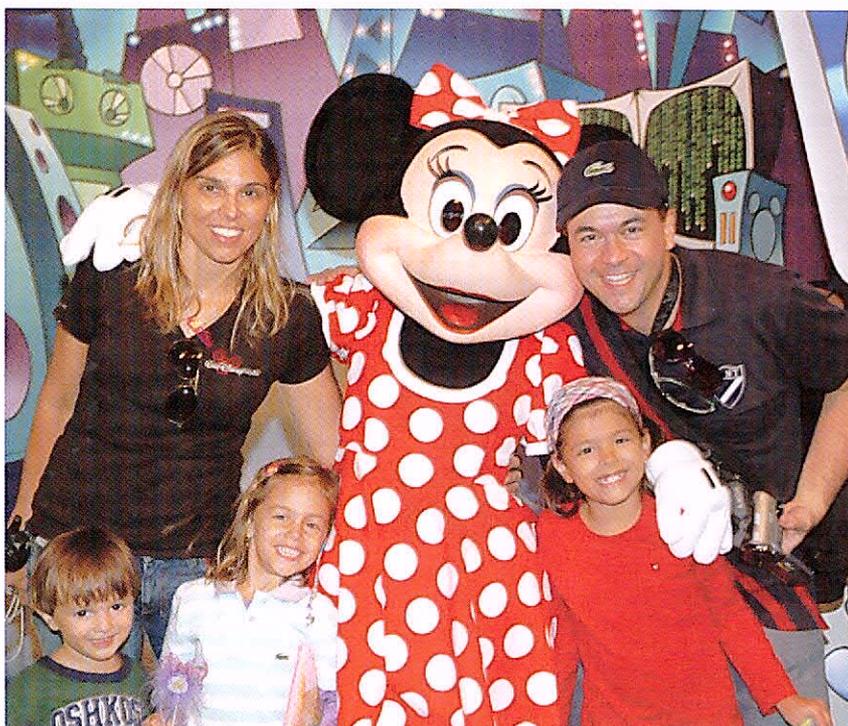
Qualidade de vida que faz a felicidade da família

O perfil desta edição era pra ser de uma única pessoa, mas a dedicação do superpai Leonardo Lara aos filhos e a paixão que toda a sua família sustenta por Nova Ipanema não deixaram escolha: o perfil fica, assim, de todos os cinco. Leonardo, entrevistado pelo Informando, relata como ele, sua esposa, Fernanda Fleck, e os três filhos amam morar no condomínio. Carolina de 8 anos, Júlia de 6 e João Pedro de 4 curtem muito viver num lugar com tanta diversão.

Formado em Economia – faculdade que cursaram e onde começaram a namorar – o casal completou 17 anos. Conheceram-se no colégio e há 11 anos, quando casaram, não tiveram dúvida: foram morar em Nova Ipanema, onde Fernanda já era residente. Morando no condomínio há 32 anos, ela não tem intenção de sair. Por isso, a última mudança da família foi interna: do prédio Cellini para uma casa na Rua Kobe.

“Curtimos lazer ao ar livre e atividades saudáveis. Nova Ipanema tem espaço de sobra para propiciar tudo isso.”

Nova Ipanema é, sem dúvida, ambiente de tradição da continuidade das famílias, cujos filhos e netos crescem e permanecem por lá. Leonardo destaca,



entre os elementos que mais valorizam o lugar, a segurança, a infraestrutura e a localização. “É bom poder atravessar para o BarraShopping a pé e saber que a empregada pode ir ao mercado andando. E também a tradição, o aspecto familiar do condomínio. As crianças adoram, são apaixonadas.” E os pais também, pelo visto.

Hoje Leonardo atua como Diretor Comercial da igualmente tradicional Granado. É também membro do Colegiado de Nova Ipanema, participando da Comissão de Patrimônio. “Eu era da Comissão de Elevadores do prédio em que morava. Quando fui convidado a participar do Colegiado aceitei porque gosto do condomínio. Contribuo opinando e colaborando.”

Sobre a reação da família à ideia de participar tão ativamente, ele acrescenta: “Ficam felizes com o retorno que percebem. É importante ter voz ativa onde moramos, e começam a entender porque trabalho pelo condomínio.”

Voltando aos rebentos: “Meu fim de semana é dedicado a eles. Vamos ao Clube, ao Bosque, ao Jardim Botânico. Também gostamos muito de ir ao teatro e viajar. E eles três adoram ir ao shopping, passear pelas livrarias, almoçar fora.” Fernanda faz questão de destacar o quanto admira a maneira como o marido exerce a função de pai na família. “Curtimos lazer ao ar livre e atividades saudáveis”, explica Leonardo. Nova Ipanema tem espaço de sobra para propiciar tudo isso. Seria essa a razão de tanta paixão?

Aloha Pizzaria: O sabor e a leveza do Surf

Pizzaria aberta há dois meses já conquistou o público pelo sabor único

Formado em Marketing pela ESPM (Escola Superior de Propaganda e Marketing) criado no Condomínio Nova Ipanema, Rodrigo Khoury e a advogada Tânia Khoury (da Tenda Árabe) abriram a primeira pizzaria temática de surf na Barra da Tijuca, a Aloha Pizzaria. E o tema, claro, é o surf, esporte que curte desde muito cedo. Assim também foi com a culinária, paixão alimentada por ele desde criança. Já na adolescência, nas reuniões da turma de amigos, era ele o pizzaiolo. Adulto, fez um curso de gastronomia que o capacitou a entrar na profissão com o pé direito.

Funcionando há apenas dois meses no shopping Midtown, a Aloha tem diferenciais que vão muito além da temática surfista: pra começar, as embalagens das pizzas são aluminizadas e higienizadas em respeito ao consumidor. Logo na entrada, fotos incríveis podem ser contempladas pelos clientes. Todas foram clicadas pelo fotógrafo profissional Bidu. A parceria com a fábrica First Glass garante exposição permanente de pranchas diversas nas paredes da loja, e um dos brindes para to-

dos os pedidos de pizza é uma aula experimental na escola de surf Cyclone.

Inovação com qualidade

As reuniões de amigos ganharam, assim, um cardápio ao mesmo tempo sofisticado e alternativo. A massa artesanal, feita pelo próprio dono, recebe um saboroso molho de tomate caseiro e ingredientes selecionados, que resultam numa pizza saborosa e única. E o mais importante: os moradores de Nova Ipanema são o foco principal. E para os que utilizarem o serviço de entrega da Aloha, vão comer como se estivessem sentados à mesa da pizzaria: o pedido chega rápido e quente.

Todo o empreendimento, desde o início, como a criação da marca, a planta da loja, obras, sistemas, entrevistas e o relacionamento com os funcionários, até o atendimento ao público, foi e é coordenado pelos donos. A busca incessante pelo aprimoramento, torna a seriedade da empresa e a primazia pela satisfação do consumidor uma questão de excelên-

cia. A união da leveza da massa, do toque especial de um sabor único e a certeza da qualidade no atendimento é o que atrai desde jovens surfistas até o mais variado público para essa pizzaria que já é sucesso! Uma coisa é certa: os moradores de Nova Ipanema sempre terão promoções exclusivas da Aloha Pizzaria.



A Aloha (patrocinadora da Copa de Futebol de Nova Ipanema) funciona de domingo à quinta (exceto terça-feira), das 17h às 23h; sexta e sábado das 17h às 24h. Tel.: 2135-9372. Shopping Midtown Nova Ipanema: Avenida das Américas, 5.001, lj. 150 - Barra da Tijuca

AGORA EM NOVA IPANEMA

CJ - 250 / ABADI 32



Sergio Castro
IMOVEIS

A EMPRESA QUE RESOLVE.

- Compra, Venda e Corretagem imobiliária;
- Administração e Locação de imóveis;
- Atendimento nível Diretoria;
- Departamento de imóveis comerciais;
- Avaliação Realista do seu Patrimônio.

VENDA - ADMINISTRAÇÃO DE BENS - LOCAÇÕES - AVALIAÇÃO ESPECIALIZADA

3328-6312 / 3328-6314

FILIAL BARRA DA TIJUCA
AV. DAS AMÉRICAS, 5001 GRUPO 227
SHOPPING MIDTOWN - NOVA IPANEMA

NIPA e seus campeões

Agenda intensa agita os moradores do condomínio

Futebol contagia a todos

Com início no domingo, 13 de setembro, a 5ª Copa de Futebol de Nova Ipanema conta com a participação de oito equipes, com treze jogadores cada. Neste ano, as equipes participantes são relacionadas a times famosos do futebol internacional, como mostra a tabela disponível no site www.masset.com.br/futebol/. Patrocinadores ajudam na realização do evento e o condomínio contribui também com as medalhas e a arbitragem.

A cada rodada são sorteados brindes dos patrocinadores. Camisas autografadas, mensalidades da Cassilatti Muscula-

ção, curso de direção da SafetyDrive, entre muitos outros. E a escolha do "baranga" da rodada. Tudo isso organizado por Flávio Cassilatti, Marcio Bittencourt, Ari Spanier e com a coordenação de esportes de Nova Ipanema (Professor Carlos Eduardo).

Mais uma vez, o objetivo do torneio está sendo atingido ao fortalecer a integração dos frequentadores do campo e divertir todas as pessoas envolvidas, assim como em outros Campeonatos já disputados. Haverá ainda a entrega dos troféus Artilheiro e Bola Murcha, e a premiação dos finalistas. As finais serão nos dias 14 e 15 de novembro. Fiquem ligados!



Palermo



Sporting



Sporting



Inter



Arsenal



Olympique



Juventus



Barcelona



Bayer

Campeonato de Futebol Infantil anima a criançada

Realizado de 15 a 20 de agosto pelo professor Bruno Figueiredo, o Campeonato contou com várias crianças de 6 a 10 anos. Todas foram premiadas. As equipes foram:

Verde	Guilherme Pegorim, Antonio, Tiago Gonçalves, Luiz Buri, Eduardo Araújo e Eduardo Abdalla
Vermelho	Bruno Pegorim, Mateus Pacheco, Beijamim, Ana Gabriela, Lucas Xavier e Mateus Castilho
Amarelo	Carlos, André, Luana, Vitor, Tiago Pacheco, André Pantaleão e Guilherme Augusto
Cinza	João Pedro, Artur, Eduardo Blanco, Lucas Sampaio, Pedro Xavier e Gabriel Coelho

O resultado da final foi Vermelho 6 x 0 Cinza, e a classificação foi: Vermelho em 1º, Cinza em 2º, Verde em 3º e Amarelo em 4º. O goleiro menos vazado foi Mateus Pacheco (Vermelho), e os artilheiros foram: Bruno Pegorim (Vermelho), com 8 gols; Carlos (Amarelo), 6 gols; Eduardo Araújo (Verde), com 5 gols; e João Pedro (Cinza), que marcou 5 gols.



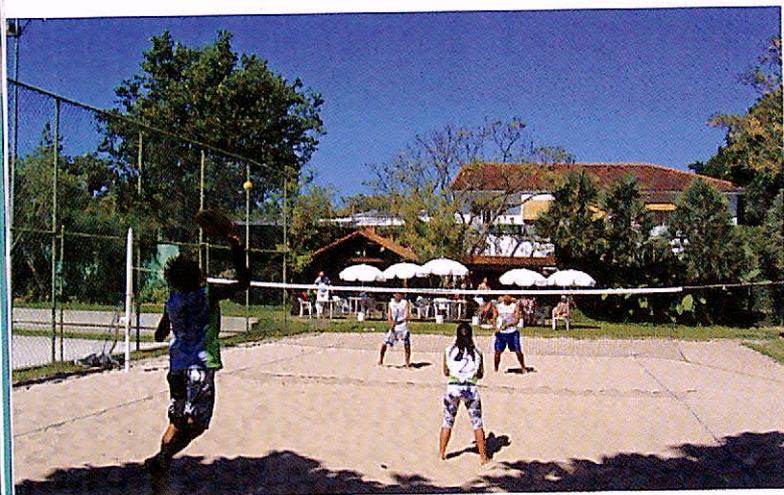
Circuito de Beach Tennis agita o condomínio inteiro

O Circuito de Beach Tennis já contagiou Nova Ipanema. A última de suas três etapas ainda não foi realizada, mas as outras duas animaram não apenas participantes, mas toda a platéia, de moradores a convidados. O esporte realmente entusiasma, com seu ambiente praiano e seu clima de verão.

Prevista para acontecer no sábado, 21 de novembro, a final será realizada na quadra de areia do condomínio, a partir das 9 da manhã. Aberto, o circuito conta com participantes

de Copacabana, Ipanema e da própria Barra da Tijuca, e tem como objetivo tornar o novo esporte de areia ainda mais conhecido. Afinal, o Beach Tennis chegou ao Brasil no ano passado, vindo da Itália.

O Beach Tennis é praticado em Nova Ipanema às quartas e sextas a partir das 18 horas e é aberto a quem queira experimentar o novo e divertido esporte. O convite é assinado pelo Professor da modalidade, André Cassilatti.



TRADUTORA PÚBLICA JURAMENTADA

INGEBORG K. DE MENDONÇA

Inglês - Espanhol - Alemão



**Versões e traduções
correção, pontualidade e sigilo - urgências**

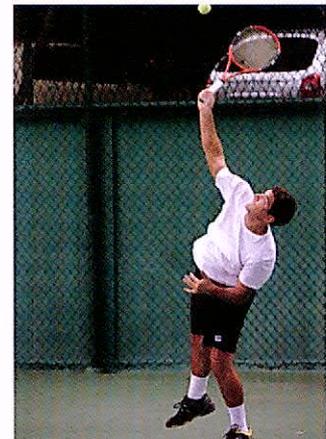
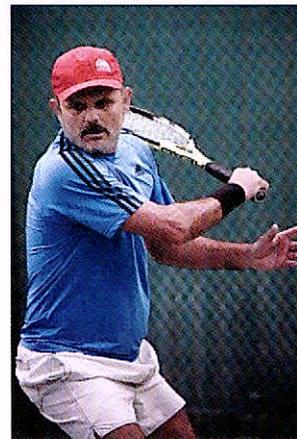
**Rua Ipanema 173 apt.104
Ed. Henri Laurens – NOVA IPANEMA
Tel. 3325-8642 e 3326-2100**

Torneio Interno de Tênis 2009

A popularidade do esporte fez com que fossem organizados dois torneios para públicos específicos de Nova Ipanema. Nos dias 4 e 5 de julho, a modalidade simples masculina foi disputada nas seguintes categorias: até 35 anos; de 35 a 45; de 45 a 55 anos. A modalidade de duplas masculinas foi disputada nas categorias de 55 a 65 e acima de 65 anos. Os atletas, motivados, se dedicaram com afinco a cada momento. Os campeões foram:

	CAMPEÃO	VICE
Até 35 anos	Bruno Valias	Patrick Franco
35 a 45 anos	Flávio Cassilatti	José Ronaldo
45 a 55 anos	Ronaldo Vancellote	José Carlos Maffei
55 a 65 anos	Sergio Torres e Adelino ferreira	Daniel Frucco e Roy Jacobsohn
Acima de 65 anos	Maurício e Luiz Mário Giffoni	Mendes e Asclepa

A entrega dos troféus para os campeões e vices foi realizada num saboroso churrasco, compartilhado por todos os amantes do Tênis. O Torneio classificou e criou o ranking de Nova Ipanema.



Torneio Pais e Filhos

Outra disputada Copa do esporte realizada no condomínio foi o Torneio de Tênis Pais e Filhos 2009, no dia 15 de agosto. Inscreveram-se 14 duplas, divididas nas categorias pais com filhos até 11 anos e pais com filhos com mais de 12 anos. Dentro de cada classe, jogaram todos contra todos, em divertidas partidas, com muita emoção. O destaque foi o senhor Célio Caúla, que com 74 anos conquistou o 2º lugar em sua categoria. A organização do evento foi do professor Reinaldo Vazquez, e os diretores foram Celso Valias e Marcelo Cintra. Veja ao lado os vencedores:

	CAMPEÃO	VICE
Pais com filhos até 11 anos	Loris Araújo e Eduardo Pelliccione (bi-campeões)	José Ronaldo e Yasmin Azevedo
Pais com filhos com mais de 12 anos	Leonardo (Kiko) Guerreiro e Iago Guerreiro	Célio Caúla e Marcelo Caúla



DRA. KÁTIA NASCIMENTO BRUM

CRMV-RJ 7551

ATENDIMENTO VETERINÁRIO DOMICILIAR

Clinica e cirurgia geral
 Pediatria e pré-adestramento
 Vacinas importadas
 Atestado de saúde para viagem
 Inseminação artificial

Edifício Bernini

Tel.: 8111-3488 | 3579-1201
 katia.veterinaria@globo.com
 drakatianascimento.blogspot.com



Hidroginástica é para todo mundo!

O aula de hidroginástica realizado na manhã do sábado, 12 de setembro, teve cerca de 25 participantes, entre alunos e convidados. O sucesso da atividade fez com que outra edição, em 24 de outubro, já fosse preparada pelo professor Alex Mota.

A prática da hidroginástica, ao contrário de muitos exercícios realizados no solo, não é acompanhada por dores, transpiração e exaustão. Dentro da água, o indivíduo tem uma sensação de redução no peso, o que diminui de maneira importante a tensão nas articulações. Como o impacto é



reduzido, as dores e os espasmos musculares pós-atividade praticamente não ocorrem.

A massagem proporcionada pela água, por meio da pressão e da resistência, garante um efeito suavizante sobre a musculatura que ajuda a aumentar a circulação periférica do sangue e alivia tensões. E ainda aumenta a autoestima e a socialização.

Outra vantagem importante da hidroginástica é que ela é uma das poucas atividades que podem ser realizadas por indivíduos com pouco ou nenhum condicionamento físico. Com isso, pessoas de qualquer idade, inclusive gestantes, podem praticá-la.



Taekwondo – defesa e saúde

Na tarde do dia 22 agosto foi realizado o aula de taekwondo com seis valentes alunos que enfrentaram o clima chuvoso e o frio para participar da atividade. Com idades entre 9 e 26 anos, integraram um grupo disposto a divulgar o taekwondo dentro do clube.

A aula, programada para a quadra de vôlei, aconteceu na sala de ginástica próxima à piscina devido à chuva. Nada que estragasse a empolgação e a busca do objetivo de mostrar que a arte marcial bem orientada não incentiva a violência, mas sim o autocontrole, além dos benefícios físicos. As aulas de taekwondo são às segundas e quartas, de 20:10 as 21:20 horas, com o professor Thiago Matta.



Dicas

Certidão de Quitação Eleitoral pela Internet

Agora, para comprovar que votou nas últimas eleições, basta apresentar a Certidão de Quitação Eleitoral, que não tem custo algum e que a pessoa pode imprimir em casa. Para consegui-la, basta acessar o site abaixo e preencher os dados que você encontra no seu Título de Eleitor: www.tse.gov.br/internet/servicos_eleitor/quitacao_blank.htm

Cartório eletrônico – adeus à burocracia

O cartório eletrônico já está no ar, on-line, 24 horas por dia. Cópias de certidões de nascimento, de casamento, de óbito, imóveis e de protestos podem ser solicitados pela internet. Para pagar é preciso imprimir um boleto bancário. Depois, o documento chega por Sedex. Quem quiser usufruir do serviço acesse www.cartorio24horas.com.br

PERSIANAS TRINDADE

- Verticais
- Horizontais
- Cortinas Japonesas
- Portas Sanfonadas
- Painéis: Japonês e Lona
- Consertos e Lavagem de Persianas

marceloftrindade30@hotmail.com

3342-0941 / 9104-0491

Rua Carlos Palut, 359 - Taquara - Jacarepaguá

Confira a Nova Sensação do Mercado!

Marcelo Trindade

Distribuição exclusiva. A produção é feita em nossa fábrica.

Clube do Vinho atrai fãs de um bom papo

No dia 3 de outubro, foi inaugurado no Porrinhódromo o "Clube do Vinho Nova Ipanema". Apesar do nome pomposo, o Clube não tem nenhum caráter institucional, nem tem a pretensão de transmitir conhecimentos ou promover a formação de experts.

O objetivo é a confraternização entre os moradores de Nova Ipanema que frequentam o Porrinhódromo com um bate-papo alegre e descontraído. Não se trata de nenhuma associação fechada e os seus participantes não são sujeitos a qualquer obrigação.

O grupo pretende se reunir no primeiro sábado de cada mês, sempre em torno de uma boa mesa de vinhos e petiscos. O ambiente é totalmente informal e aberto a todos. Venha conferir e participar da próxima reunião!



Espaço Aberto

Twitter – um jovem precoce

Microblog vira mania em todas as gerações

Redes sociais já surgiram várias, mas poucas fizeram tanto barulho quanto o microblog Twitter. Febre entre jovens, adolescentes e até adultos que se mostravam relutantes em aderir a esse tipo de movimento digital, o Twitter tem como grande diferencial seu formato diminuto, que permite apenas 140 caracteres por atualização. A proposta é, num texto tão curto, enviar e ler informações pessoais dos usuários, os chamados "seguidores" ou "twiteiros".

Desde que entrou no auge da moda, o Twitter já deu muito o que falar. Desafios do tipo "receitas em 140 caracteres" foram lançados aos montes, em campos tão diversos quanto os da piada e os da poesia. Tem Twitter para todo estilo. Para quem procura trabalho, há redes de freelancers e contratantes. Para quem só quer diversão, eventos e festas são di-

vulgados lá. Um verdadeiro exercício de concisão e objetividade.

Tweets para todos

Como em todo lugar moderno, a pirataria tem bastante espaço lá. Tem gente que se dá ao trabalho de se passar por famosos e divulgar o que eles estariam pensando ou fazendo. O gerúndio encontrou o auge de seu sucesso. Sobre celebridades, elas chegaram ao cúmulo de disputar para ver quem tem número maior de seguidores. (Se o Orkut tem amigos, o Twitter tem seguidores.) Para os famosos, é uma forma de falar direto com o público.

Psicólogos alertam para o fato de que o mínimo de caracteres não permite o desenvolvimento de raciocínios extensos e complexos, o que pode, assim como outros tipos de mensagens instantâneas,

dificultar o desenvolvimento de determinadas funções cerebrais.

Por todo o mundo, já são mais de 40 milhões de pessoas "seguindo" umas às outras através do pequeno blog. No Brasil, são cinco milhões. Por aqui, twitar virou verbo, corriqueiramente conjugado na praia, no trabalho, em casa e por onde mais a vontade de se expressar bater.

Recomendações de especialistas no assunto para se dar bem "twitando":

- Lembre-se: a repercussão pode ser instantânea, e não dá para voltar atrás.
- Discrição é fundamental. Se a questão é particular, use e-mail ou fale pessoalmente. Boas twitadas! 3

Moda ecológica: essa veio para ficar

Mudança de postura e de materiais: tudo em prol do meio ambiente

A top model Gisele Bündchen tem mostrado ampla conscientização sobre a urgência das questões ambientais. A modelo cobrou do presidente brasileiro mais empenho na preservação da Floresta Amazônica e tornou-se embaixadora da Boa Vontade pelo Programa das Nações Unidas pelo Meio Ambiente (Unep). Ela já visitou uma aldeia indígena no Alto Xingu, quando se deparou com a questão da poluição dos rios da região, e defende maior eficácia para as leis ambientais brasileiras, além do combate ao aquecimento global.

A mobilização da mídia com sites, blogs, livros, revistas e jornais abordando o assunto da chamada moda ecológica comprova que o mundo da moda está bastante antenado. Além, é claro, de programas de televisão e rádio que tratam das últimas novidades neste campo. A grande vantagem da popularização do tema é que a questão deixa de ser apenas conceitual, ou um princípio pregado no entorno da marca, para tornar-se um verdadeiro hábito de seus consumidores. Um rastro positivo é lançado, transformando hábitos da sociedade inteira.

Sustentabilidade e beleza: quem disse que não combinam?

Uma iniciativa, que inclusive já gerou estudos, é a dos tecidos ecológicos, que eliminam em seu processo de produção as tinturas químicas, entre outras substâncias que fazem parte dos tecidos mais comuns. Essa química afeta, além da saúde humana, o meio ambiente. A ideia de lançar produtos alternativos no mercado deu muito certo, até pela absorção da proposta por marcas conceituadas e com justa fama de ecológicas, cujo público, além de consciente, é formador de opinião. O legal dessa história é que todo esse incentivo à reinvenção da cultura da moda (tida anteriormente como descartável, volúvel e entusiasta do desperdício) tem se mostrado economicamente viável.

Muito além das ONGs, as novas ideias da moda ambientalmente responsável está ganhando público. E as empresas que aderem à causa só ganham

em competitividade. Fibras alternativas, feitas até mesmo de garrafas pet, ou através da melhora genética de espécies já comuns para a indústria têxtil, igualam-se às outras, tátil e visualmente. Inovação na produção que garante conforto e beleza no vestuário ecológico. O algodão orgânico é a aposta nessa área, porque além de já nascer colorido, é bonito e não desperta nenhuma crítica do ponto de vista dos estilistas.

Nos pés, o uso de borracha reciclada, couro ecológico, lonas e cadarços feitos de garrafa pet fazem calçados para os ambientalmente responsáveis andarem cheios de estilo pelos mais variados solos. Com destaque para o design, o conforto e a versatilidade, já que os modelos são bem variados, com desenhos bacanas e diversificados.

Além do vestuário e dos acessórios, também nos cosméticos os elementos com potencial tóxico e até cancerígeno são descartados, dando lugar a outros que preservam não só a saúde humana, mas os animais e seu entorno. O fim dos testes em bichos é realidade de muitas empresas de maquiagens e produtos de beleza e higiene. Grupos de defesa dos animais lutam para pôr fim definitivo à prática. Mas a guerra é severa, porque envolve um ramo de grande potencial econômico, e muitos de seus gestores e consumidores ainda não se conscientizaram da necessidade do respeito à natureza. Mas há muita esperança em torno dessa transição. Para a maquiagem, por exemplo, o uso dos pincéis de origem sintética tem avançado em oposição aos confeccionados com pelos de animais.

Um rastro positivo é lançado, transformando hábitos da sociedade inteira.

Até na decoração e na arquitetura o assunto ganhou espaço. E amplo. Neste campo, a última moda também são as construções sustentáveis, que impactam minimamente o ambiente em que são construídas e, de quebra, trazem algum benefício ao seu entorno. Mas isso já é assunto para outra edição...

