

REVISTA DO

# curitibano

288



Clube Curitibano

ABRIL / MAIO

A N O . 2 0 2 1

## *um novo* **amanhã**

A pandemia mudou nossa rotina no Clube, nossos hábitos e até valores. A chegada da vacina traz a esperança de um novo recomeço e levanta a questão: como será esse novo mundo?



**MODERNO E COMPLETO**  
*Perfeito para curtir o ano inteiro.*

TERRAÇO 11º PAV.  
DECK SOLARIUM COM PISCINA

HALL DE ENTRADA  
PÉ DIREITO DUPLO

GUARATUBA/PR  
PRAIA CENTRAL



**CLERMONT  
FERRAND**  
résidence

SACADA FINAIS 1 E 2

SACADAS FINAIS 3 E 4

## APARTAMENTOS

- **3 QUARTOS C/ 1 SUÍTE**
- Área privativa de 105m<sup>2</sup> a 120m<sup>2</sup>;
- 1 ou 2 vagas de garagem;
- Lavabo;
- Amplas sacadas c/ churrasq.;
- Infraestrutura p/ ar condicionado.

## ÁREAS COMUNS

- Fachada moderna e contemporânea;
- 2 Elevadores rápidos e modernos;
- Box praia/depósito p/ cada apartamento;
- Hall de entrada luxuoso e com pé direito duplo;
- Terraço no último pav. com piscina e salão de festas decorado.



**MEDIEVAL**  
ENGENHARIA

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

Imagens meramente ilustrativas, podendo sofrer alterações de acordo com o desenvolvimento do projeto arquitetônico, interiores e executivo ou outras técnicas legais pertinentes. Móveis eletrônicos e objetos decorativos não fazem parte do contrato de compra e venda do imóvel. Cópia sem escala. O empreendimento encontra-se matriculado sob nº 63527 do Registro de Imóveis de Guaratuba.

**PRAIA CENTRAL  
GUARATUBA/PR**

PLANTÃO NO LOCAL  
Rua Marechal Floriano Peixoto, nº100

☎ 41 **9 9954 0259**

☎ 41 **9 9653 0603**

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

## espalhe o vírus do bem



A cordar e dar um beijo nos filhos e um abraço carinhoso na esposa. Cumprimentar o frentista do posto, o atendente da padaria e os colegas de trabalho. Ser gentil no trânsito, dar a vez para outros carros e deixar o pedestre atravessar. São todas atitudes simples, gratuitas. Elas não exigem nenhum esforço ou treinamento. Mas com elas, estamos propagamos o vírus do bem.

Ser gentil com as pessoas que amamos, ou mesmo com quem apenas conhecemos, é uma forma de manter nossa humanidade. Não há como melhorar a vida sem melhorar a forma que nos relacionamos com o mundo. Especialmente neste momento em que vivemos, precisamos reforçar a gentileza e a esperança, para atravessá-lo da maneira mais leve possível.

Como é bom ser bem tratado nos lugares que frequentamos. Ser tratado com respeito no trabalho, nos restaurantes, nos parques. Como é bom ser recebido no Clube Curitibano por um porteiro educado e sorridente. Entrar na academia e ser chamado pelo nome. Isso muda o seu dia e o dia das pessoas.

Nós representamos uma parcela privilegiada da sociedade. Tivemos acesso à educação, alimentação, saúde e cultura. Temos a sorte de frequentar um dos melhores clubes do Brasil. Por isso, acredito e insisto em dizer que temos o dever de ser um exemplo para a sociedade, para o país no qual vivemos. Neste momento em que tanto sofrimento nos é imposto, é preciso fazer a nossa parte.

*Romualdo Rymsza*

*Diretor de Operações do Clube Curitibano*

## CLUBE CURITIBANO

Presidente . *Joaquim Miró*  
 1º Vice-presidente . *Fabio Adam Helm*  
 2º Vice-presidente . *Ana Amélia Bruel*  
 Diretor Administrativo . *Eduardo Surugi Tarquinio*  
 Diretor Financeiro . *Marco Antonio Zicarelli Cravo*

## DIRETORIA

Operações . *Romualdo Rymysza*  
 Cultura e Comunicação . *Rafael Cini Perry*  
 Esportes Aquáticos . *Cesar Augusto Carvalho Feres*  
 Esportes de Raquete e Sede Lucius Smythe .  
*Antonio Carlos Prieto Junior*  
 Esportes e Sede Mercês . *Fabio Henrique Silva Galvão*  
 Golfe e Sede Romão Rodrigues Branco . *Cristian Kim*  
 Geral e Sede Barão do Serro Azul . *Terezinha Pereira Abagge*  
 Jurídico . *Italo Tanaka Junior*  
 Obras . *Hamilton Braga de Oliveira*

## EXECUTIVOS

Superintendente . *Evaristo Bicalho*  
 Controller . *Juliano Gans*

## CONSELHO DELIBERATIVO

Membros Natos . *Renato Valmassoni Pinho, Constantino Batista Viaro, Fabiano Saporitti Campelo, José Diógenes Uady, Jackson Pitombo Cavalcante Filho, Manoel Diniz Neto, Heitor Dantas Filho, José Antônio Baggio Pereira, Renato Ramalho*

## MESA DIRETORA

Presidente . *Paulo Roberto Oliveira*  
 1º Vice-presidente . *Fábio Maciel Molteni*  
 2º Secretário . *Joclene Lincoln Procópio*

## CONSELHEIROS

*Alziro da Motta Santos Filho, Ana Cristina Mauad Raposo, Andre Moura Rocha Coutinho, Antonio Alves Prado Filho, Antonio Carlos Ferreira, Augusto Soares Molinari, Brasílio Vicente de Castro Neto, Camila Scarante Rego, Claudio Diogo dos Santos Filho, Daniel Kulysz Fatuch, Danielle A. do Amaral Cecyn, Eduardo Coneglian Della Bianca, Enio de Aragon Ferreira, Ennio Marçal Filho, Fabiana Busatto, Flavio Gomel, Gilson Macedo Osternack, Guilherme Santos Muniz, Gustavo Pereira Abagge, Helio Augusto C. de Abreu, Helio Rubens de Oliveira, João Bosco Lee, João Guilherme O. de Moraes, João Luis da Costa Viana, João Lydio Seiler Bettega, Joel Macedo S. Pereira Neto, Jose Carlos Cassou, Lello Jorge Paiva Machuca, Lucas Brandalize Salomao, Luciana da Fontoura Rodrigues, Luis Otavio Pires, Luis Renato Krause, Luiz Cesar Ribas, Manoel Doria Guimaraes Filho, Marcos Rogerio Greca, Marcus Pinheiro Machado, Mario Beatriz Junior, Mario Marcondes Lobo Filho, Mercedes Maria Maranhao Ritzmann, Myrian Dulce Reale Carstens, Ney de Lucca Mecking, Niel Ferreira da Costa, Otavio Mauad Figueiredo, Patrice Albert Vian, Paula Carneiro Bettega, Paulo Afonso C. Torres Miranda, Rafael Fabris Berg, Renato Alves, Ricardo Mitczuk, Roberto Barbosa Afonso da Costa, Rodrigo de Almeida Ferreira, Silvana Correia Laynes de Castro, Tales de Sodre e Macedo, Vera M. Haj Mussi Augusto, Vera Virmond*

## CONSELHO FISCAL

Presidente . *Nelson Laporte*  
 Titulares . *Roberto Cardoso e Roberto Sérgio Correa Alves*  
 Suplentes . *Fredi Humphreys, Rui de Almeida Valente e Iara Aurélio de Macedo*  
 Ouvidor . *Rogério Scheidt Mader*

## VICE-DIRETORIA DE ESPORTES

Badminton . *Márcio de Paula Tourinho*  
 Basquetebol Feminino . *Andrea Truppel*  
 Basquetebol Masculino . *Nelson Loureiro Alves*  
 Voleibol Masc . *Gustavo Wolff Erzingher*

Futevôlei . *Marcio Moares Soares*  
 Triathlon . *Victor Oliveira Ferreira de Almeida*  
 Motorcycle . *Josiel Gonçalves Rolo*  
 Poker e Carteadado . *Jairo Augusto Rocha*  
 Futebol Society . *Dorival Splenger Vianna Jr.*  
 Futebol de Mesa . *José Carlos de Freitas Kuster*  
 Peteca . *Luiz Alberto Maranhão Salomon*  
 Artes Marciais . *Manuel Marcos Baggio Pereira*  
 Sinuca . *Airton Miranda Bozza*  
 Bocha . *Luiz Alberto Annunziato Burger*  
 Esgrima . *Ana Paula Pereira Portugal*

## VICE-DIRETORES DE ESPORTES DE RAQUETES

Padel . *André Calle Volpi*  
 Beach Tennis . *Wagner Assad Bruel*  
 Squash . *Guilherme Rodrigues Camargo*  
 Tênis . *Frederico A. C. Fortes Filho e Larissa B. G. C. de Albuquerque*

## VICE-DIRETORES DE ESPORTES AQUÁTICOS

Natação . *Carlos André G. Pangrácio*  
 Polo Aquático . *Daniel Moro da Cunha*

## COMISSÃO DAS PISCINAS RECREATIVAS

*Ana Cristina Mauad Raposo, Joclene Lincoln Procópio, Mauro Sérgio Rocha, Mirianto José Tulio e Susana Lins Affonso da Costa*

## COMISSÃO DISCIPLINAR

Membros Titulares . *Renato de Sousa Bello, Eduardo Munhoz da Cunha e Cristina Damaris C. Machado*  
 Membros Suplentes . *Phillip Gil França, Fernando A. W. Maria Sobrinho e Marco Antonio Marconcin*

## CONSELHO USUÁRIOS BIBLIOTECA - CUB

Presidente . *Vera Mussi Augusto*  
 Secretária . *Ana Maria Morandi Haro Anjos*  
 Conselheiros . *Jussara M. dos Santos Caliarri, Sonia Maria Costa Gomes, Elizabeth Thá Berman, Clecy Bevilacqua da Silveira e Jorge Enrique Cabrera Mansilla*

## CUB Z

*Maria Eduarda Carneiro, Maria Fernanda Veiga, Ana Laura Soares*

## VICE-DIRETORES

Sauna Masculina . *James Katzwinkel*  
 Toca Lincoln . *Thiago Isaias Tarquinio*

## COMISSÃO DA SAUNA FEMININA

Vice Diretora . *Cristiane Locateli Todeschini*  
 Membros . *Alice Bacila Munhoz da Rocha, Cynara de Lima Gonçalves, Cecília Isabel Ribeiro, Estela Inês Menegatti*

## BOLÃO I CIB 2020 "Unidos pelo Bolão"

Presidente CIB . *Wilson Galvão de Oliveira e Maria de Lourdes M. F. Oliveira*  
 Grupo Albatroz . *Hilton Zonkowski, Rosângela Werneck e Rose Garcia*  
 Grupo Desesperados . *André Cassou*  
 Grupo Donos da Bola . *João Augusto Michelotto e Maria Helena Michelotto*  
 Grupo Extintor . *Rosinha Parolin e Francisco Ritzmann*  
 Grupo Invocados . *Gilberto Miranda e Lauriana Miron de Miranda*

## GOLFE

Capitão . *Jairo Augusto Rocha*  
 Capitã . *Fernanda Roccon Rocha*

## EXPEDIENTE

REVISTA DO CLUBE CURITIBANO  
 Publicação bimestral. Conteúdo produzido e editado pelo Departamento de Comunicação e Marketing.

Gerência . *Cinthia Scheffer*  
 Equipe . *Alessandro Pinheiro, Alisson Stasiak, Amanda Falcon, Jeniffer Gutierrez, Mariana Rosa, Tiago Santos e Wesley Oliveira*

FALE COM A REDAÇÃO  
 ☎ 41. 3014 -1936 | revista@clubecuritiba.com.br

Projeto gráfico e Diagramação . *Ideale Design*  
 Capa . *Equipe de marketing Clube Curitibano*  
 Impressão . *Maxigráfica*

PARA ANUNCIAR . *Saltori Mídia Estratégica*  
 ☎ 41. 99996-9995 | renato@saltori.com.br



SEDE BARÃO DO SERRO AZUL  
 Av. Getúlio Vargas, 2857 | 80240-040 | Curitiba / PR  
 ☎ 41. 3014.1919

SEDE ROMÃO RODRIGUES BRANCO  
 Av. 25 de Janeiro, 2461 | 83420-000 | Quatro Barras / PR  
 ☎ 41. 3672.1474

SEDE LUCIUS SMYTHE  
 Rua João Parolin, 1090 | 80220-290 | Curitiba / PR  
 ☎ 41. 3332.2028

SEDE CONCÓRDIA  
 Rua Carlos Cavalcanti, 815 | 80510-040 | Curitiba / PR  
 ☎ 41. 3222.8685

SEDE MERCÊS  
 Rua Jacarezinho, 1303 | 80810-130 | Curitiba / PR  
 ☎ 41. 3018.1015

\* Os artigos assinados e as publicidades veiculadas não expressam necessariamente a opinião da Revista, sendo de inteira responsabilidade de seus autores e anunciantes.

# sumário.

40



72



78



12

## Revitalização

O Centro de Integração deve passar em breve por uma renovação. A nova área vai proporcionar mais serviço aos associados, como um espaço confortável para passar o tempo, bater um papo ou mesmo trabalhar.

24

## Capa

Ouvimos especialistas e associados sobre a expectativa de um mundo pós-pandemia.

36

## Sustentabilidade

Livro coordenado por associadas do Clube apresenta práticas e ações estruturais sustentáveis.

40

## Nova metodologia

Com o novo Núcleo de Criação, a Escola de Teatro vai reformular o aprendizado e desenvolver a construção coletiva das artes cênicas no Curitibaano.

72

## Volta às origens

Rei do Vôlei de Praia, Emanuel Rego retorna à Sede Barão depois de quase três décadas e joga uma bola com o Presidente Joaquim Miró e os alunos da modalidade.

78

## No alto do pódio

Gustavo Saldo conquista duas medalhas de ouro e Fernanda de Goeij fica entre as quatro melhores no Sul-Americano Absoluto de Natação.

80

## Por dentro da Lucius

Fizemos um raio-x da sede de tênis do Curitibaano. Conheça a estrutura e as curiosidades da unidade.

### Revista Clube Curitibaano

A edição #288 está disponível para leitura gratuita no site [clubecuritibaano.com.br](http://clubecuritibaano.com.br).  
Acesse também pelo QR Code.



siga o clube nas redes sociais



[/clubecuritibaano](https://www.facebook.com/clubecuritibaano)



[@clubecuritibaano](https://www.instagram.com/clubecuritibaano)



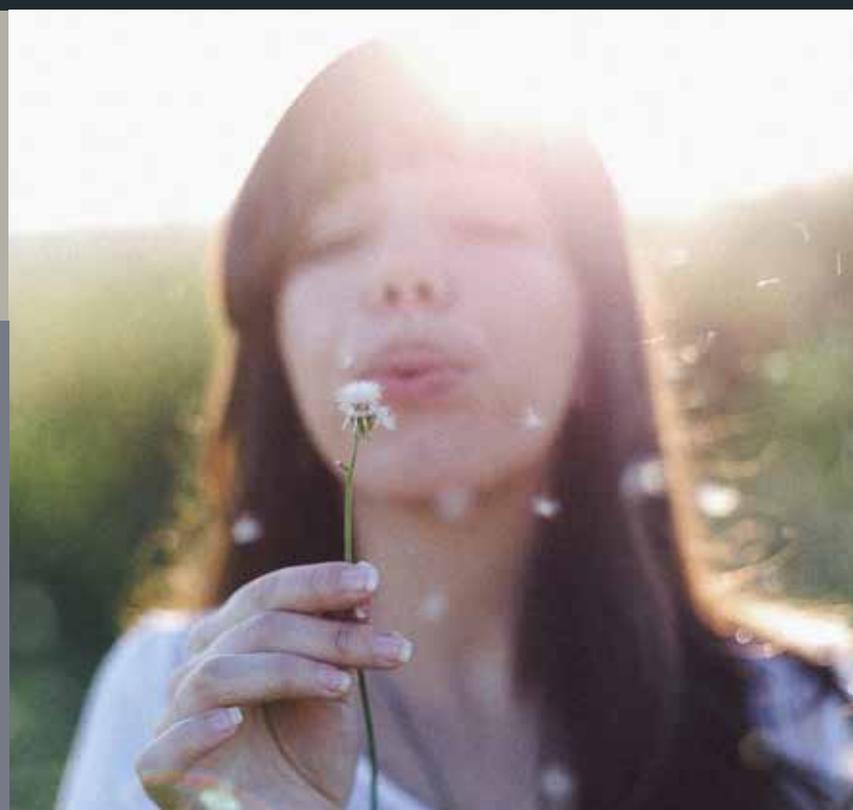
[/user/ClubeCuritibaano](https://www.youtube.com/user/ClubeCuritibaano)



**IMÓVEIS-ARTE**  
PARA UMA VIDA  
COM MAIS  
BEM-ESTAR.

**Criar com alma e inovação**, gerar felicidade e oferecer uma vida inconfundível. Presentes nas mais desejadas regiões de Curitiba, nossos imóveis-arte são a harmonia perfeita para quem busca o conforto de um lar sustentável, inspirador e que preza pela saúde e qualidade de vida dos moradores.

Pensamos em empreendimentos que tenham o poder de transformar rotinas, hábitos, bairros e a nossa cidade. Por isso, nossos imóveis-arte contam com as principais certificações sustentáveis e temos a satisfação de integrar o WELL Portfolio, um seleto grupo com apenas 30 empresas de todo o mundo comprometidas em desenvolver projetos que promovam qualidade de vida, saúde e bem-estar dos consumidores e da comunidade.





# O que nós fazemos pela água?



Na Ouro Fino, uma das nossas maiores ações é preservar mais de 6 milhões de metros quadrados de área verde. Manter esta área preservada garante a pureza de nossas águas e também a reposição para a natureza de 4x mais água do que utilizamos em nossos processos.

Você pode ajudar também, com atitudes diárias para evitar o desperdício de água como: tomar banhos mais curtos, não lavar calçadas diariamente, reaproveitar a água da máquina, entre outros.

A Ouro Fino quer saber, o que você faz para contribuir com a preservação da água? Aponte sua câmera para o QR Code abaixo e responda uma pesquisa rápida sobre como você contribui com a preservação da água na sua casa.

**Cuide da natureza e juntos poderemos construir um futuro melhor!**

Aponte sua câmera  
para o QR Code.



[aguasourofino.com.br](http://aguasourofino.com.br)



*Mercado imobiliário continua promissor*

# *em 2021*

*e a busca pelo morar bem pode ser concretizada neste ano*



O cenário positivo do mercado inclui as baixas taxas para financiamentos imobiliários e a busca por imóveis onde o bem-estar e a qualidade de vida estão em primeiro lugar. Em Curitiba, o Ecoville é uma das regiões mais requisitadas para se morar bem; além da facilidade com os serviços essenciais dentro do bairro, a região conta com amplos espaços verdes - uma média por habitante que é superior a da própria cidade.

O ano de 2021 começou aquecido para o mercado da construção civil. O setor, que não parou com a pandemia e manteve suas obras a todo o vapor, ainda que com novas datas de lançamentos, se mantém pujante. O que contribui positivamente para isso são os financiamentos imobiliários que continuam com taxas baixas e a valorização do morar bem. Com o isolamento social, as pessoas perceberam o valor da moradia e a necessidade de espaços maiores que contribuam para o convívio familiar.

Segundo o presidente da ADEMI, Leonardo Pissetti a hora de comprar imóveis é agora. "Esse é o momento certo para adquirir um imóvel. Estamos vivendo um pequeno ciclo inflacionário na questão dos insumos e aquisição de matérias-primas. De acordo com dados da Fundação Getúlio Vargas, os preços do material de construção subiram 19,60% no ano passado, sendo que alguns insumos tiveram aumentos acima de 50% no mesmo período. A economia se apega a alguns fatores: quando temos um câmbio depreciado, com o dólar acima de R\$5, as matérias-primas e os insumos para a construção civil acabam sendo atrativos para o mercado externo e a gente acaba competindo com essa produção. Os lançamentos que estão vindo estão com preços defasados. Já os novos projetos terão que suprir esse novo valor. Dentro disso tudo está sendo prevista ainda a reforma tributária, que reajusta alguns impostos federais para os prestadores de serviços; valores serão triplicados e isso vai acabar onerando o prestador de serviço. É fato que os imóveis vão ter que subir de preço e quem comprar agora, ainda vai pegar a tabela antiga".

Na opinião do diretor-geral da Hugo Peretti, construtora que atua há 76 anos no mercado da construção civil na cidade, Hugo Peretti Neto, a região do Ecoville é uma das mais charmosas e que carrega grande significado para a capital. "O bairro se tornou o polo de grandes projetos assinados por arquitetos experientes e talentosos e conta com quesitos essenciais, principalmente para os dias de hoje: área afastada do centro da cidade, ruas arborizadas e facilidade a serviços essenciais próximos". Segundo dados do IPPUC, a média de espaço verde por habitante no bairro é de 113,49 m<sup>2</sup>, superior ao da cidade, que é de 58 m<sup>2</sup> por habitante. A Hugo Peretti está com seu 83º empreendimento na cidade, o Saint Victoria Residence, com previsão de entrega para o primeiro semestre deste ano. O prédio está localizado em um dos terrenos mais altos do Ecoville, com uma vista completa da cidade, rodeada por muito verde e luz natural.

*Escolha natureza,  
sophisticaco e conforto  
para viver bem.*



*Localizado no melhor  
do Ecoville:  
Rua Monsenhor  
Ivo Zanlorenzi, 3190*

Cobertura

238m<sup>2</sup>  
privativos

68m<sup>2</sup>  
terraço

3  
suítes



*Entre em contato para saber mais!*

 (41) 3180.0808

 (41) 99973.1500

Apartamentos

160m<sup>2</sup>  
privativos

3  
suítes

*Construo e incorporao:*

**HUGO PERETTI**

*Arquitetura:*

**bacoccini**  
ARQUITETURA E CONSULTORIA

*Acesse o QR Code  
e faça o tour 360°*



# Cinco sedes passam por melhorias

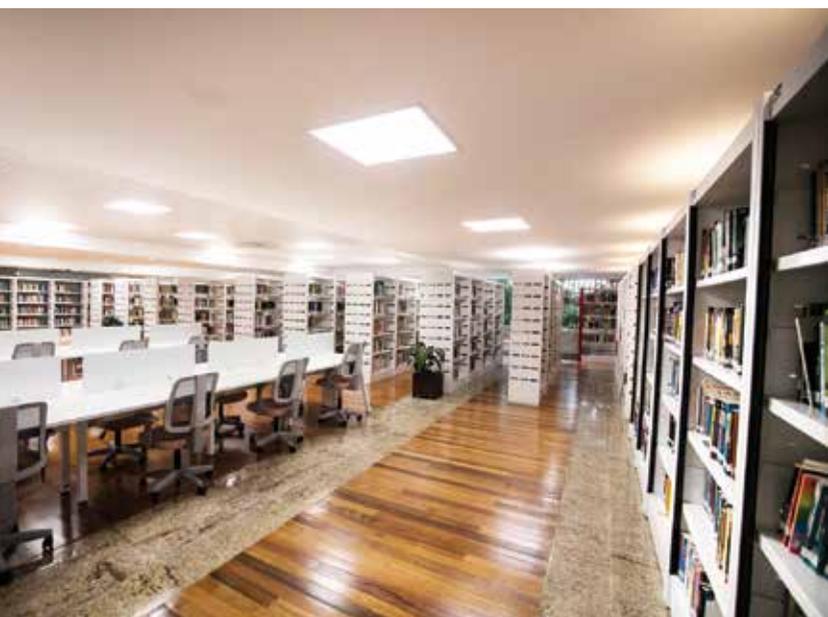
**S** seja por meio de obras de grande porte, seja por revitalizações e pequenas manutenções, a estrutura das sedes do Curitibano vem ganhando cara nova em 2021. As melhorias de infraestrutura estão em andamento nas cinco unidades. Nesta edição, mostramos o status das principais obras que estão sendo executadas para melhorar o serviço prestado e valorizar o patrimônio dos associados.

## Sede Barão

Na principal sede do Curitibano, no bairro Água Verde, duas grandes obras já estão em execução: o novo hall dos salões sociais, na Rua Getúlio Vargas, e a nova fachada da Petit Carneiro. A previsão é de que essas melhorias estejam concluídas até julho.

A fachada da Petit Carneiro é um dos cartões de visitas do Curitibano, tanto para os associados como para Curitiba. Por isso, a revitalização é uma das etapas mais importantes para a modernização e unificação da identidade visual do Clube. O projeto traz materiais modernos e sustentáveis, que vão diminuir o impacto de concreto na fachada, trazendo elementos de madeira ecológica que harmonizam com o verde do clube. A proposta é que a área externa da República Argentina também seja modernizada em um segundo momento, para seguir o mesmo padrão.

Na área interna estão prontas duas importantes novidades: a biblioteca e a nova sala de Esgrima – que foi modernizada com recursos do Comitê Brasileiro de Clubes (leia mais na página 62). Também deve ser finalizada nos próximos dias a sala de dança 4, no corredor dos troféus.



Biblioteca ganhou novo mobiliário

## Sede Concórdia

Seguem em andamento as obras de recuperação do telhado e do piso da Sede Concórdia. O casarão histórico está sendo preparado para receber cada vez mais atividades e se tornar um importante núcleo cultural para o Clube e para a cidade de Curitiba. Nos próximos meses, deve sair do papel também o projeto da caixa cênica do palco, para deixá-lo pronto para receber shows e espetáculos de teatro.



Obras na Sede Concórdia para recuperação do piso e telhado



No alto, a quadra de squash revitalizada. Acima, cortinas diminuem a incidência de sol na hora dos jogos de padel

## Sede Lucius Smythe

Os dois novos terrenos, ao lado do complexo de padel, que foram recentemente adquiridos pelo Clube, já estão sendo preparados para futuras instalações. O espaço foi negociado pela atual Diretoria para ampliar a área da Sede Lucius Smythe – que estuda, agora, a implementação de mais quadras e áreas de estacionamento.

A infraestrutura já existente na unidade também está passando por melhorias. Nos próximos meses, será feita a substituição da areia das quadras de beach tênis (que também passarão por um nivelamento e reparo das unidades externas). No tênis, a quadra cinco está sendo totalmente reformada.

Na área de padel, foram instaladas cortinas, para reduzir a incidência de sol nas quadras, e a cobertura da área de convivência. No squash, foi finalizada a revitalização do espaço – que ganhou nova pintura, decoração e iluminação, além de equipamentos.

## Sede Mercês

Na Sede Mercês, duas grandes obras serão entregues para o associado ainda no primeiro semestre. Nas próximas semanas deve ser aberto oficialmente o Espaço Gourmet – moderna área para churrascos e confraternizações com capacidade para 60 pessoas (40 na área interna e 20 na externa). Quando as limitações impostas pela pandemia permitirem, o espaço poderá ser reservado sem custo.

A unidade também vai ganhar duas novas quadras de areia, destinadas à prática de esportes como Beach Tênis e Futevôlei. Elas serão construídas ao lado das quadras atuais, no terreno que foi adquirido recentemente e hoje abriga uma antiga casa. A expectativa é que os espaços estejam liberados para uso em junho.

## Sede Romão

A reforma na piscina da unidade de Quatro Barras já está em andamento. Uma delas será aquecida pelo sistema de placas solares. E, nos próximos meses, a sede passa pela manutenção do seu gramado, para garantir a qualidade de jogo os golfistas. ☺



As obras do Espaço Gourmet serão finalizadas em breve

## Sócios divergem na avaliação da Ouvidoria

A ouvidoria do Curitibano tem sido um tema constante nas comunicações do Clube, com o objetivo de esclarecer cada vez mais pessoas sobre o tema. A atual diretoria vai levar a questão para apreciação dos associados, em assembleia geral, assim que for possível. Será possível escolher entre três opções: (1) manutenção do ouvidor com salário atual de R\$ 13.725 mil/mês; (2) manutenção, com redução do salário; (3) extinção do salário. Abrimos espaço para os associados darem sua opinião sobre o assunto. Participe e envie a sua opinião também ao Departamento de Comunicação.

Saiba o que eles pensam sobre a ouvidoria do Clube:

Considero uma via importante para o associado manifestar sua opinião, críticas, reclamações e sugestões para um melhor desempenho das atividades diárias da instituição. Sugiro que as boas ideias enviadas pelos associados sejam realmente discutidas pela diretoria e aproveitadas dentro do possível."

Carlos Alberto Fatuch

"Sou francamente favorável. O estatuto do Clube, no artigo 80, diz que 'o ouvidor é o elo entre os associados e as instâncias diretivas do Clube, visando incentivar a excelência na qualidade dos serviços oferecidos'. Podemos contribuir para o aperfeiçoamento das regras, com uma obrigatoriedade da apresentação de um currículo formal dos candidatos e com ampla divulgação para os associados. Ainda no artigo 87, o estatuto diz que 'o ouvidor deve apresentar relatório semestral das suas atividades e resultados obtidos à diretoria e ao conselho'. Por esse motivo, eu sou totalmente favorável à remuneração estabelecida e da ampla divulgação do número e e-mail do ouvidor."

Paulo Ribeiro Paes Barreto Filho

"Minha opinião acerca da importância do ouvidor para o associado do Clube Curitibano mudou integralmente após o pleito do qual participei. Constatei o empenho da Diretoria em eleger um candidato, empenho este, diga-se, sempre resultante em êxito. Logo, não acredito em ouvidoria independente e diretamente dedicada ao associado."

Roberto Zacharias

"Acredito que a Ouvidoria é importante e deve ser mantida. Mas pode ser reformada. Acho que a comunicação, críticas e sugestões dos associados poderiam ser feitas por um aplicativo próprio para celular. Se o ouvidor não respondesse após um período, a notificação iria direto para o diretor da área. A remuneração do ouvidor também deveria ser repensada, pois há uma discrepância com os outros cargos."

Roberto Busatto

"Acho muito interessante esta consulta aos associados, até porque a manutenção do cargo de ouvidoria sempre causou muita divergência. Na minha opinião, é totalmente desnecessário e não se enquadra mais na realidade do Clube. Hoje, o acesso à informação trouxe diversos canais de comunicação entre associado e Diretoria. Não é necessário um intermediador para fazer requerimentos, críticas e sugestões. Até porque muitos têm mantido contato direto com a Superintendência, sempre muito ativa nos interesses do associado. Ademais, o salário é bastante alto para a demanda do ouvidor. Certamente na iniciativa privada o salário do ouvidor seria considerado altíssimo e exigiria uma excelente qualificação profissional para ser justificável."

Brasilio Vicente de Castro Neto

## fale conosco.

Quem quiser falar com o Ouvidor Geral, Rogério Mader, pode entrar em contato pelo e-mail [ouvidoria@clubecuritibano.com.br](mailto:ouvidoria@clubecuritibano.com.br). Como conceito geral, os cargos de ouvidoria têm o papel de resolver divergências entre associações e/ou empresas e seus associados/clientes que não tenham tido atenção ou solução satisfatória.

Ou seja, função diferente da Central de Relacionamento do Curitibano (CRC), que foi recentemente criada para facilitar a conversa entre os associados e o Clube. "Assim como os famosos 'SACs' das empresas, o CRC tem o papel de receber solicitações, dúvidas e reclamações dos nossos associados em um único canal. Nossa equipe está preparada para responder com agilidade esses contatos. E, quando necessário, acessar as áreas responsáveis", explica o Superintendente do Curitibano, Evaristo Bicalho.

Outro diferencial do CRC, explica Bicalho, é o contato ativo com os associados. "É um espaço para diálogo. Por meio da Central, vamos enviar informações importantes para os associados." O envio é feito via listas de transmissão. Para isso, basta salvar o contato do CRC no seu celular, enviar uma mensagem solicitando a inclusão nas listas (geral e por áreas de interesse). O telefone/whatsapp do CRC é 41. 99122 0113. 



LALIQUE  
residência

Lançamento  
no Água Verde

Alto Padrão

Apartamentos  
a partir de  
**153m<sup>2</sup>**  
privativos

**3** suítes  
vagas

Entrega  
Agosto 2022



imnarc.com.br

A 2 quadras do  
Clube Curitibano

Rua Dr. Alexandre  
Gutierrez, 49

99879-6389

CONSTRUTORA  
E INCORPORADORA:



VENDAS:



Conheça todos os diferenciais em:  
[laliquerresidence.com.br](http://laliquerresidence.com.br)

Anteça-se ao  
lançamento.  
Mais informações:



# Proteção garantida

*Curitibano reforça a vigilância e padroniza gestão de dados, buscando a segurança dos associados e colaboradores*

■ por Mariana Rosa

Desde que entrou em vigor em setembro de 2020, a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) tem despertado a curiosidade e a preocupação das pessoas acerca da segurança de suas informações pessoais. Nos últimos meses foram muitas as notícias de vazamentos e quebras de sigilo, que assustaram a todos. Assim como muitas empresas, o Clube Curitibano buscou reforçar seu sistema para proteger associados e colaboradores de possíveis irregularidades e constrangimentos.

A LGPD tem como objetivo proteger as informações que podem ser usadas para identificar uma pessoa, como nome completo, CPF, dados bancários, e-mail, entre outros. A lei também restringe a coleta de dados sensíveis, como religião, posicionamento político, raça e sexualidade. O cidadão é colocado como titular dos dados e as empresas como responsáveis pela gestão, circulação e armazenamento destes.

Segundo Gabriel Schulman, advogado da Trajano Neto & Paciornik Advogados e consultor jurídico contratado pelo Clube para as adequações, é necessário que a empresa faça quatro perguntas: Quais os dados a empresa usa? Para quê ela os usa? Se ela poderia resolver o mesmo assunto com menos dados? E se tiver que manter os dados, como protegê-los?

“A LGPD não proíbe de fazer a coleta dos dados, mas torna essa coleta mais consciente para que as empresas filtrem o que realmente é necessário e garantam a proteção de seus usuários”, explica Schulman. Como é uma novidade que acompanha o crescimento tecnológico, a lei está em constante desenvolvimento e adequação.



## LGPD no Curitibano

A Trajano Neto & Paciornik Advogados prestou consultoria ao Clube Curitibano no sentido de consolidar um protocolo de coleta, tratamento e divulgação de informações dos associados e colaboradores. As recomendações vão desde a restrição do uso dos dados cadastrais, até a autorização formal da divulgação de imagens e vídeos no site, revista e redes sociais.

“De maneira geral, o Clube já adotava procedimentos seguros de manuseio de dados. Nós fizemos alguns ajustes para diminuir o número de pessoas que têm acesso a essas informações. Criamos também etapas menos invasivas na pré-admissão de funcionários”, explica o advogado. Foi feito também um trabalho com as empresas parceiras, por exemplo as responsáveis pelo transporte de alunos e equipes de competição.

Caso o associado se sinta violado de alguma forma, foi criado um canal para a comunicação aberta e garantia de direitos. No e-mail [lgpd@clubecuritibano.com.br](mailto:lgpd@clubecuritibano.com.br), o sócio pode fazer um requerimento de forma simples e rápida e comunicar desconfortos. A partir da solicitação, a administração do Clube tomará as medidas necessárias. ☒

# CURTA O FERIADO DE CORPUS CHRISTI NO PARAÍSO

Desfrute de uma variada gastronomia e tenha momentos relaxantes no litoral de Santa Catarina.

## SUÍTE LUXO MAR

03 noites, a partir de

6x R\$ **616,50**

*2 adultos e 2 crianças de até 12 anos*



[itapemabeachresorts.com.br](http://itapemabeachresorts.com.br)

Central de Reservas  
0800 642 3261

**Itapema**  
Sinta o prazer de estar aqui

**ITAPEMA BEACH** hotéis & resorts  
by **NOBILE**

# Novo modelo de gestão

*Empresa especializada vai garantir ainda mais eficiência nos serviços prestados por arrendatários do Clube. Associados vão avaliar serviços e sugerir oportunidades*

■ por Mariana Rosa

Buscando a gestão mais eficiente dos serviços terceirizados ofertados nas suas sedes, o Clube Curitibano fechou contrato com uma empresa especializada em gestão de espaços comerciais, shoppings e malls. A PFG Gerenciadora Administrativa, empresa escolhida, passa a supervisionar todos os arrendatários das cinco unidades, além de buscar oportunidades para os espaços vagos para aluguel, atendendo as demandas sinalizadas pelos associados. Fazem parte dos serviços terceirizados as lojas de produtos e serviços do *Curitibano Mall* (Sede Barão), todos os restaurantes, o lava car e serviços de estética.

Foram firmados dois contratos, que englobam três etapas de atuação. Na primeira, a empresa fez uma análise dos mais de 30 contratos vigentes, avaliando o custo-benefício, eventuais discrepâncias com a realidade do mercado e entre eles para apontar melhorias. “A chegada da PFG é mais uma etapa do processo de revisão e modernização dos processos administrativos do Clube proposto por essa gestão. Nós queremos melhorar e padronizar os contratos. Hoje, cada arrendatário tem um contrato diferente, alguns já defasados. Essa empresa tem uma *expertise* muito grande na área de locação comercial”, explica o Diretor Administrativo do Clube Curitibano, Eduardo Tarquinio.

Nesta primeira etapa, a empresa também está avaliando os espaços disponíveis e estabelecendo um padrão no valor de locação por metro quadrado - considerando todas as particularidades comerciais do Clube.

© Mileni Kobayama



## O que você procura no Clube?

Para a segunda etapa está prevista nas próximas semanas a realização de uma pesquisa com os associados. O objetivo é avaliar formalmente os serviços prestados pelos arrendatários atualmente e entender quais ainda podem ser ofertados no Curitibano. “Nosso próximo passo é entender o que os associados pensam sobre esses serviços terceirizados, como é o atendimento, a qualidade dos serviços e produtos ofertados”, diz Tarquinio. “Com esses resultados, queremos atuar de forma próxima aos nossos parceiros para melhorar o que for necessário”.

A pesquisa pretende coletar sugestões e entender quais tipos de serviços os associados gostariam de ter acesso nas sedes. “Com o resultado, caso um espaço se torne vago, a PFG e o Clube saberão que tipo de serviço é mais desejado. E a PFG ficará responsável por encontrar a melhor empresa para ocupar o espaço”, explica a Supervisora de Patrimônio e Transportes do Curitibano, Renata Lemos. A pesquisa será enviada para os associados pelos canais formais de comunicação do Clube, ainda no mês de abril.

## Gerenciamento

Por fim, na terceira etapa acontece efetivamente a gestão dos arrendatários. A PFG estará responsável também pela renovação das locações e administração dos aluguéis, acompanhando de forma constante a adequação com o mercado. Dessa forma, explica o Diretor, será possível evitar inadimplências e preservar as finanças do Clube, além de zelar e fiscalizar o patrimônio. “O aluguel do espaço inclui todo o mobiliário e estrutura física. Então, temos que evitar o sucateamento, garantir a preservação do patrimônio do associado. A PFG nos ajudará a monitorar também isso”.

Viver a poucos  
passos do  
Curitibano agora  
tem nome:

edifício  
*Carmen*

Encante-se com a união  
perfeita entre elegância,  
charme e personalização  
que você merece. Desfrute  
do clube como o seu quintal.

PROJETO ARQUITETÔNICO  
E DE INTERIORES



Elaine Zanon &  
Claudia Machado

Arquitetos Associados

- UNIDADES DE:  
202m<sup>2</sup> À 352m<sup>2</sup> DE  
ÁREA PRIVATIVA
- 4 VAGAS DE GARAGEM

CONHEÇA O PRIMEIRO  
HIGH  
**LUXURY**  
RESIDENCE  
DE CURITIBA



blackflag.com.br

**PLANTÃO DE VENDAS:**

Travessa Percy Whitters, 71 • Água Verde

**INFORMAÇÕES E RESERVAS**

3076-4546  99514-0014

[construtorabouw.com.br](http://construtorabouw.com.br)

  /construtorabouw

CONSTRUTORA  
**BOUW**  
DESDE • 1996

**OBRAS ADIANTADAS  
ENTREGA EM DEZEMBRO DE 2021**

# Você pode ajudar a fazer um novo Centro de Integração

*Escolha do projeto terá participação dos associados, que poderão votar nas opções criadas por jovens arquitetos*

O Centro de Integração, no coração da Sede Barão, deve passar em breve por uma revitalização. E você pode ajudar a torná-lo ainda melhor! A definição do novo projeto para o espaço será resultado de um processo totalmente inovador – que começou em fevereiro, com uma série de estudos e pesquisas, e segue neste mês, com uma votação entre os associados. O objetivo é criar um espaço mais confortável para passar o tempo, bater um papo ou mesmo trabalhar, além de aumentar a oferta de serviços para os associados. O espaço a ser modernizado tem mais de 600 metros quadrados e inclui, também, o Salão Gourmet e o antigo restaurante.

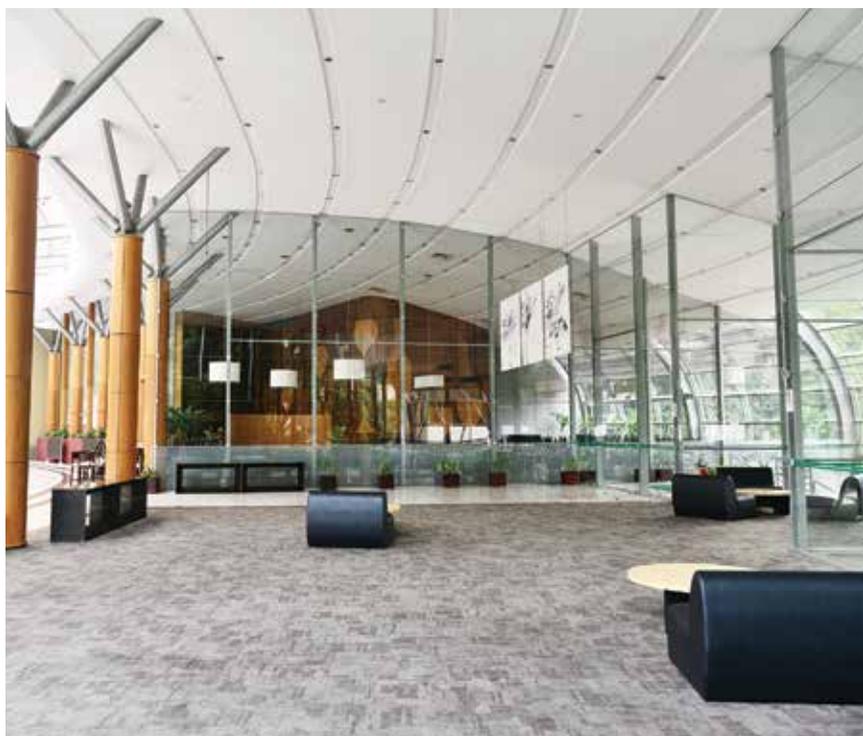
As opções de projetos que serão levadas para votação estão sendo criadas por arquitetos da Região Sul e de São Paulo, participantes da Maratona Criativa 1901 idealizada pelo Clube e realizada em parceria com o Atelier 1901 – *hub* de projetos e espaço de capacitação de arquitetos e urbanistas recém-formados por meio de prática projetual.

O trabalho dos jovens profissionais começou ainda em fevereiro, com uma imersão de um mês no Clube, que incluiu visitas à Sede Barão e conversas com alguns associados. “Recebemos um grupo de 14 arquitetos. Eles puderam observar como as pessoas usam o Clube e ocupam os espaços. Além disso, fizeram uma série de conversas com frequentadores, para ouvir as percepções dos associados sobre os serviços e sobre o que falta na unidade”, explica o Diretor de Cultura e Comunicação, Rafael Perry.

Os arquitetos também participaram de um *workshop* sobre Design de Serviço – conceito aplicado no espaço.

Essas pesquisas ajudaram a compor um diagnóstico sobre as demandas e interesses dos frequentadores. O estudo apresentado para o Clube também trouxe tendências de mercado e até um perfil da oferta de serviços disponível na região do Água Verde.

*Centro de Integração vai ser revitalizado para oferecer mais serviço e espaços de convivência para associados*



O Vice-Presidente do Curitibano, Fabio Helm, conta que o estudo citou uma série de oportunidades de ocupação do espaço. “Recebemos ideias para usar o espaço com um conceito moderno, democrático e funcional. Muitas delas coincidiram com ideias que nós também tínhamos para a sede. Acredito que vamos resolver um pedido recorrente dos nossos associados que é o de ter uma área de convivência no Clube, para conversar, encontrar com os amigos, ler um livro ou trabalhar entre uma atividade e outra, ou enquanto aguardam os filhos.”



Recebemos ideias para usar o espaço com um conceito moderno, democrático e funcional"

Fabio Helm  
Vice-Presidente do Clube Curitibano

Revitalização inclui Salão Gourmet e espaço do antigo restaurante

## Concurso

Essas ideias, depois de avaliadas pela diretoria, deram origem a um *briefing* para um concurso entre estudantes de arquitetura e urbanismo e recém-formados (com colação de grau entre os anos de 2017 e 2020 ou até março de 2021). "O formato de maratona tem sido muito utilizado por clientes que buscam não só receber diferentes propostas para decidir por uma, mas porque possibilita o acesso a uma variedade de conceitos e ideias que abusam da criatividade e, muitas vezes, surpreendem", comenta Ismael Gustavo Zanardini, idealizador do Atelier 1901, ao lado de Thatiane Botto de Barros, sócios do Studio BaZa Arquitetura e Interiores.

Os arquitetos (ou grupos) que se inscreveram para participar receberam as informações e tiveram cerca de duas semanas para trabalhar em propostas para o local. No dia 15 de abril, eles serão apresentados para a diretoria do Clube e, no fim do mês, os sócios participam da votação pelo site do Curitibano.

A grande vantagem, diz o Diretor de Engenharia do Curitibano, Hamilton Braga de Oliveira, é justamente ter essa oportunidade de receber mais de uma proposta para cada área do Centro de Integração, trazendo mais ideias para discussão. "E nessa fase final, vamos ter opções para levar aos associados, para que eles nos ajudem a escolher a melhor proposta para o espaço", diz.

Uma comissão composta por associados e profissionais de áreas relacionadas à arquitetura também será formada para avaliar os projetos.

A votação aberta aos associados está prevista para acontecer entre os dias 28 de abril e 5 de maio. Fique atento às redes sociais do Clube e aos canais de comunicação para saber as atualizações e não deixe de dar a sua opinião.

## Sobre o Atelier 1901

Incubadora para arquitetos e urbanistas recém-formados, o Atelier 1901 é um modelo de negócio inovador. Lançado no fim de 2019 em Curitiba, a incubadora procura auxiliar esses jovens profissionais a darem os primeiros passos em suas carreiras, promovendo a capacitação por meio da prática projetual e a assessoria de arquitetos mais experientes.

De lá para cá, o Atelier 1901 já desenvolveu dezenas de projetos para atender demandas específicas de diferentes clientes, comerciais ou residenciais. Uma das práticas mais utilizadas para essas demandas é a realização de maratonas criativas envolvendo seus incubados. 📍

# O coração da sede <sup>3</sup>Concórdia



Imagem: Kobyama

*Uma das funcionárias mais antigas e queridas do Clube, “Tia Onória” é um exemplo de empatia e respeito com o próximo*

■ por Mariana Rosa

“Aqui é assim: tia pra lá, tia pra cá. Somos uma família!”, conta sorrindo Onória Gonçalves Barbosa, a “Tia Onória”, funcionária do Curitibano. Aos 75 anos, ela dedicou os últimos 26 ao cuidado da Sede Concórdia, manutenção e limpeza do prédio histórico. O conhecimento dela sobre a estrutura talvez supere o de muitos estudiosos que se debruçaram na história da construção: “O meu carinho pelo Clube é pelas pessoas que passam por aqui, não é só pelo prédio. Eu considero aqui a minha casa, então eu cuido com todo o amor”.

Nascida em Pato Branco, interior do estado, Onória se mudou para Curitiba aos 15 anos, junto com a família com a qual trabalhava na época. Era o seu terceiro emprego, e quando recebeu o convite para vir à capital não pensou duas vezes. “Eu vim escondida do meu pai. Quando ele soube, eu já estava longe”, lembra. Pediu demissão da casa dois anos após a mudança. Como a jovem não conhecia ninguém na cidade, procurou ajuda na igreja para conseguir um novo emprego. Com a indicação de freiras, ela trabalhou na casa de grandes personalidades da cidade, fazendo amizade por onde passava.

“A coisa mais linda que eu aprendi com os meus pais foi tratar as pessoas com respeito, independente de idade, de dinheiro, de quem seja. Eu não gosto de ser tratada com grito, com grosseria, por que eu vou tratar os outros assim?”, questiona. Ela tem boas histórias e muito carinho por todas as casas e empresas que trabalhou. Garante que, se retornar a qualquer uma, será tratada como amiga da família. “Eu vi os filhos deles crescer, e eles viram os meus. Trabalhei no restaurante de uma família por 15 anos. Fiz amizade e uma delas é madrinha da minha filha!”, conta.q

Onória Gonçalves Barbosa, a “Tia Onória”



A Sede Concórdia passou os últimos 26 anos sob os cuidados de Dona Onória

“  
Eu considero aqui a  
minha casa, então eu  
cuido com todo o amor”

Onória Gonçalves Barbosa  
Funcionária do Curitibano

## História entrelaçada

Quando dona Onória começou a trabalhar no Concórdia, a instituição ainda não fazia parte do Clube Curitibano. Ao lado de Araci Teleginski, gerente da Sede, ela é uma das funcionárias mais antigas do prédio.

Ao mostrar o rol de presidentes no segundo andar, ela lembra do nome e sobrenome de todos os que passaram desde que começou a trabalhar. Familiar com cada cantinho do prédio, ela não sabe dizer o que acha mais bonito: “Quando você tem amor mesmo numa coisa, você não divide. Você gosta de tudo. Quando limpo um vidro, por exemplo, eu vou para atrás e fico admirando de tão bonito que é!”.

Em 26 anos, dona Onória acompanhou diversos eventos, acontecimentos e festas. E não esconde sua preferência pelos casamentos! Segundo ela própria, as únicas pessoas mais preocupadas que ela com os detalhes e o capricho da festa, só as noivas e suas mães. “A noiva que mais me marcou foi uma que pediu para tirar uma foto comigo na festa. Ela veio me falar que iria fazer a viagem lua de mel. Quando ela voltou me trouxe vários presentes de fora do país. Eu, as noivas e as mães sempre nos entendemos”, diverte-se.

Sobre as misteriosas histórias que rondam o prédio histórico, dona Onória é enfática: “Uns dizem que escutam gemido, outros dizem que apareceu vulto. Mas isso é o medo das pessoas falando. História é o que não falta, mas eu nunca vi nada!”.

## Cuidado mútuo

Durante o período que o Clube esteve fechado devido à pandemia, dona Onória sentiu. “Aqui eu converso, eu sorrio, eu me sinto feliz, me sinto acolhida. Eu faço as coisas assobiando, cantando”. Seu retorno foi comemorado por ela e pelos colegas, que sempre estão de olho na segurança dela. Para completar, só falta o retorno dos eventos. “O sentimento de festa contagiava todo mundo. Mas em breve vamos estar seguros e vai voltar a ser a maior alegria. E eu estou pronta para tudo! Graças a Deus, saúde eu tenho bastante”.

Uma das pessoas que mais se preocupa com ela é sua gerente, Araci. Os diversos anos de Clube se transformaram em uma grande amizade, muito valorizada por Onória. Enquanto estava em casa, a gerente ligava constantemente para conversar, saber se estava tudo certo e matar a saudade. “Ela fica no meu pé para eu ir ao médico, cuidar da minha saúde. Ela chora por mim e eu choro por ela. Nós somos uma família mesmo”, conta.

Esse carinho e respeito que dona Onória nutre pelas pessoas ao seu redor nunca passa despercebido, transbordando para todos os que frequentam a Sede Concórdia, associados ou colaboradores. “Eu não tenho vergonha de pedir desculpa quando é preciso, assumir que errei. A gente tem que amar as pessoas e demonstrar isso enquanto elas estão vivas, porque depois não adianta mais”. ☺

# UM NOVO OLHAR para um mundo

*O isolamento social imposto pela Covid-19 modificou comportamentos, aperfeiçoou tecnologias e acelerou tendências*



# MELHOR

■ por Marisa Valério

Clube Curitibano é uma grande família de mais de 30 mil pessoas. A segunda casa para muitos. Para outros, a arena de esportes, uma válvula de escape para as pressões do dia a dia, um lugar de encontros afetuosos e até uma sala de visitas. Também é local de celebrações, pequenas ou suntuosas. No Clube, as pessoas brincam, aprendem, cuidam do corpo e da mente, constroem amizades, alimentam o corpo e o espírito.

Por tudo isso, é doloroso restringir essa convivência, fechar espaços, suspender atividades. Mas é preciso acreditar que estamos distantes uns dos outros para proteger a vida e garantir que voltaremos em grande estilo, para um novo amanhã.

“A falta dos encontros semanais com os nossos amigos bolonistas causa muita saudade. Encontros virtuais e ligações telefônicas não substituem nunca um abraço ou a gritaria de um jogo oficial”, diz o empresário Fernando Beckert Cabrera, associado do Curitibano, lembrando que “não podemos simplesmente voltar a ser o que éramos em 2019”. É preciso tirar “uma lição destes tempos difíceis e aprender a ter mais empatia com o próximo; temos que sair muito melhores do que entramos”.

Para o executivo Gustavo Wolff Erzinger, diretor comercial na iniciativa privada, o impacto da pandemia nas relações pessoais vai se desdobrar por vários anos. “Não sou pessimista, mas prático. As relações pessoais serão mais limitadas pelo medo do contágio.” Porém, ele ressalta a capacidade do ser humano de se reinventar e evoluir. “Estávamos vivendo a maior evolução da humanidade nas últimas duas décadas! Maior longevidade, menor índice de pobreza global, menor número de pessoas passando fome no mundo, maior avanço tecnológico da história...! Isso mostra que cada um aqui vai saber contribuir para corrigirmos a rota e seguir em frente.”

## O mundo estará mais preparado

A história mostra que grandes eventos marcam a evolução da humanidade, como as guerras e as pandemias. Os historiadores dizem que as duas grandes guerras mundiais foram os marcos do século 20. A peste bubônica, que dizimou milhões pela Europa, também deixou seus rastros entre os séculos 14 e 19. Uma escultura barroca, numa rua em Viena, relembra os milhares de mortos deixados pela peste na Áustria. Nas artes, na cultura, no comportamento, na arquitetura, na saúde, na educação, no saneamento básico, em praticamente todas as áreas da vida em sociedade houve avanços significativos toda vez que uma crise de grandes proporções foi superada.

No Brasil e no mundo há várias mudanças em curso que devem permanecer como legado positivo da pandemia. “Pensamentos como esses nos levam a ter confiança em um futuro melhor. A ciência caminhou rapidamente para fabricar vacinas que logo vão nos permitir circular e retomar as atividades. Também temos fé em uma nova história inspirada por pessoas mais amáveis e preocupadas com o outro e com o planeta.

Há muitos indicativos de que há caminhos para um horizonte melhor que o de antes da pandemia da Covid-19”, diz o presidente do Clube, Joaquim Miró.

## Relações mais inteligentes

A neuropsicóloga curitibana Ana Artigas é especialista em inteligência relacional, que se pode traduzir como a arte de gerir os relacionamentos e diminuir conflitos para nos tornarmos seres humanos ainda mais altruístas. Para ela, uma forma mais inteligente de nos relacionarmos emerge da pandemia, tanto na vida pessoal como na profissional. E isso veio para ficar.

“As pessoas estão com tanta saudade do convívio social que a volta do contato físico será de muita compaixão e amor. O apego a quem amamos deve ser fortalecido. Estamos aprendendo a ter mais cuidado com o próximo, mais atenção e escuta”, diz Ana.



Estamos aprendendo a ter mais cuidado com o próximo, mais atenção e escuta”

Ana Artigas  
Neuropsicóloga especialista em inteligência relacional

Divulgação



Nos relacionamentos profissionais essa evolução também já transparece. Em uma pesquisa liderada por ela sobre comportamento de líderes diante de suas equipes na pandemia, fica evidente que as relações estão mais humanizadas. E isso significa tratar os colaboradores como pessoas, estabelecer conexões, ter foco nas emoções, ser empático e oferecer segurança.

As rotinas de trabalho também vão incorporar mudanças trazidas pela pandemia. O aprendizado do trabalho remoto vai incrementar o home office e reduzir o número de viagens e de eventos presenciais, que representam grandes custos com deslocamento, hospedagem e seguros.

## Um novo jeito de ensinar e de aprender

Para a professora Adriana Karam - pesquisadora em inovação na educação e reitora do Centro Universitário UniOpet - um dos legados mais importantes da pandemia é o domínio de novas tecnologias para estudar e aprender. “Certamente a escola, em todos os níveis, encontrou um novo jeito de ensinar e de aprender. O uso obrigatório de ferramentas tecnológicas transformou a rotina dos alunos e das famílias. Os estudantes ganharam mais autonomia na aprendizagem e as famílias, principalmente as que têm crianças, ganharam uma aproximação maior. Nem sempre ela foi tranquila, muitas vezes é cansativa, mas essa proximidade favorece um melhor entendimento pelos pais de características dos filhos.”

Adriana destaca que quando nos tornamos mais autônomos encontramos caminhos novos, formas novas de "aprender a aprender", o que é absolutamente essencial para o resto da vida, o que nos permite evoluir como pessoas.

## Soluções inteligentes para as cidades

Ao enfrentar o isolamento social, a sociedade teve que buscar soluções inteligentes para manter os serviços públicos ativos, de modo a garantir qualidade de vida para os moradores das cidades. Entre os exemplos, o especialista em smart cities Beto Marcelino menciona a telemedicina. “Já havia uma demanda da sociedade, especialmente dos idosos, e não apenas dos planos de saúde, mas também do SUS. E o setor de saúde hoje oferece teleconsultas com médicos e psicólogos, e até liberação de guias de exames e receitas de remédios via online, o que facilitou a vida de todo mundo.”

Um dos autores da Carta Brasileira de Cidades Inteligentes, lançada em dezembro, e que foi criação conjunta do governo federal e da sociedade, Marcelino destaca o grande progresso do debate nacional sobre esse tema. “Da Carta, que é um guia de propósitos para as cidades construírem uma vida mais confortável para seus moradores, vai emergir um programa nacional de capacitação de gestores municipais. Damos grandes passos para disseminação da cultura de smart cities e de inovação. E vamos avançar muito em soluções de mobilidade, transporte coletivo, comunicação... Todo o debate que ajudamos a promover também nos fez olhar mais para dentro de nós e querer o melhor para todas as pessoas. O cuidado com o próximo aflorou na sociedade”, diz Marcelino, que também é fundador e diretor do iCities, a empresa que trouxe para a capital do Paraná o Expo Curitiba Smart City, maior evento brasileiro de cidades inteligentes, realizado anualmente, com milhares de participantes.

## Capacidade empreendedora

Segundo uma pesquisa do Serviço Brasileiro de Apoio às Micro e Pequenas Empresas (Sebrae), em parceria com a Fundação Getúlio Vargas (FGV), a pandemia estimulou a digitalização dos micros e pequenos negócios. Para se ter uma ideia, em janeiro de 2021, 70% das empresas já atuavam nas redes sociais, aplicativos ou internet para impulsionar as vendas. Ou seja, de certa forma o coronavírus forçou o empreendedor a acompanhar as tendências do mercado e a ingressar no mundo virtual.

## Dez tendências sobre a casa e a cidade na vida pós-pandemia

Modismos são imprevisíveis, têm curta duração e não traduzem um significado cultural relevante. Já as tendências revelam como será o futuro e apresentam uma sequência de acontecimentos que apontam para mudanças de longo prazo.

E o que isso tem a ver com a pandemia? Na verdade, tudo, se levarmos em conta que estudar e reconhecer tendências são vitais para nossas escolhas pessoais e profissionais.

A pesquisa batizada de “A Casa e a Cidade” apresenta as dez principais tendências para a nossa vida após a crise sanitária da Covid-19. O estudo foi produzido pela plataforma A Vida no Centro, que leva a assinatura dos jornalistas Clayton Melo e Denize Bacoccina.

Realizado ao longo de três meses, entre julho e setembro de 2020, o report aplicou 1.521 questionários e fez dezenas de entrevistas em profundidade com experts em tendências, em vida urbana e comportamento social.

Clayton Melo, que é também analista de tendências e colunista da Fast Company Brasil, falou para a Revista do Clube Curitibano que, um ano depois, vencido o começo do furacão da pandemia, muitas visões começam a se assentar sobre os comportamentos que derivaram do susto inicial e sobre aqueles que devem permanecer. Conhecer essas visões é importante para que a gente possa se preparar para o que vem por aí.



“  
Passar mais tempo em casa serviu para reconectar as pessoas com o bairro onde moram, incluindo a maior interação entre vizinhos e criação de redes de solidariedade”

Clayton Melo  
Jornalista e pesquisador de tendência no estudo *A casa e a cidade*

*Confira a seguir, os impactos da pandemia na vida urbana e suas tendências na nossa vida futura:*

### — Casa, o novo hub

A casa se transforma no hub da vida, ou seja, torna-se o lugar de tudo: vida familiar, profissional e social. É o lugar para morar, trabalhar, empreender, se divertir, estudar e se exercitar.

### — Home office híbrido

A experiência de trabalhar em casa agradou trabalhadores e empresas, o que sinaliza que essa modalidade deve ser permanente para muitas pessoas, em especial com a adoção do modelo híbrido (alguns dias em casa, outros na empresa).

### — Um novo morar

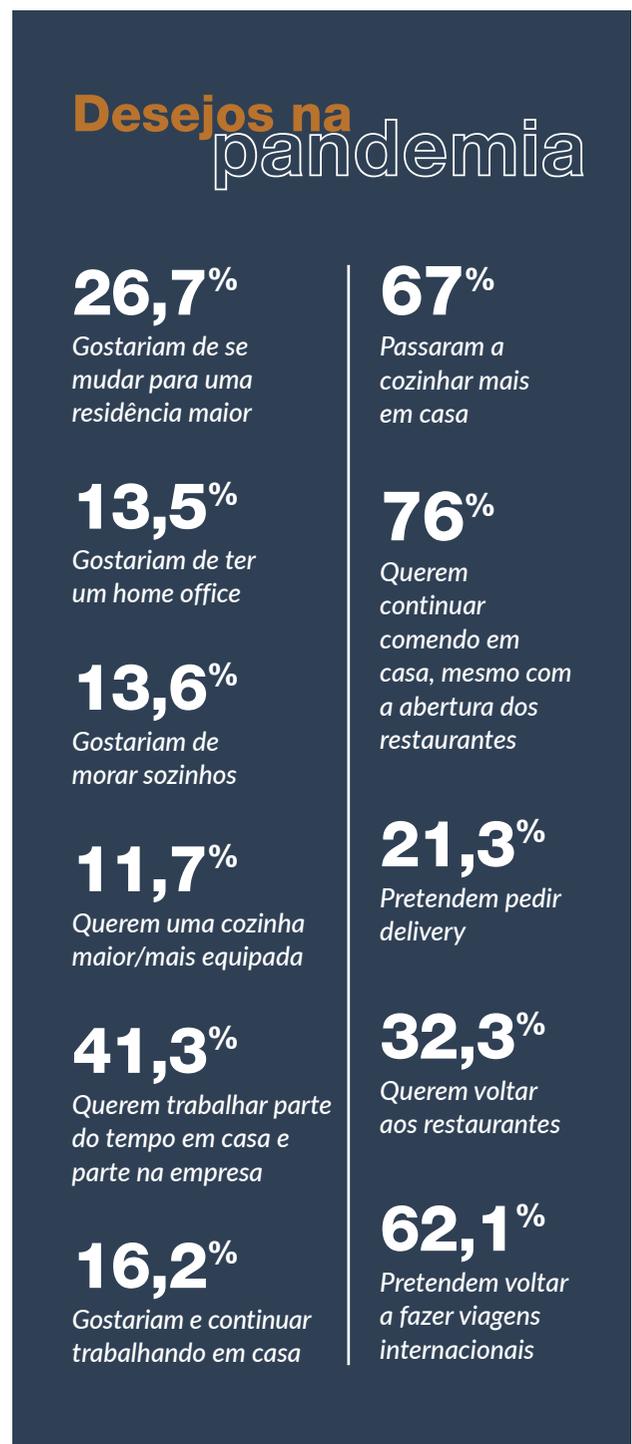
A consolidação do home office gerou a necessidade de repensar o espaço doméstico. O trabalho remoto demanda uma nova casa, despertando o desejo (e não apenas a necessidade) de cuidar do ambiente, adaptar cômodos e tornar os espaços mais acolhedores e também funcionais, de modo que permitam a realização das várias atividades no dia a dia.

### — Home fitness

A casa também é o local para atividades físicas. Aos poucos, o hábito de se exercitar em casa vai entrando na rotina, abrindo espaço para o surgimento de plataformas que oferecem aulas online, assim como a criação de serviços digitais por grandes redes de academia.

- A redescoberta da cozinha**  
 Com os restaurantes fechados – e agora, com as restrições e os riscos – muita gente foi para a cozinha. E gostou. Além disso, no setor de alimentação houve uma migração do comércio físico para o online. A pandemia fez o brasileiro perceber que não necessariamente precisa ir a um restaurante para comer bem. Pode cozinhar. Ou pedir comida.
- Transformação digital da cultura**  
 O setor cultural experimenta novas linguagens, produtos e sistemas de distribuição pela internet. Um símbolo da transformação digital do setor é “A Arte de Encarar o Medo”, espetáculo online pioneiro lançado pela Cia de Teatro Os Satyros. Criado e encenado remotamente pelo Zoom, o modelo de teatro digital criado em São Paulo foi exportado para uma produção internacional, com artistas de vários continentes. Além disso, várias instituições passaram a promover lives e exibir atrações online.
- Valorização do local**  
 O fortalecimento do local, da vizinhança, também deve favorecer o comércio de bairro. Essa tendência, chamada de Local Love por bureaus de pesquisa nacionais e internacionais, já tinha sido mapeada havia alguns anos, mas com a Covid-19 ela vem para o primeiro plano e assim deve permanecer no pós-pandemia.
- Senso de comunidade**  
 Passar mais tempo em casa serviu para reconectar as pessoas com o bairro onde moram, incluindo a maior interação entre vizinhos e criação de redes de solidariedade. A pesquisa Viver em São Paulo – Especial Pandemia, realizada pela Rede Nossa São Paulo, Ibope Inteligência e Sesc mostra que 46% dos entrevistados disseram que passaram a dar mais valor ao comércio e aos prestadores de serviços locais.
- Nova relação com o espaço público**  
 O uso dos espaços públicos pelas pessoas já era uma tendência nas grandes metrópoles brasileiras e mundiais antes da pandemia. Com a reabertura gradual das atividades nas cidades, esse desejo de ir para rua continuará forte, mas agora com algumas mudanças. As pessoas terão receio de frequentar eventos com grandes aglomerações. Por outro lado, a procura por locais abertos na vizinhança, como parques, praças e locais para caminhar e passear – desde que não reúnam grandes massas de pessoas –, deve ser uma tendência nos próximos meses, o que pode resultar numa maior reivindicação por qualidade do espaço público, como as calçadas.

- Cidades policêntricas**  
 Tendo o home office como um dos vetores de fortalecimento da vizinhança, do senso de comunidade e do comércio de bairro, pode haver uma reorganização da dinâmica na cidade, com o surgimento de novas centralidades. Para exemplificar, um possível efeito disso é o fortalecimento da economia de bairros que antes só serviam de moradia. Trabalhando em casa, a pessoa fica mais tempo no bairro, consumindo ali, e não no local onde fica a empresa.



Fonte: Report “A Casa e a Cidade”, da plataforma A Vida no Centro

LANÇAMENTO

# VITRA

ÁGUA VERDE

AGENDE UM VISITA E CONHEÇA O  
**APARTAMENTO DECORADO.**

41 3317.1717

Acesse o tour virtual.



[plaenge.com.br](http://plaenge.com.br)

## PLAENGE

CREA: 6974/D-PR • CRECI: J-3445 • Matrícula: 39.165 • 5ª Circunscrição Imobiliária de Curitiba.  
Foto do apartamento decorado do Vitra Água Verde.



# CENTENÁRIO de histórias

## UM JOVEM DE 65 ANOS

“Foi, indiscutivelmente, um brado de independência da mocidade do Clube, que, sob a flâmula de uma entidade importante, pretende colaborar decisivamente para o progresso do Curitibano”, relata a 29ª edição da RCC. O ano era 1955, marcado pelas atividades do Curitibano Júnior.

Mesmo com a desconfiança dos mais velhos, o Curitibano Júnior conquistou até um assento nas reuniões da Diretoria. As festas, shows e gincanas deixaram marcas na história que a moçada de outros tempos lembra com carinho.



Um jovem de 65 anos (1955)



Missões “quase” impossíveis (anos 80)

Conheça e relembre alguns dos fatos importantes e curiosos que marcaram os 139 anos do Clube Curitibano em fotos e textos selecionados pelo Projeto Memória, do Departamento de Cultura. Nesta edição, trazemos uma curadoria especial sobre o Curitibano Júnior.

## MISSÕES “QUASE” IMPOSSÍVEIS

Tradição no Curitibano desde 1960, as gincanas do Festival de Maio eram esperadas por todos os jovens do Clube. Os boletins com as provas saíam sem hora marcada em uma estação AM de rádio e as missões não eram nada simples: colocar um ovo dentro de uma garrafa sem quebrar, conseguir uma foto de um avestruz com a cabeça embaixo da terra, fazer papagaio falar...

Foi uma época que movimentou a cidade de Curitiba e deixou saudades em quem participou da brincadeira.



### Gincana movimentou a cidade inteira

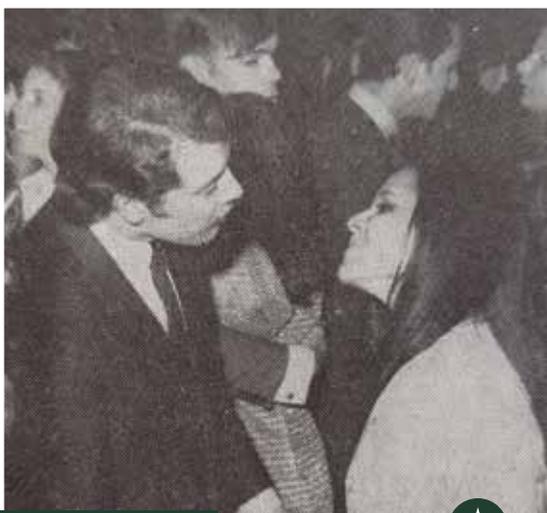
A tradicional gincana que o Clube Curitibano promove em meados de maio, foi iniciada aos 45 minutos de ontem. No regulamento constava apenas que ela teria início no dia 19, e o horário fixado posteriormente tomou muitas equipes de surpresa. A entrega do “Roteiro da Madrugada”, como foi chamado, pedia que os oito grupos inscritos levassem às 2:15 um papagaio para falar - “Clube Curitibano Júnior”, mas a prova não foi ganha por nenhuma equipe, pois os papagaios nada disseram.

Também constavam desse roteiro, encontrar um elevador de um número determinado pela comissão e um disco compacto dos Beatles com gravação original. Prova que somente as equipes TC e Tar-

bileu Competições, Tardade Costa Azul, Yrinuã Reis e Cade O Grupo Pool, formado por participantes bem jovens e competentes pela primeira vez, conquistou o primeiro lugar na contagem final.

O 1.º roteiro constava somente de provas culturais, como exemplo: como os gregos chamavam o arco-íris. Eram ao todo 20 provas que deveriam ser entregues às 8:15 no Parque Barigui, juntamente com 20 ciclistas e uma torcida organizada. Em seguida foi entregue o 2.º roteiro, com caráter bem físico, que solicitava a arrecadação de 80 cobertores, 80 brinquedos, latas de leite em pó, feijão, amido de milho, etc. Às 14:30 foi sorteado pelo Clube Curitibano o 3.º roteiro, que era totalmente igual para as equipes.

Missões “quase” impossíveis (Correio de Notícias 1979)



A festa dos "brotos" (1967)



## A FESTA DOS "BROTOS"

Você sabia que o "Venha à Vontade" só existiu por causa do Curitibano Júnior? É verdade que a festa se transformou com o passar do tempo, mas o título foi criado em junho de 1962, para batizar as tardes dançantes de domingo promovidas pelos jovens associados.

Como foi publicado no Diário da Tarde de 2 de junho do ano de estreia do baile: "Com essa tarde dançante e as demais, a brotolândia de curitibana não estará circulando pelas ruas e sim, dançando".



A lá "Toda Teen" (2006)



A lá "Toda Teen" (2006)

## A LÁ "TODA TEEN"

No começo dos anos 2000, o Curitibano Júnior tinha lugar garantido na RCC! Toda publicação trazia notícias sobre eventos promovidos pelo grupo ou algum assunto que fazia parte da rotina de quem era adolescente naquela época.

Na era da calça de cós baixo e dos *Backstreet Boys*, era comum encontrar dicas de moda, música, filmes e séries adolescentes nas páginas da Revista. ®

# ESTANTE

Para esta edição, o Departamento de Cultura fez uma curadoria especial de filmes e livros que falam sobre maternidade, suas emoções e desafios. As obras estão disponíveis na Videoteca e na Biblioteca do Clube Curitibano. Aproveite e comece já a celebrar o Dia das Mães.



## Que Horas Ela Volta?

**diretora** . Anna Muylaert

Drama/Comédia brasileira - 2015

(Sinopse)

A pernambucana Val se mudou para São Paulo com o intuito de proporcionar melhores condições de vida para a filha, Jéssica. Anos depois, a garota lhe telefona, dizendo que quer ir para a cidade prestar vestibular. Os chefes de Val recebem a menina de braços abertos, porém o seu comportamento complica as relações na casa.



## A mãe perfeita

**autora** . Aimee Molloy

Editora HarperCollins Brasil - 2019

(Sinopse)

Primeiro romance da autora norte-americana, A mãe perfeita conta a história de quatro amigas que encontram-se em um jardim no Brooklyn, Nova Iorque. Elas são mães há pouco tempo e debatem-se com as exigências das suas novas vidas. Francie pretende ser mãe a tempo inteiro e, assim, expiar segredos antigos.



## Lady Bird: A Hora de Voar

**diretora** . Greta Gerwig

Drama americano - 2017

(Sinopse)

Christine McPherson está no último ano do colégio e o que mais deseja é fazer faculdade longe de Sacramento, Califórnia – ideia rejeitada por sua mãe. Lady Bird, como a garota de forte personalidade exige ser chamada, não se dá por vencida e leva o plano de ir embora adiante mesmo assim. Enquanto a hora não chega, ela se divide entre as obrigações estudantis no colégio católico, o primeiro namoro, típicos rituais de passagem para a vida adulta e inúmeros desentendimentos com a progenitora.



## A diferença que a mãe faz

**autor** . Kevin Leman

Editora Mundo Cristão - 2014

(Sinopse)

Há ocasiões em que você fica perdida tentando saber por que seu filho faz o que faz, por que ele diz o que diz e pensa o que pensa? Acalme-se! Os homens não são, nem de longe, tão complexos quanto as mulheres. Mas não se engane: o coração deles é igualmente sensível e se magoa com facilidade. E por mais que ele pareça afastar-se, saiba que ele precisa muito de você. Para dizer a verdade, de todas as pessoas, você, mãe, é quem faz a maior diferença no mundo de seu filho.



## Mamãe é de Morte

**diretor** . John Waters

Comédia americana - 1994

(Sinopse)

Beverly Sutphin tem uma vida familiar feliz, com seus filhos e seu marido dentista. Ela é a mãe americana perfeita: uma ótima cozinheira e dona de casa, extremamente dedicada e uma mulher que literalmente matará para manter seus filhos felizes.



## Um amor incômodo

**autora** . Elena Ferrante - Italiana

Editora Intrínseca - 2017

(Sinopse)

Um amor incômodo é um livro doloroso sobre o amor entre mãe e filha. Um amor que durante muito tempo esteve soterrado pelas memórias angustiantes de um passado difícil. Delia quis fugir do destino da mãe, quis se desprender totalmente dessa mulher para não ter que reviver – ou viver – o que ela viveu. ☹

Quer saber o que mais tem de novidade na Biblioteca e na Videoteca? Confira a lista no site [www.clubecuritibano.com.br](http://www.clubecuritibano.com.br)

# A beleza começa com um sorriso interno



# SOLARO

ORTODONTIA ESTÉTICA

**Dra. Ana Leticia Avila** | CRO 20201  
Especialista e Mestre em Ortodontia



Clínica Geral  
Ortodontia  
Cirurgia  
Prótese  
Endodontia  
Implantodontia  
Odontopediatria  
Harmonização Orofacial



☎ 41 99816.0163

📷 clinicasolaro

DOC Castelo Batel  
Av. Visconde de Guarapuava, 4628, Sala 707  
Batel . Curitiba . PR . CEP 80240-010



# Colaboração em rede

Livro coordenado por associadas do Curitibano promove boas práticas e ações estruturadas de sustentabilidade na gestão pública com o objetivo de incentivar e mobilizar a sociedade

■ por Mariana Rosa



Não é novidade que a sustentabilidade evoluiu de práticas individuais para ações coletivas que envolvem empresas, estado e organizações da sociedade civil. Há anos pesquisando e trabalhando o tema na esfera pública, as associadas Fabiane Lopes Bueno Netto Bessa e Gisele Duarte Doetzer se reuniram à Advogada da União e professora Teresa Villac para coordenar a publicação do livro *Gestão Pública Brasileira: Inovação Sustentável em Rede* – que mostra como, juntos, é possível fazer mais.

A ideia do livro surgiu quando Gisele, servidora pública do Departamento Nacional de Infraestrutura de Transportes (DNIT), se deparou com uma obra sobre sustentabilidade na administração pública escrita de maneira coletiva.



Ela é uma das coordenadoras da Sustenta Paraná - Rede Paranaense para a Sustentabilidade na Gestão Pública - que surgiu em 2016 por iniciativa de Fabiane, na época diretora regional da Escola de Administração do Ministério da Fazenda. Gisele então reuniu os temas e práticas realizadas cooperativamente pela Sustenta Paraná e propôs às demais coordenadoras o registro em um livro.

Com o auxílio e a parceria de Teresa Villac, o projeto começou a ser desenvolvido em março de 2019. Ao todo, participaram 32 autores de 15 instituições públicas na composição do livro, dentre eles doutores, professores, servidores públicos e profissionais de diferentes áreas. “Nós buscamos reunir práticas sustentáveis consolidadas, já implementadas e que podem ser aplicadas, inclusive na iniciativa privada. Nosso objetivo é que isso seja replicado, que sirva de subsídio para pesquisa e que estimule as pessoas a praticarem essas ações”, explica Gisele.

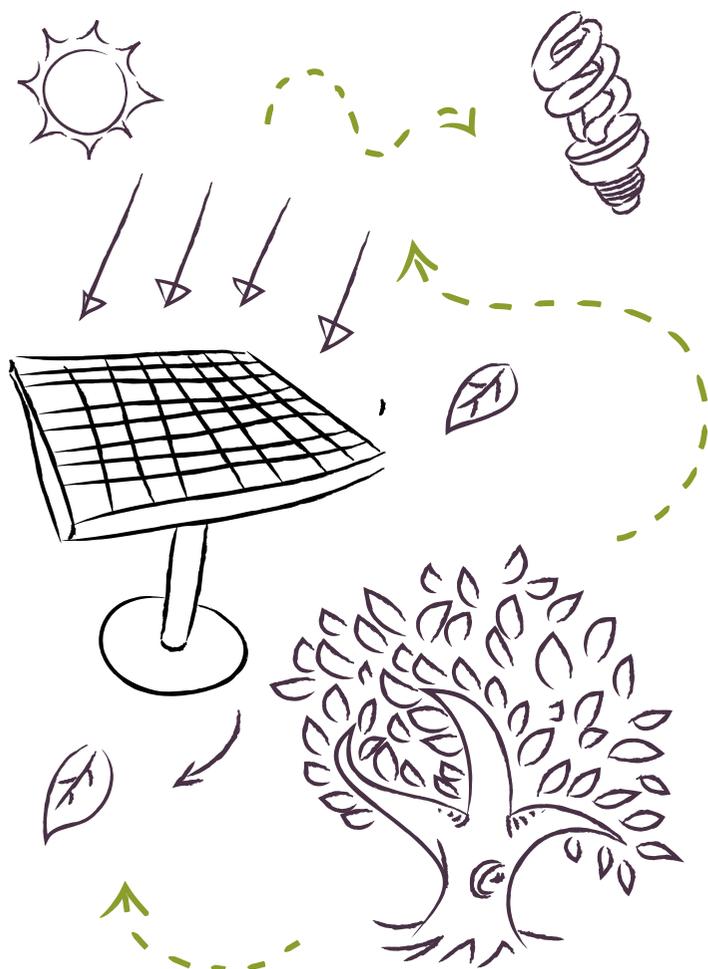
Foi um trabalho intenso de coordenação, que resultou em 22 capítulos que abordam boas práticas, inovação e desafios sustentáveis em diferentes setores da esfera pública. “Tem um lado afetivo nisso tudo, porque reunimos pessoas que nunca imaginaram publicar um livro e que, a partir dessa experiência, se percebem protagonistas de uma mudança cultural tão necessária”, conta Fabiane. O livro foi lançado pela editora Fórum em dezembro de 2020 e está disponível na biblioteca do Clube Curitibano.

© Mariana Rosa/Clube Curitibano



O Clube é como uma cidade. As possibilidades são infinitas. Todo mundo pode contribuir para a mudança”

Fabiane Lopes Bueno Netto Bessa  
Associada



## Trabalho de anos

As associadas se conheceram em 2016, quando Gisele ingressou para a Sustenta Paraná. Na época, a Rede era coordenada por Fabiane, então Procuradora da Fazenda Nacional e Diretora Regional da Escola de Administração do Ministério da Fazenda - ESAF. Desde 2017 a gestão da entidade é tripartite, com representantes dos três Poderes: sendo o DNIT representante do Poder Executivo através da Gisele, ao lado de colegas do Tribunal de Contas da União, Tribunal Regional do Trabalho do Paraná, Universidade Tecnológica Federal do Paraná e a Justiça Federal. “Eu morei na Alemanha por 5 anos e vivenciei muitas práticas sustentáveis. Quando retornei, eu queria ser um instrumento para possibilitar que essas práticas fossem feitas aqui também. Então eu conheci a Sustenta Paraná e vi que era possível”, conta Gisele..

A rede funciona como um sistema colaborativo de promoção, capacitação e incentivo à implementação de práticas sustentáveis em órgãos públicos dos três poderes - Executivo, Legislativo e Judiciário. “Já existia uma legislação que, por dificuldades estruturais, não era aplicada. Os entes públicos têm o poder de influenciar em grande escala. Seu poder de compra, por exemplo, gera demandas por processos, produtos e serviços mais sustentáveis, mas para isso acontecer é necessário que haja articulação”, conta Fabiane.

Gisele Doetzer  
Coordenadora da Rede  
Paranaense para a  
Sustentabilidade na  
Gestão Pública



Mariana Reser/Clube Curitiba

Criada em fevereiro de 2016, a Sustenta Paraná hoje reúne 30 instituições, sendo 18 delas formalizadas (dentre elas as 5 da Coordenação da Rede e ainda: Banco Central, Conab, Copel, Instituto Federal do Paraná, Ministério da Economia, Tribunal de Justiça, Tribunal Regional Eleitoral, Ministério Público do Paraná, Ministério Público Federal, Polícia Federal, Procuradoria Federal, Sanepar e Universidade Federal do Paraná).

Nestes 5 anos, uma ação implementada da Rede que merece destaque é a realização das compras públicas compartilhadas: prática de aquisição colaborativa que viabiliza a otimização processual, ganho de escala, fomento a mercados de produtos e serviços mais sustentáveis e significativa economia. Com isso, permitem que mais recursos sejam direcionados a serviços e necessidades da sociedade e que o dinheiro público seja melhor aplicado.

Adicionalmente, todos os projetos são perpassados pelo aprendizado organizacional, que se dá desde a troca de experiências até a realização de eventos de capacitação. Desde 2016, mais de 2,5 mil pessoas participaram das palestras, painéis e seminários ofertados. “Em conjunto, os integrantes identificam as necessidades, os talentos e o conhecimento gerado pelo conjunto das instituições e canalizam tudo isso para a realização das capacitações. Esse modo de operar possibilita não só a capacitação técnica, mas também o aprendizado do trabalho cooperativo e a valorização dos talentos locais”, explica Gisele.

## A mudança começa aqui

Na visão das autoras, o Clube Curitibano vem avançando na implementação de práticas sustentáveis - como o projeto de eficiência energética, coleta seletiva de óleo, tampinhas, pilhas e articulação de doações. Mas ainda há um longo caminho para que a instituição se torne amplamente sustentável. “Aqui, nós temos lazer, esporte, cultura, aprendizado, e tudo isso é proporcionado de acordo com os anseios dos associados. Mas eu vejo que isso poderia estar alinhado com um propósito maior, global”, explica Gisele.

Com mais de 30 mil associados, o Clube é maior do que muitas cidades e tem o potencial de ser um cosmos de práticas econômicas, institucionais, de gestão de pessoas e educacionais sustentáveis. “É uma questão de conhecimento e disseminação das informações. Associados, colaboradores e a sociedade em geral tem a ganhar. Com ações coordenadas, o Clube pode fomentar esse propósito e fazer parte da solução para um mundo melhor”, comenta Fabiane.

Entre as práticas já desenvolvidas, destaca-se a criação de uma cisterna na Sede Barão do Serro Azul, inaugurada no início de 2021. A estrutura tem capacidade de armazenar 13 mil litros de água da chuva. O insumo é tratado e utilizado para irrigação dos jardins, limpeza de pisos externos e hidratação das quadras de saibro. Dessa forma, o Clube tem uma redução com as despesas de água e, principalmente, um sistema mais sustentável de recursos hídricos. O próximo passo é um estudo maior dessa alternativa, com novas cisternas e ampliação da capacidade.

## E você, o que acha?

Você concorda que o Clube Curitibano tem um papel na implementação e disseminação das práticas sustentáveis entre associados e na comunidade? Que práticas você já adota para construir um mundo mais sustentável? Conte para nós. Entre em contato com a Central de Relacionamento do Curitibano (CRC) e divida conosco sua opinião. A partir desse mês, vamos trazer o tema para todas as edições da revista.

Você também pode sugerir assunto para tratarmos. Acesse o QR Code ou fale conosco pelo Whatsapp 41. 99122-0113.



acesse  
e saiba  
mais ...



Motor 5.7 L V8 HEMI®  
com 400cv



Rambox®



Uconnect  
com tela de 12"



Som Harman Kardon  
com noise cancelling

# CHEGOU A NOVA RAM 1500

Potência, luxo e tecnologia sem precedentes em um carro completo para você que vive na cidade, mas está sempre disposto a desbravar novos terrenos.

RESERVE A SUA NA DIVESA.



Aponte a câmera para o QR Code e fale conosco via WhatsApp.

Ou adicione nosso número  
**41 9 9225-3080.**



**DIVESA** Curitiba | Londrina

**RAM**  
PODER INIGUALÁVEL

© 2020 RAM ® é marca registrada da Stellantis-FCA US LLC.

No trânsito, sua responsabilidade salva vidas.



RAM.COM.BR  
CAC 0800 7037 150  
facebook.com/ramdobrasil

# Arte, aprendizado e **construção**



# coletiva



© Midori Kobayama

*Conheça Mauro Zanatta e Leo Moita, os diretores convidados para encabeçar o Grupo de Teatro e Núcleo de Criação da nova Escola de Teatro Clube Curitibano em 2021*

■ por Mariana Rosa

"A arte está para a vida, como a uva está para vinho" disse o psicólogo e pensador Lev Vigotski ao indicar que o produto final da arte é maior e mais complexo do que o material usado na sua constituição. Além de proporcionar o estudo das características técnicas e formais do teatro, o novo Grupo de Teatro do Clube Curitibano (GTCC) tem como objetivo o desenvolvimento individual e coletivo de seus participantes, por meio da experimentação não convencional e da troca de experiências.

Anualmente, o projeto se transformará, trazendo uma nova metodologia e uma pluralidade de olhares para a arte. Neste primeiro ano, os diretores Mauro Zanatta e Leo Moita foram convidados para comandar o processo, que resultará na produção da montagem final do GTCC e o desenvolvimento do novo Núcleo de Criação, uma experiência singular de ensino de teatro.

Mauro, que é o diretor encarregado da peça final do GTCC, trabalha há 40 anos com teatro. Após iniciar seus estudos na mímica clássica, viajou para a Europa, onde mergulhou no universo da *commedia dell'arte* e do *clown*. Em 1994, fundou a Escola do Ator Cômico, onde formou atores e atrizes por meio do ensino da comédia. "Me interessa que o teatro seja uma ponte de autoconhecimento e de restabelecimento de diálogo entre as pessoas. Esse diálogo que é muitas vezes inexistente na sociedade hoje em dia", compartilha.

O Núcleo de Criação tem a supervisão de Leo Moita. Ator e dramaturgo da Minha Nossa Cia de Teatro e idealizador do Coro Cênico de Curitiba, Leo traz uma bagagem multidisciplinar e nova para o projeto, incentivando a criação autoral dos participantes. "Eu ensino teatro através do fazer, da prática, no sentido da autoria. E principalmente no poder das pessoas trabalhando juntas".

Pelo olhar dos dois diretores, o GTCC e o Grupo de Criação oferecem uma experiência coletiva e flexível a todos os participantes, sejam esses atores experientes, seja para iniciantes no universo teatral. Em entrevista à RCC, eles compartilharam seus objetivos nos grupos e a importância da arte na formação de pessoas.



# entrevista.

*Um dos principais lemas da nova escola e grupo de teatro do Clube é a participação de todos, sejam esses atores ou não. Para vocês, qual é o ganho proporcionado por essa convivência?*

**Mauro Zanatta.** Esse lugar de você abrir espaço para pessoas que não conhecem o teatro é extremamente produtivo. O teatro não pode ser um lugar viciante. Você não pode achar que só dá para fazer arte com alguém com experiência, porque aí você perde a essência teatral de se relacionar com o outro, com aquele que não está no universo que você criou. Ter pessoas diferentes, com trajetórias diferentes é revigorante para todos os envolvidos. Faz com que a gente se desafie e entenda a simplicidade da comunicação teatral. O mais importante é permitir que esse frescor da novidade não morra. Essas pessoas que não conhecem o teatro podem trazer o frescor, pois têm a mente limpa.

**Leo Moita.** O encontro de diferentes não é ruim. Às vezes, o que eu preciso aprender está no outro. Muitas vezes, aqueles que não tem intenção de se profissionalizar, que fazem por diversão, têm uma paixão maior do que os que têm esse objetivo. O que faz esse encontro ser belo é a surpresa nele. É a possibilidade de um padeiro e um músico trabalharem juntos. O encontro de gerações que é a maravilha do ser humano. Esse olhar para o outro e para o coletivo é muito bonito. Esse dar um passo para trás e aprender e junto.

*No Clube, temos como pilar a formação de pessoas, seja por meio do esporte, seja pela arte e cultura. Como vocês enxergam essa possibilidade no teatro?*

**LM.** Eu acredito que o teatro proporciona tanto o ensino da linguagem como o desenvolvimento humano. Não tem como dissociar a evolução artística da evolução pessoal. E no teatro, é no olhar para o outro que a gente se desenvolve. Às vezes, neste olhar que a gente se identifica como pessoa, porque possibilita um pensamento crítico reflexivo. Não tem escapatória. Trabalhar com performance é trabalhar leitura, entendimento de texto, respiração e calma. É dialogar com o mundo por meio da expressão corporal. Além de ser um espaço de planejamento e tomada de decisões.

**MZ.** O teatro para mim sempre foi a maior ferramenta da humanidade para o relacionamento coletivo. A gente vive numa sociedade extremamente competitiva. Mas para que o teatro exista, é preciso abrir mão da competição. Mesmo que depois a gente vá representar isso em cena, é preciso dar um passo para trás e reaprender a jogar, porque se você compete, todo mundo perde. Se você tentar passar a perna no outro,

você está passando a perna em si mesmo. E isso traz evolução. E quando eu falo isso, parece que vamos entrar num processo psicoterapêutico, mas não. No teatro, nós usamos a ferramenta da brincadeira. A gente faz um processo de revisão mental, sem ter que se esforçar. A brincadeira te coloca no tempo presente, o que te proporciona uma experiência de relação com o outro completamente diferente do cotidiano.

*Como isso se desenvolve na metodologia de ensino e direção?*

**MZ.** Eu sempre começo com essa proposta de jogos para que as pessoas se conheçam e se integrem. Estabelecer o coletivo é o princípio. E depois, eu trago um pequeno esqueleto da obra que vai ser encenada, para que o grupo conheça a estrutura na sua amplitude antes de se aprofundar nos detalhes. Então, eu começo a coletar as informações pelo olhar do ator, para entender o tipo de reação que a obra está provocando nele.

Embora a gente tenha algumas estruturas de construção, eu sou totalmente flexível e moldável. No final, o desenvolvimento é coletivo. Porque a minha proposição inicial pode não se encaixar com as pessoas que estão participando, então, com o retorno do grupo, a gente vai readaptando o projeto.

**LM.** Tem um poema do Brecht que eu gosto muito que fala: “Viesse um vento eu poderia alçar vela. Faltasse vela, faria uma de pano e pau”. No Núcleo de Criação, a gente vai trabalhar com o que a gente tem. Claro que vou trazer referências de estudo formal do teatro e da dramaturgia moderna e contemporânea, mas eu acho que podemos criar uma experiência teatral autoral que sempre está em transformação e construção.

É sobre o encontro das pessoas que participam. Que a gente possa criar junto e em lugares não convencionais, sempre olhando para o mundo, fazendo auto provocações e proporcionando ao público uma experiência sensível.

*O que vocês esperam para o final deste ano?*

**LM.** Eu espero que a gente consiga desenvolver um olhar diferente para o mundo. Que a gente consiga coletivizar, mas ao mesmo tempo individualizar este olhar. Que na experiência de cada um, a gente consiga alçar juntos os nossos propósitos e objetivos. Que as pessoas que participam se permitam experienciar o novo e escutar o outro. Tudo pode acontecer, mas temos que estar dispostos.

---

*A mostra anual do Grupo de Teatro do Clube Curitibano está em montagem sob a supervisão do Diretor Mauro Zanatta. A apresentação está programada para outubro de 2021.*

## Teatro I

**6 a 8 anos** . Prof<sup>a</sup>. Isadora Nobre

Carga horária: Aulas de 1 hora, 1 vez por semana

Local: Salão CID da Sede Barão ou online.  
(conforme decreto)

**Desenvolvimento das capacidades de observação, descoberta e pensamento.**

## Teatro II

**9 a 12 anos** . Prof<sup>a</sup>. Isadora Nobre

Carga horária: Aulas de 1 hora, 2 vez por semana

Local: Salão CID da Sede Barão ou online.  
(conforme decreto)

**Jogos teatrais, noções básicas de interpretação, consciência espacial, corporal e vocal.**

## Teatro III

**13 a 16 anos** . Prof<sup>a</sup>. Isadora Nobre

Carga horária: Aulas de 1 hora, 2 vez por semana

Local: Salão CID da Sede Barão ou online.  
(conforme decreto)

**Desenvolvimento da expressão, da comunicação e da desenvoltura com exercícios teóricos e prática.**

## Teatro adulto

**a partir de 17 anos** . Prof. Paulo Alves

Carga horária: Aulas de duas horas, uma vez por semana, na quarta-feira, das 19h30 às 21h30.

Local: Online.

**Técnicas teatrais, leitura de textos teóricos, leitura de peças teatrais, improvisação avançada e construção de personagens a partir de textos dramáticos.**

Audição (processo seletivo)  
Grupo de Teatro do Clube Curitibano  
Diretor: Mauro Zanatta  
Núcleo de Criação Teatral  
Diretor Leo Moita

## Nova Escola oferece teatro para todos

A nova Escola de Teatro do Curitibano tem o objetivo de promover a formação artística, cultural e humana dos associados. Sua estrutura foi elaborada a partir de uma metodologia de formação contínua e progressiva, com turmas dos 6 anos ao adulto – aos moldes do que acontece hoje na Escola de Dança do Clube. Dessa forma, todos são bem-vindos a participar – independentemente de ter experiência ou não com a linguagem.

“O teatro traz uma formação riquíssima para as pessoas, trabalha o autoconhecimento, a expressão, a comunicação e o relacionamento entre as pessoas. Nossa proposta é oferecer isso aos associados. Abrir as portas da escola para quem quer se desenvolver, independentemente do desejo de ser um ator profissional”, explica o Diretor de Cultura do Curitibano, Rafael Perry.

Com a criação da escola, o Clube contratou dois professores. A arte educadora, atriz e produtora Isadora Nobre se dedica ao universo do teatro há mais de 10 anos. Ela será professora das turmas I, II e III. Para conduzir as aulas do teatro adulto, foi convidado o ator e roteirista Paulo Alves.

No [hotsite especial](#) sobre o tema, no site do Clube Curitibano, você tem acesso ao plano estratégico da Escola de Teatro, com mais detalhes sobre a estrutura e o processo de aprendizagem. Conheça todos os detalhes e participe!



acesse e saiba mais ...

# Tem ritmo novo na área

*Hip-hop, Jazz e Sapateado Sequência de Musicais entram para a grade de aulas do Clube*

■ por Mariana Rosa

Assim como nos demais movimentos artísticos, a dança está em constante transformação. As modalidades espelham e absorvem elementos da sociedade e da cultura vigentes, se adequando, evoluindo, contando histórias e traduzindo emoções.

De tempos em tempos novas danças que contagiam o mundo – e, claro, não poderiam ficar de fora do Clube Curitibano! Além do popular Hip Hop, em 2021 estão sendo abertas turmas de Jazz Funk, Jazz Sequência de Musicais e Sapateado Sequência de Musicais. Ofertadas pelos professores Leonardo Ficagna e Laudo Pires, as modalidades trazem mais diversidade para o Clube, da beleza da arte de rua ao glamour da Broadway.

## Arte urbana

O Jazz Funk ainda não é um nome tão comum entre as linguagens da dança. É uma das vertentes urbanas que cresceu muito na cultura pop nos últimos anos, misturando o jazz com passos de *voguing*, *waacking*, *loking* e *popping*. Segundo o professor Leonardo Ficagna, a modalidade tem como consequência o desenvolvimento da identidade e da confiança de quem pratica.

A idade mínima para ingressar na turma é de 8 anos e não é necessário ter prática em jazz. As aulas são às segundas e quartas-feiras, das 17h30 às 18h15 e terças e quintas-feiras, das 10h10 às 10h55.

Diferente do Jazz Funk, o Hip Hop é um estilo já consolidado de dança de rua. Nascida nos anos 1970 em Nova York, a modalidade se popularizou nos videoclipes e logo invadiu as escolas de dança ao redor do mundo. Também conduzidas pelo professor Leonardo, as aulas de Hip Hop são nas terças e quintas, das 18h30 às 19h15.

A idade mínima para participar é de 10 anos.

## Direto da Broadway

Os grandes musicais são reconhecidos por contar histórias por meio da música e de elaboradas coreografias. Através da expressão corporal, os atores impressionam a plateia e dão mais emoção às narrativas. Quem nunca quis dançar junto com as músicas de *Hairspray*, *Mamma Mia*, *Mary Poppins* ou *High School Musical*? Chegou a hora!

As aulas de Jazz e Sapateado Sequência de Musicais são ministradas pelo professor Laudo Pires, já conhecido no Clube por seu carinho pelo estilo e pela experiência em musicais. As modalidades são destinadas ao público infanto-juvenil, entre 6 e 14 anos. Não há nivelamento ou pré-requisitos, pois as coreografias têm níveis diferentes de dificuldade dentro de sua própria estrutura. 📺



Para mais informações e matrículas nas turmas de Jazz Funk, Hip Hop, Jazz e Sapateado Sequência de Musicais basta entrar em contato com a Secretaria de Cultura e Esportes nos telefones 41. 3014-1949 ou 41. 99515-1055 (WhatsApp). Se a bailarina ou bailarino não tiver a idade mínima para participar, mas já fizer parte da Escola de Dança do Clube Curitibano, poderá passar por uma avaliação e ingressar na turma desejada.



*LifeFitness*

marca premiada **internacionalmente**

# Durabilidade Tecnologia Sofisticação



Leve a Life Fitness para sua casa ou condomínio e aproveite todos os benefícios com conforto e comodidade.

**Novo Endereço**



Rua Euclides da Cunha, 597 - Batel, Curitiba - PR



(41) 3244.4357



(41) 99807.9999



ARQUEA  
ARQUITETOS



IDEINC.COM.BR/JARDIM RUA MANOEL EUFRÁSIO 1290  41 98858-2405



# JARDIM

3 SUÍTES  
132 A 158 M<sup>2</sup>

AO LADO DO  
MUSEU OSCAR NIEMEYER

EXPERIMENTE NOSSOS  
PRATOS EM CASA

CONHEÇA NOSSO  
CARDÁPIO DIGITAL



41 3044.0444 • 41 98782.4842  
ALAMEDA PRES. TAUNAY, 444 - BATEL  
@STREET444\_BATEL

Street 444

STREET  
444  
Restaurante





CONHEÇA NOSSOS COMBOS  
GRELHADO + CERVEJA



CONHEÇA NOSSO  
CARDÁPIO DIGITAL



41 3149-0444  
R. GEN. MÁRIO TOURINHO, 573 - SEMINÁRIO  
@STREET444\_PATAGONIA

ST GRILL

STREET  
444  
PATAGONIA

# Tradição que passa de mãe para filha

*Em seu 70º ano, o Baile de Debutantes do Curitibano já marcou a vida de centenas de associadas e suas famílias. Mesmo com restrições, grupos de 2020 e 2021 estão na expectativa pelas comemorações*

■ por Mariana Rosa

Em 2021, o Baile de Debutantes do Clube Curitibano completa 70 anos de história. As décadas de comemorações acompanharam as famílias dos associados, que frequentam o baile por gerações. É o caso da família da debutante de 2020, Maria Carolina Tavares Zerbinato. Além dela, a irmã mais velha, a mãe, a avó e tias-avós foram debutantes do Curitibano.

“Para muitas pessoas pode parecer uma grande bobagem, uma coisa antiquada. Mas é uma satisfação para toda a nossa família e um motivo de muito orgulho”, conta a mãe de Maria Carolina, Fernanda Cristina Vieira Tavares. Fernanda, única menina da família na sua geração, debutou em 1992. Sua mãe, Dulcema, participou do baile em 1970 e as tias, Regina e Berenice, em 1972 e 1977, respectivamente.

A programação de atividades para Maria Carolina começou no fim do ano passado no jantar de boas-vindas. Ela acompanhou de perto a experiência da irmã mais velha, Maria Eduarda, que foi debutante em 2019. “Eu curti bastante viver isso com ela e com a minha família. Fiquei interessada e comecei a imaginar como seria na minha vez. É um momento para compartilhar lembranças e boas energias entre as debutantes, suas famílias e amigos”, conta.

São inúmeras as famílias que compartilham uma história semelhante a de Fernanda e suas filhas. E, sempre que acontece um novo baile, os reencontros surpreendem. “Foi uma grata surpresa descobrir no baile de 2019 e no jantar de boas-vindas de 2020 outras mães que debutaram junto comigo em 1992. São amigas e lembranças que a gente leva para a vida toda”, diz Fernanda.



Maria Carolina fez 15 anos em 2020 e, assim como a irmã e a mãe, está debutando no Curitibano

Devido a pandemia, a experiência de Maria Carolina vai ser diferente da vivida pelas outras mulheres de sua família, mas isso não a preocupa. “Eu espero que dê tudo certo, que todo mundo seja vacinado e que a gente consiga fazer uma festa segura e curtir o momento. Eu tenho certeza que o Clube vai fazer de tudo para ser o mais especial possível para cada uma de nós, e isso me tranquiliza”.



Dulcema foi debutante em 1970 e depois celebrou com as irmãs Regina (1972) e Berenice (1977)



Arquivo pessoal

Fernanda Cristina Vieira Tavares participou do Baile de Debutantes em 1992, ao lado dos pais, Dulcema e Ubirajá. Agora, espera ansiosa pela festa da filha, Maria Carolina

## Encontros online

Assim como Maria Carolina, as demais debutantes de 2020 seguem na expectativa de poder comemorar, mesmo com as restrições impostas pela pandemia. Por isso, o Curitibano está começando uma série de eventos e encontros virtuais para as debutantes.

“O calendário de atividades que antecedem o baile torna a experiência para as meninas ainda mais especial. Por isso, não queremos deixar de promover ações para elas. E, já que a pandemia não permite encontros presenciais, vamos nos encontrar pela internet neste primeiro momento”, explica a Gerente Social do Clube Curitibano, Gisele Coutinho de Oliveira, responsável pelo projeto.

Nas próximas semanas, elas vão participar das tradicionais aulas de valsa de uma maneira totalmente nova – pelo computador. Mas sem deixar de aproveitar o conteúdo e a troca com as demais debutantes. “Quando for possível, realizaremos também os eventos presenciais. Assim, elas poderão dançar também com os pais, ou avós”, explica a gerente.

A tradicional exposição de fotos também deve ganhar uma versão online, permitindo que as meninas, as famílias e os amigos também conheçam toda a turma de debutantes 2021.



Para muitas pessoas pode parecer uma grande bobagem, uma coisa antiquada. Mas é uma satisfação para toda a nossa família e um motivo de muito orgulho”

Fernanda Cristina Vieira Tavares  
Mãe de Maria Carolina e Maria Eduarda

## Turma de 2021

A expectativa também já começou a tomar conta das meninas que fazem 15 anos nos próximos meses. Os convites para participar do Baile de Debutantes serão enviados no segundo semestre. E, depois, elas serão convidadas a fazer o ensaio fotográfico exclusivo, assinado pelo fotógrafo Daniel Katz. E, na sequência, poderão participar dos cursos e encontros de maneira virtual ou presencial – dependendo do cenário de restrições.

A expectativa é que o baile da turma de 2020 aconteça no fim do segundo semestre. E, para a turma de 2021, no início do próximo ano. ☒

EXCELENTE LOCALIZAÇÃO NO **ÁGUA VERDE**  
INFRAESTRUTURA COMPLETA

**SUA VIDA EM HARMONIA**

HARMONY

concept house

**CONCLUSÃO  
EM JUNHO DE 2021**

41 3317.1717

Saiba mais.



[plaenge.com.br](http://plaenge.com.br)

**PLAENGE**

CREA: 7552/D-PR • CRECI: J-3445 • Matrícula: 79.513 • 5ª Circunscrição Imobiliária de Curitiba.



# Poupança sim, caderneta de poupança não



*Especialistas dão dicas de como fazer o dinheiro render acima da inflação no curto prazo e com risco baixo*

■ por Marisa Valério

Entre ano, sai ano, uma crise sucede a outra, e o que não muda é a preocupação das pessoas com a proteção e o rendimento de seu dinheiro. O mercado financeiro engrossa a sopa de letrinhas com novos produtos e opções de rentabilidade. Mas a dificuldade de entender a engenharia das finanças faz com que muita gente ainda volte seus olhos para a velha e conhecida caderneta de poupança.

O problema é que a caderneta está perdendo para a inflação desde 2019. No ano passado, com a inflação oficial de 4,52%, a aplicação encerrou o ano com retorno negativo de 2,30%, de acordo com levantamento da Economática. Trata-se da pior rentabilidade desde 2002, quando o retorno anual foi de -2,90%.

Essa perda está diretamente ligada ao novo patamar da Selic (a taxa básica de juros), na mínima histórica de 2% ao ano, achatando a poupança e todos os investimentos de renda fixa. É bom lembrar que a poupança tem um rendimento correspondente a 70% da taxa Selic.

## Estudar e aprender

O economista José Pio Martins, reitor da Universidade Positivo e comentarista de finanças da rádio CBN Curitiba, atribui a popularidade da caderneta de poupança ao fato de ser simples, fácil, flexível e estável. Ela será sempre uma opção, sobretudo para pequenas poupanças mensais, mas hoje está longe de ser uma boa aplicação financeira. “O rendimento clássico de 6% ao ano, que era a marca da caderneta, acabou. Não é mais assim e, agora, rende muito menos.”

O jeito, ensina o professor, é estudar, informar-se, aprender. E isso vale sobretudo para quem tem capital e tempo. No longo prazo é possível formar reservas destinadas à aposentadoria ou à construção de patrimônio que garantam um futuro tranquilo. “Poupar é necessário, ter sempre uma sobra mensal é importante, no mínimo por uma razão: nosso fluxo de gastos é diário, constante, ininterrupto desde que nascemos até quando morremos, enquanto nossa renda é inconstante e falha. Em algum momento da vida todo mundo perde o emprego, fica doente, sofre acidente, envelhece, perde energia ou se aposenta.”

No curto prazo, até um ano, quem tem reservas deve aplicar em renda fixa com taxa de juros pré-fixada, sugere Pio Martins. “Dizendo de outro modo, deve aplicar seu dinheiro em um ativo financeiro com taxa de juros definida no momento da aplicação e imutável até o vencimento. No curto prazo, a vida econômica não muda muito, a inflação não varia demais e nem há tantas oportunidades novas para aplicações financeiras.”

## Oportunidades da crise

Para o consultor Bruno Heckler, sócio e diretor comercial da Apollo Investimentos, uma opção à caderneta para o investimento de curto prazo são os CDBs, que pagam 100% da taxa de juros, ou os fundos de renda fixa, que também oferecem liquidez de um ou dois dias. Parte do encanto popular que ainda ronda a caderneta é também sua liquidez, ou seja, a disponibilidade imediata do dinheiro aplicado.

“A reserva de emergência é o dinheiro que você talvez precise. Para todo e qualquer investimento feito, existe um objetivo, seja de curto, médio ou longo prazo. Assim o poupador pode utilizar o tempo a seu favor”, diz. Os objetivos fazem com que se entenda mais do investimento, administre melhor os riscos e invista-se bem sempre. “Por exemplo, se eu tenho um objetivo a longo prazo, também tenho mais tempo para trabalhar com aquele dinheiro e performar melhor nos resultados que ele pode me proporcionar.”

Uma boa performance pode ser obtida em voo solo do investidor, mas a ajuda de um profissional especializado em assessoria de investimentos é sempre mais estratégica, observa Bruno Heckler, lembrando que a maioria das pessoas não tem tempo para ficar acompanhando o mercado financeiro e suas variações.

Momentos de grande volatilidade, como esse período marcado pela pandemia da Covid-19, acabam gerando muitas oportunidades, que são percebidas por especialistas. Um investidor bem assessorado vencerá o medo e aproveitará chances únicas que ocorrem a cada década. “Os grandes investidores esperam isso por anos, às vezes se programam para esse tipo de acontecimento. Quanto mais você está bem assessorado, melhor você investe.”

O economista David Ribeiro Tavares, consultor, escritor e professor do Centro Universitário UniOpet, menciona várias opções de investimento de curto e médio prazo, baixo risco e alta liquidez, que podem interessar aos poupadores órfãos da caderneta de poupança.

## Onde aplicar se a caderneta não dá retorno?

### – Letras de Crédito Imobiliário (LCI):

Esse tipo de investimento é direcionado ao mercado imobiliário e possui isenção de imposto de renda para pessoas físicas. Em muitas situações as LCIs rendem mais que a taxa Selic ou o CDI (certificado de depósito interfinanceiro ou interbancário), dois importantes indicadores de fundos de investimentos. Também contam com a proteção do Fundo Garantidor de Créditos (FGC), uma proteção governamental, até o limite de R\$ 250 mil por CPF ou CNPJ, por conjunto de depósitos e investimentos em cada instituição financeira, em sua regra limitado ao teto de R\$ 1 milhão para garantias pagas para cada CPF ou CNPJ.

### – Letras de Crédito do Agronegócio (LCA):

As LCA's também são isentas de imposto de renda para pessoas físicas. São uma boa opção de investimento para um prazo maior. Lembre-se de que depende muito de seus objetivos pessoais. É um investimento seguro, e também possui a proteção do FGC até o limite de R\$ 250 mil por CPF ou CNPJ.

### – Certificado de depósito bancário (CDB):

O CDB é um investimento no qual você empresta o seu dinheiro para os bancos. Normalmente tem uma melhor rentabilidade quando emitido por bancos médios e pequenos, pois o risco é um pouco maior. Costuma ter uma carência para seu resgate, mas também existem CDBs com liquidez diária. Tem baixo risco e também conta com a cobertura do FGC.

### – Criar objetivos

Quando somos guiados por metas e objetivos, temos chances muito maiores de conquistar o que desejamos. Afinal, você saberá exatamente para onde está caminhando, e o que é preciso para alcançar. Esses objetivos são muito pessoais, e por isso vale qualquer coisa, desde uma viagem até a troca do carro ou uma grande festa de aniversário.

### – Tesouro Selic:

O Tesouro Direto Selic é um título da dívida pública federal, emitido pelo Estado brasileiro de tempos em tempos, e é garantido pelo Tesouro Nacional. É a opção mais segura para curto prazo. O rendimento é bom em momentos de alta da taxa de juros, mas mesmo com a Taxa Selic em queda e o desconto do imposto de renda é o principal investimento de curto prazo. É importante avaliar o ano do título, pois quanto mais longo o prazo da aplicação mais interessante financeiramente ela costuma ser.

### – Fundos DI (depósito interbancário):

No mínimo 95% do montante dos fundos são investidos em títulos públicos atrelados à taxa Selic, em sua maior parte em Tesouro Selic ou em títulos privados de baixo risco. É importante se atentar à taxa de administração cobrada pelos ofertantes do fundo, pois isto pode impactar pesadamente o retorno de seus investimentos. Recomenda-se fundos com no máximo 0,5% de taxa de administração.

### – Fundos multimercado:

Oferecem um risco um pouco maior, mas também um retorno mais interessante. Se você estiver disposto a arriscar um pouco mais no curto prazo, este é o tipo de fundo ideal para você. Sem se arriscar muito, aplica o seu dinheiro em diferentes segmentos do mercado, como a bolsa de valores, câmbio, renda fixa, entre outros.



# entrevista.

*Consultor financeiro e de investimentos para empresas, pessoas e famílias, Raphael Cordeiro é autor do blog Plano de Voo e do livro “O sovina e o perdulário”, além de CEO da Inva Capital. Na entrevista abaixo ele faz alertas importantes sobre opções de investimento.*



Rafael Cordeiro

## *A poupança ainda é uma boa opção para reserva de emergência ou é preciso fugir dela sempre?*

**Raphael Cordeiro.** No contexto atual, a Caderneta de Poupança está rendendo 1,4% ao ano ou 0,12% ao mês. Muito abaixo da inflação, o que faz o investidor perder poder de compra. Porém, para reserva de curto prazo pode funcionar, porque não há opções muito melhores sem oscilação. No ano passado, até as LFTs (Tesouro SELIC do Tesouro Direto) apresentaram desvalorização em alguns meses. Para os investidores que possuem poupança antiga, que rendia 6% ao ano mais TR, o cenário é diferente, pois não há no momento investimento conservador rendendo perto disso. Esses investimentos devem ser mantidos.

## *Por que é importante investir em oportunidades que combinam com nossos objetivos?*

**RC.** Como o futuro é incerto, os interesses do investidor precisam estar alinhados aos seus investimentos. Um portfólio de alguém que pretende usar os recursos em seis meses para trocar de carro deve ser muito diferente de alguém que planeja investir por 30 anos e usar os valores poupados para uma aposentadoria. Além dos objetivos, o investidor deve avaliar sua expectativa de retorno e disposição para aceitar perdas temporárias.

## *Quais são as opções de investimento para o curto prazo?*

**RC.** Para o curto prazo há poucas opções. Fundo DI, que aplica em títulos que seguem a taxa básica de juros (Selic), CDBs com liquidez e Tesouro Selic (Tesouro Direto) são praticamente as únicas opções. Se o fundo tiver taxa de administração acima de aproximadamente 0,2% aa, dificilmente superará o Tesouro Selic. O CDB costuma ser negociado em porcentual da taxa CDI. Precisa render a partir de 97% do CDI para ser melhor do que o título do Tesouro Direto.

## *E para médio e longo prazo?*

**RC.** Para o longo prazo há uma diversidade de produtos, mas antes disso, o investidor precisa montar uma estratégia alinhada com seu perfil de risco. Nessa estratégia é necessário que seja definido quanto da alocação ficará em cada classe de investimentos: Renda Fixa, Imóveis, Ações e Multimercados.

Quando se trata de classes, as que ofereceram mais rendimentos nos últimos anos foram Imóveis e Ações, porém também com maior volatilidade. Em períodos de 10 anos ou mais tende a ser assim, mas o investidor não pode se deixar iludir por momentos de euforia tampouco se contaminar nos momentos de quedas abruptas. Desistir de uma estratégia no meio do percurso poderá ser tão ruim quanto saltar de um avião por causa de uma turbulência.

## *Que investimentos qualquer um pode fazer sozinho, sem precisar de assessoria?*

**RC.** Dificil pergunta. Talvez nenhum, talvez alguns. É uma teia que envolve conhecimento técnico e pré-disposição emocional. Quem pode se diagnosticar e se medicar sem procurar um médico? Acredito ser algo similar. Mas outra pergunta é: quem pode oferecer essa assessoria? Para mim, é um profissional com capacidade técnica comprovada, ligada a entidade de classe e que seja isento. Uma pessoa sensata só vai em médico com CRM e que não seja dono de farmácia.

## *Quais os principais cuidados a considerar quando se escolhe um investimento?*

**RC.** Só após definir seu perfil e estratégia é que se deve procurar produtos. O principal cuidado é com produtos que deixarão o dinheiro do investidor preso por muito tempo e que não apresentam seu custo de forma transparente. Os COEs - certificados de operações estruturadas costumam ter essas características. Outro cuidado importante é com investimentos que estão na crista da onda. O passado não é nenhuma garantia de sucesso, pelo contrário, costuma ser o contrário - quanto maior for a alta recente maior é chance de queda. Mas tudo são probabilidades, pois os resultados são muito incertos. Isso não quer dizer que o investidor não pode fazer suas apostas, mas serve para lembrar que haverá incerteza e diversificação é necessária.

## *Qual a aplicação mínima para um iniciante em investimento?*

**RC.** É muito pouco. A partir de R\$ 30,00 já é possível investir no Tesouro Direto, por exemplo. Mas para montar um portfólio o ideal é que se inicie com uns R\$ 10 mil, para poder diversificar também em um fundo multimercado. Para o pequeno investidor, os fundos costumam ser mais indicados nas classes de imóveis e ações porque são diversificados. ■



SÃO  
LEOPOLDO  
MANDIC

Araras



# Vivencie

tudo aquilo que você planejou  
para o seu futuro e a sua carreira.

**Temos certeza: será melhor  
do que você imagina.**



GRADUAÇÃO EM  
**MEDICINA**

[slmandicararas.edu.br](http://slmandicararas.edu.br)



+55

19 3508•0700



+55

19 99984•8972

# Barreira que salva vidas

*Médico esportivo, Dr. Pedro Murara orienta os associados sobre a utilização de máscaras nos espaços abertos e fechados e garante: elas não fazem mal à saúde na prática esportiva*



■ por Alessandro Pinheiro e Mariana Rosa

Há pouco mais de um ano do início da pandemia, as orientações para não disseminação da Covid-19 impostas pelas autoridades de saúde ainda geram diversas dúvidas à população. Entre elas se destacam o uso das máscaras em espaços abertos e fechados para a prática esportiva. Com objetivo de responder às principais questões sobre o tema, a Revista do Clube Curitibano conversou com o Dr. Pedro Murara, médico do esporte do Hospital Marcelino Champagnat.

**Clube Curitibano: Qual a importância da utilização de máscara dentro dos ambientes fechados como academias e quadras indoor durante a prática esportiva?**

**Dr. Pedro Murara.** A máscara funciona como um filtro, uma barreira de gotículas, principalmente daquelas que saem da boca ou do nariz de quem está utilizando, já que esse item segura essas gotículas que são os maiores transmissores de coronavírus. Então, ao invés de formar uma nuvem de gotícula contaminada, a maior parte é filtrada e fica dentro da máscara.

Com certeza nos esportes indoor, locais onde a gente não consegue ter uma circulação de ar adequada, mesmo deixando todas as portas de janelas abertas, as partículas não se dispersam com facilidade. Logo, o tempo prolongado em locais fechados frequentados por um certo número de pessoas pode gerar uma carga viral importante.

Além disso, hoje nós sabemos que a Covid pode contaminar pessoas causando poucos sintomas ou até mesmo nenhum, e isso é uma grande arma para a disseminação do coronavírus, porque tem muita gente que não sabe que está portando o vírus, mas está espalhando por causa das gotículas expelidas pela fala, tosse, espirro e respiração.

O conselho é que a gente precisa se comportar e fazer o exercício de colocar na nossa cabeça que nós e outras pessoas estamos possivelmente contaminados o tempo todo. Só assim a gente toma os cuidados eficientes para diminuir a exposição e aos poucos ir minando a disseminação do vírus. Só não podemos exagerar neste exercício a ponto de gerar pânico.

**Quais as orientações para que as pessoas utilizem máscara de maneira correta?**

**PM.** No começo da pandemia, os especialistas ainda discutiam se as pessoas de fora da área da saúde deveriam ou não usar máscaras, sob argumentos de que quem não teria prática de utilização poderia se contaminar mais usando a máscara na sua manipulação inadequada.

Sendo assim, tem certos fatores que são bem importantes. O primeiro se refere à máscara em si, porque tem alguns tipos que não são apropriadas para o uso, que não são cirúrgicas e devidamente regularizadas pelos órgãos responsáveis no Brasil, como as máscaras caseiras que são feitas em materiais como TNT, confecção em três camadas etc. Além do material da máscara, o segundo fator importante também é a formatação no seu rosto. As mais largas não são adequadas, já que elas têm uma abertura muito grande na área da bochecha ou na base do nariz e permitem que as partículas se disseminem por essas aberturas. Logo, perde todo o sentido usar máscaras com essas falhas, ainda mais se ela ficar caindo, deixando o nariz exposto que faz o usuário ficar ajustando-a o tempo todo, colocando a mão.

Outro fator essencial é o manuseio, já que é uma fonte alta de contaminação. É preciso ter em mente que essa parte frontal e externa da máscara é contaminada, porque tem como função frear possíveis gotículas virais externas. Caso a gente coloque a mão no local, estaremos transferindo as gotículas para a nossa mão, que pode ir para o nosso rosto e depois entrar em nosso organismo. Portanto, o tecido, a forma e o manuseio, sempre pelas alças, precisam ser apropriados para que o uso forneça toda a proteção possível do método.

### ***Por que é tão importante que as pessoas usem máscaras em praças esportivas abertas e durante a prática das modalidades?***

**PM.** Esse é um tema que abre margem para discussões entre autoridades no assunto. Nos esportes praticados a céu aberto, por mais que não seja criado um cenário de concentração viral no ambiente como um todo, o falar e o tossir podem transferir imediatamente partículas de uma boca para a outra, de um nariz para o outro.

Já na questão dos esportes coletivos, eles envolvem muito contato, principalmente em modalidades como o futebol society e basquete. Há recomendações da Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte que orientam o praticante a manter o uso das máscaras durante a prática esportiva outdoor. A Organização Mundial de Saúde fala que para se exercitar não precisaria de máscara, mas é importante ressaltar que essa recomendação serve apenas para quem se exercita sozinho ou em isolamento.

A natação é uma exceção por causa do tratamento da água. O processo de cuidados com piscina tem o cloro que é virucida, que mata não apenas o coronavírus, mas diversos vírus. As raia também ajudam no distanciamento porque separam os nadadores em uma distância de no mínimo 2,5 metros em dimensões oficiais. Contando que não tenham dois nadadores na mesma raia, na borda no mesmo momento e conversando um com o outro, a troca de partículas oriundas das vias aéreas entre eles será muito pequena e com uma distância adequada para evitar a contaminação.

### ***O uso de máscara durante a prática atrapalha e prejudica o rendimento?***

**PM.** O uso da máscara influencia em alguns parâmetros de rendimento, diminui a potência máxima, aumenta muito a percepção de esforço e há estudos que comprovam que há uma ligeira queda na captação do oxigênio. Além disso, há um aumento do trabalho de musculatura respiratória, porque é preciso utilizar mais força para puxar o ar, que faz o praticante utilizar mais a estrutura da caixa torácica devido à resistência física ocasionada pela máscara. Mas é importante ressaltar que não existe prejuízo para a saúde! Muito pelo contrário, a máscara evita uma infecção respiratória e isso é um benefício de saúde. A utilização é mais desconfortável em exercícios aeróbicos, principalmente quando é preciso correr e fazer exercícios que exigem uma performance tão alta. Porém, eu destaco novamente, isso não causa nenhum prejuízo para a saúde.

### ***Quais são as dicas para que as pessoas possam se sentir mais confortáveis ao fazer os exercícios de máscara?***

**PM.** Existem algumas opções. A primeira é priorizar a prática esportiva em horários mais frescos, como manhã e noite, porque um dos motivos do desconforto com a máscara é a sensação de calor e de umidade que fica



*Dr. Pedro Murara, médico esportivo*

retida – fatores que prejudicam também a nossa respiração. A segunda é o uso de máscaras que ficam confortáveis no rosto, que não ficam caindo e que não seja necessário ajustar o tempo todo. Quando bem ajustada, o usuário esquece que está usando, logo o seu cérebro desvia a atenção sobre isso e o exercício é feito de uma maneira mais tranquila.

O terceiro ponto depende dos objetivos do atleta porque a dica é de ajustes no treino. A sugestão é fazer o exercício em intensidades mais baixas, separar um tempo maior para intervalos e, eventualmente para compensar caso esteja alinhado com os objetivos, aumentar o tempo total de cada exercício. Ao invés de correr ou caminhar na esteira por 40 minutos em um ritmo mais forte, o melhor é fazer isso em uma intensidade menor por 60 minutos, isso pode ser uma estratégia para deixar a prática dos exercícios com a máscara mais confortável.

Pensando em exercícios ao ar livre, caso você tenha um local que permita e que não tenha contato com pessoas e garanta um distanciamento seguro, o praticante pode retirar a máscara por um breve tempo para recuperar o fôlego, mas o manuseio deve ser feito corretamente e de forma impecável.

### ***Quais máscaras são recomendáveis para fazer exercícios físicos?***

**PM.** Algumas empresas desenvolvem máscaras com intuito de serem próprias para o esporte. Eu avalio que elas têm uma formatação boa para o rosto, não machucam as orelhas, já que são fechadas atrás da cabeça, fecham as laterais, têm uma respirabilidade boa e o mais importante: elas protegem o praticante o tempo todo. Essas máscaras são boas alternativas porque elas estão regulamentadas.

Outra opção é a máscara cirúrgica. Ela é uma boa escolha por ser leve e tem uma boa respirabilidade, o que afeta menos os quesitos fisiológicos em comparação com as N95, que devem ter seu uso voltado aos ambientes de serviços de saúde. Um fator essencial para quem usa máscaras reutilizáveis é fazer de forma recorrente a higienização, para não gerar um crescimento bacteriano.

### Qual mensagem o doutor deixa sobre a importância do uso de máscaras?

**PM.** Ao meu ver, depois de um ano de pandemia, usar máscara é mais do que uma reflexão pessoal e uma conotação para eu não me contaminar. O objetivo é mostrar aos colegas que há uma preocupação coletiva com a saúde, logo precisamos fazer a nossa parte em conjunto. Acredito que não tenha uma pessoa que goste de usar máscara ou optaria em utilizar em condições normais. Mas isso é um esforço coletivo e precisamos saber que nossas atitudes vão causar segurança e inseguranças nas pessoas que estão ao nosso redor.

Se todo mundo fizer a sua parte, utilizar máscaras, fazer a higienização das mãos, dos aparelhos, respeitar o distanciamento e não retirar a máscara para conversar, todos esses cuidados vão gerar uma sensação de segurança. Isso é fundamental para que as pessoas não abandonem a atividade física e continuem se mantendo ativos, que são ferramentas importantes para o corpo e para mente. Isso contribui para que as pessoas passem por esse período tão difícil de uma forma mais leve e saudável. Então pensando no coletivo é preciso passar por esse desconforto de usar máscaras, mas que não causa prejuízo. ■



Um tema destacado pelo Dr. Pedro Murara foi a diminuição da intensidade durante os treinos para que a prática fosse realizada de maneira confortável. Com esse objetivo, a Supervisora de Fitness do Clube Curitibano, Renata Maia Kunzel de Macedo, selecionou algumas dicas aos associados.

- **Diminua a intensidade**
- **Faça os exercícios com uma velocidade menor**
- **Com uma carga de peso mais leve**
- **Procure realizar atividades ao ar livre e isolado das pessoas**

Mais orientações e informações sobre a importância do uso de máscaras, aponte a câmera do seu smartphone e confira a campanha em nossas redes sociais.



acesse e saiba mais ...

Para que a prática esportiva com máscara seja feita de maneira segura e confortável nesta pandemia de Covid-19, confira as instruções sobre como escolher e utilizar a máscara de forma correta.

#### COMO SELECIONAR O FORMATO IDEAL

1. Escolha máscaras que **fiquem bem ajustadas** ao seu rosto
2. Que são formadas por materiais leves, com **boa respirabilidade** e protejam o tempo todo
3. Que **fecham as regiões** das bochechas



- 1 **Não toque a frente da máscara** durante o uso
- 2 **Substitua as máscaras de pano a cada duas horas**
- 3 **Higienize as mãos antes de colocar e retirar a máscara**
- 4 **Utilize as alças para retirá-la**
- 5 **Higienize de forma recorrente**

FICAR EM CASA  
JÁ PERDEU  
O SEU BRILHO?



Não se preocupe.



#MUNDOMADREPEROLA

M

[mundomadreperola.com.br](http://mundomadreperola.com.br)



A Mundo Madrepérola trabalha com peças exclusivas e refinadas. Feitas artesanalmente na Ásia, elas chegam ao Brasil para trazer ainda mais brilho à sua casa.

Uma seleção de produtos decorativos e de mesa posta. Aponte a câmera para o QR code e conheça as coleções.



Troca da madeira e nova pintura do Ginásio de Esportes recebeu cerca de R\$ 600 mil em verbas do CBC

## Recursos do CBC garantem novos materiais e equipamentos

*Atletas, comissão técnica e equipe multidisciplinar têm à disposição itens de última geração para preparação e avaliação física e fisioterapia. Investimento de 1,9 milhões permitiu a compra de 57 novos materiais*

■ por Alessandro Pinheiro

O Clube Curitibano recebeu novos materiais esportivos e equipamentos para avaliação física e fisioterapia. Os itens são oriundos do investimento do edital número 7, do Comitê Brasileiro de Clubes (CBC), que soma cerca de R\$ 1,9 milhão para aplicação em infraestrutura esportiva.

Com o recurso, o Curitibano adquiriu 57 itens – entre uniformes e acessórios para viagem e competição, materiais essenciais para modernização dos espaços esportivos (como o Ginásio de Esportes e a Sala da Esgrima) e equipamentos de última geração. Eles auxiliam os profissionais ligados aos esportes olímpicos beneficiados pela parceria, a realizarem com qualidade os treinamentos técnicos, preparação física e atendimento de fisioterapia. Além do atendimento aos atletas de alto rendimento, o associado de forma geral também se beneficia com a melhoria de praças esportivas como Ginásio de Esportes e Sala de Esgrima, uma vez que essas áreas são de utilização comum a todo o quadro associativo.

“A cada dia surgem mais equipamentos que servem como ferramentas para o fisioterapeuta planejar e reabilitar os atletas de maneira mais rápida, eficiente e com maior segurança, o que evita o agravamento das lesões”, exalta Merli Felisbino, fisioterapeuta do Clube Curitibano.

As banheiras de imersão são utilizadas para recuperação do sistema nervoso e cardiovascular, redução da dor nas articulações e músculos e, quando utilizadas para banhos de gelo, auxiliam na regeneração muscular e aumentam a remodelação das fibras musculares.



© Tiago Santos

*Confira os benefícios e funcionalidades dos principais equipamentos que agora fazem parte da infraestrutura de formação de atletas do Clube Curitibano:*

### — Sistema Game Ready

O Game Ready é um aparelho que alia a crioterapia (método que utiliza a baixa temperatura) com a compressão, essencial para o tratamento de lesões agudas e para recuperação mais eficiente do pós-treino e competição. Uma das principais funções do dispositivo é manter a temperatura ideal durante todo o processo, sendo assim mais assertivo no tratamento. O cabo duplo do Game Ready promove dinamismo à terapia, podendo ser usado por dois atletas ao mesmo tempo.

### — Botas de Compressão e Cadeiras Reclináveis

As botas de compressão têm a função de facilitar o retorno venoso em movimento bomba, que aumenta e diminui o volume dos vasos sanguíneos. As botas podem ser usadas no pós-treino e ao término da competição para efeito de recuperação, ou até mesmo para drenar um edema em casos mais graves. Para maior eficiência na reabilitação, o atleta realiza o tratamento deitado em cadeiras reclináveis que elevam as pernas.

### — Antares

O Antares faz a fototerapia e utiliza as luzes em infravermelho, laser, entre outras, como recursos terapêuticos. O equipamento é o mais moderno que existe no ramo e utiliza lâmpadas de LED, que de acordo com diversos estudos, indicam que a terapia de baixa intensidade pode aumentar o desempenho muscular, a recuperação pós-treino e a regeneração em caso de lesões no músculo. Logo, o Antares é um recurso muito eficiente, com ótimo custo-benefício e fácil aplicação.

### — Equipamento de Magnetoterapia MAG3 T

Os equipamentos de magnetoterapia estão entre os mais inovadores que foram adquiridos com os recursos do CBC. Os aparelhos utilizam a aplicação terapêutica de campos magnéticos e a produção de corrente elétrica para relaxar o músculo, regenerar os tecidos musculares, estimular a produção de colágeno, aumentar o fluxo sanguíneo, o efeito analgésico, entre outros benefícios visando o melhor tratamento.

## Curitibano está entre os melhores no ranking do CBC

Em março, o Comitê Brasileiro de Clubes (CBC) divulgou a atualização do Ranking Nacional do Ciclo Olímpico 2017-2020 e o Clube Curitibano ficou entre as três melhores agremiações nas modalidades Natação e Tênis. O Curitibano também está entre os principais clubes no Badminton, Esgrima e Voleibol, o que comprovou o seu protagonismo no quesito formação de atletas.

“O ranking da CBC só vem confirmar o bom momento da Natação nos últimos anos. Estar entre os três melhores clubes do país tanto na Natação quanto nas Maratonas Aquáticas é motivo de muito orgulho, além de nos colocar numa posição favorável para a captação de recursos junto a entidade para investimentos no esporte. Parabenizo e agradeço todos os envolvidos nesta conquista, principalmente os atletas e comissão técnica”, exalta o Coordenador Geral dos Desportos Aquáticos, Fabio Bronze Moreira.

O ranking por esporte reflete a situação de performance e atuação esportiva da rede de clubes que são integrados ao CBC nos últimos quatro anos. Da forma como está organizado, por modalidade, o ranqueamento atual demonstra na prática o cenário esportivo nacional, apresentando os melhores resultados dos clubes multiesportivos e mais estruturados nos campeonatos brasileiros interclubes, mas também destaca as agremiações mono esportivas com desempenhos relevantes e específicos.

Outro esporte com o apoio do comitê nacional, o Basquete do Clube Curitibano não foi citado pelo CBC no Ranking do Ciclo Olímpico 2017-2020.



**CONFIRA O DESEMPENHO DO CLUBE CURITIBANO NESTE PERÍODO EM CINCO DAS SEIS MODALIDADES QUE RECEBE O APOIO DO CBC:**

esporte	pontos
<b>Natação</b> - 3º lugar 136 ouro   121 prata   92 bronze	4.390
<b>Tênis</b> - 3º lugar 36 ouro   48 prata	1.200
<b>Esgrima</b> - 8º lugar 1 prata   4 bronze	30
<b>Badminton</b> - 10º lugar 1 ouro   1 prata   10 bronze	80
<b>Voleibol</b> - 13º lugar 2 prata	20



## Sobre o apoio

Desde 2014, o Curitibano é um dos clubes que recebem o apoio do CBC na formação de atletas de alto rendimento nas modalidades de Badminton, Basquete, Esgrima, Natação, Tênis e Voleibol. Ao longo dos últimos seis anos, a entidade já destinou cerca de R\$ 15 milhões ao Clube. Por meio do Departamento de Esportes, são inscritos projetos para receber o investimento. Os recursos são oriundos da Lei Pelé (nº 9.615/98), que direciona 0,5% dos recursos da Loteria Federal ao CBC – que, por sua vez, tem a responsabilidade de descentralizar o valor por meio de editais e aprovação de projetos.

Para o Curitibano, o aporte financeiro é essencial para ampliar o investimento certo em equipe técnica e multidisciplinar, aquisição de materiais e equipamentos e organização dos eventos do Campeonato Brasileiro Interclubes – que propiciam a evolução do aspecto competitivo aos atletas. ☒

Aponte a câmera do seu QR Code e confira a lista completa dos materiais e equipamentos que foram adquiridos através dos recursos do edital número 7 do CBC.



acesse e saiba mais ...

Incentivador das modalidades Badminton, Basquete, Esgrima, Natação, Tênis e Voleibol do Clube Curitibano



Buscando uma alternativa para armazenar seus itens pessoais ou buscando um parceiro para sua empresa?



A uStok é a solução!

CONTROLE NA PONTA DOS SEUS DEDOS  
Ágil, moderno e fácil



MONITORAMENTO & CÂMERAS 24H



ACESSO RESTRITO ATRAVÉS DO TOKEN



LIBERDADE PARA USO DE CADEADO PARTICULAR



PLANOS FLEXÍVEIS PARA PESSOA FÍSICA OU JURÍDICA

Escolha um de nossos planos, torne-se um **uStoker** que nós cuidamos do resto

☎ Telefone e 📞 WhatsApp:  
**(41) 3228-3001**

[www.ustok.com.br](http://www.ustok.com.br) | [info@ustok.com.br](mailto:info@ustok.com.br) | [f uStok Storage](#) | [@ustokstorage](#)

📍 Rua Cecílio Toniolo, 79, Portão, Curitiba, PR | Seg a Sex 8h às 18h / Sáb das 8h às 12h

# Muito mais que apenas esporte

*Atividades desportivas na infância, independentemente da modalidade, ajudam no desenvolvimento motor, cognitivo e psicossocial*

■ por Alessandro Pinheiro

É na fase inicial da vida que as crianças aprendem a se alimentar, se locomover e expressar suas emoções e sentimentos, seja em forma de gestos ou fala. O que faz com que os pais queiram estar sempre atualizados sobre as atividades que contribuam para o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional psicossocial da criança.

Esses atributos formam o que é definido pelos especialistas como o desenvolvimento global do indivíduo. Algo que pode ser adquirido e potencializado durante a prática esportiva lúdica orientada em escolas, academias, escolinhas e clubes. Ao utilizar o esporte como ferramenta de diversão quando a criança tem entre 4 e 10 anos, os atributos físicos, mentais e comportamentais evoluem de maneira exponencial.

“As atividades recreativas geram um bem para o desenvolvimento da criança, é algo muito mais que esporte”, exalta a Supervisora do Centro de Aprendizado Desportivo do Esporte Clube Pinheiros, em São Paulo, Ana Celia Osso. Como os exercícios na escola de esportes não têm o objetivo formar atletas de alto rendimento até os 10 anos, os pequenos ficam mais confortáveis durante a iniciação esportiva, o que contribui para o melhor desenvolvimento global.

Ela cita como exemplo um aluno diagnosticado, aos quatro anos, com Transtorno do Espectro do Autismo (TEA). “No início, a gente tinha muitas dificuldades. A família promoveu toda ajuda profissional e, depois de alguns anos, a mãe dele nos contou que a criança teve alta de tudo e o motivo apontado pelo médico foi a participação na escola de esportes”, conta Ana Celia.

O Clube Curitibano também promove a inserção do esporte na vida dos associados desde muito cedo. Além de formar atletas, as modalidades esportivas também têm como meta evoluir os aspectos saudáveis, físicos, mentais e de comportamento. Um dos exemplos são os filhos da associada Fernanda Ribas: Henrique, de 17 anos, e Frederico, de 12 anos, que desde os quatro praticam esportes nas sedes do Clube.



Henrique Ribas Vieira de Campos

Os jovens associados iniciaram a trajetória esportiva na escolinha de natação, em paralelo com a prática do futsal. Em ambas as modalidades, os meninos participaram de atividades lúdicas que ajudaram a gerar um interesse pelo esporte e promoveram o desenvolvimento global. “Na natação, eles começam a perceber que vai depender apenas do esforço e dedicação para conseguir um bom resultado. No futsal, eles tiveram uma outra perspectiva e contavam com o time para vencer, com compartilhamento de força e emoção com outras crianças da mesma idade. Esse trabalho no esporte ultrapassa as barreiras do Clube e se torna comum em todas as áreas de convivência social”, enaltece Fernanda Ribas.

Depois da experiência na escolinha de natação e futsal, os meninos encontraram no basquete o porto seguro para seguir praticando esportes de maneira prazerosa. Na disciplina da bola laranja, Henrique e Frederico, em épocas distintas devido a diferença de idade, atuaram pela equipe e aprenderam com o técnico Murilo Gasperin os fundamentos e, principalmente, a respeitar todas as pessoas independente da sua classe social, característica essa que faz parte das habilidades psicossociais.

“O esporte oferece a formação de um indivíduo completo. Não existe outra disciplina que possa dar isso de forma tão eficiente. Ele vai desenvolver as habilidades globais por completo e respeitará os seus limites e do próximo, como colegas, adversários e demais pessoas”, afirma Fernanda, que é docente do Colégio Marista Anjo da Guarda.

Com objetivo de ser uma referência em desenvolvimento global das crianças, o Departamento de Esportes do Clube Curitibano está em processo de criação da Escola de Esportes que, assim como acontece no Centro de Aprendizado Desportivo do ECP, tem como objetivo apresentar diversas modalidades esportivas de maneira lúdica e divertida para os pequenos associados.

“A ideia da escola de esporte é ampliar a possibilidade de desenvolvimento global da criança de modo que ela possa escolher de uma forma segura a modalidade que deseja seguir. Porque ela terá um desenvolvimento corporal, talvez não apurado, mas estimulado da forma que possa fazer qualquer esporte”, enfatiza o Supervisor de Esportes do Curitibano e especializado em iniciação esportiva, Ronald Guimarães.

A implantação da Escola de Esportes no Clube Curitibano ampliará a contribuição do Clube na formação humana de nossas crianças, além de fomentar ainda mais o processo de iniciação esportiva para atletas que utilizem do esporte de forma recreativa ou competitiva para alto rendimento.



**As atividades lúdicas que apresentam e exploram diversas modalidades, trabalhadas de maneira integrada, podem ajudar a desenvolver habilidades nas crianças como:**

#### — **Motoras**

**Locomotoras:** saltar, andar, correr, deslocar e rastejar.

**Estabilizadoras:** equilíbrio.

**Manipulativas:** quicar, driblar, lançar, agarrar, rebater, chutar e conduzir.

#### — **Cognitivas**

**Memória de trabalho:** conservar, relacionar e associar as informações.

**Controle Inibitório:** atenção e domínio do comportamento.

**Flexibilidade:** adaptação e criatividade.

#### — **Psicossociais interpessoal**

Controle emocional, perseverança, definição de metas, comunicação, solidariedade, honestidade, respeito, trabalho em equipe e liderança. 📌

Frederico Ribas Vieira de Campos



# Tacada histórica

*Vitor Rizzo e João Bosco Lee  
começaram 2021 comemorando  
o raro Hole in One na Sede  
Romão Rodrigues Branco*



Diversos esportes têm em seus históricos jogadas que desafiam a habilidade dos praticantes. E, quando realizadas com sucesso, ficam marcadas na memória dos envolvidos e são compartilhadas de geração para geração. Entre elas estão o golaço de meio de campo no futebol, o saque jornada nas estrelas no voleibol, o *gran willy* no tênis. No golfe, a “tacada perfeita” chama-se *Hole in One*. O movimento acontece quando o golfista acerta a bolinha no buraco utilizando apenas uma tacada.

Ele geralmente é realizado em buracos de par 3 - de curta distância, de 100 metros a 200 metros, em média. Apesar de ser considerada uma tacada curta, fazer a jogada é algo muito raro - a probabilidade de acerto é de 1 em 12.500 tentativas, aproximadamente. Devido à complexidade, o golfista que executa a tacada perfeita em grandes torneios é valorizado ao receber uma premiação em dinheiro ou até com um carro de luxo.

Mas a execução do *Hole in One* não necessariamente é um feito exclusivo de um atleta profissional, porque o golfista precisa aliar habilidade e conhecimento sobre o esporte com uma grande dose de sorte. Isso fica mais evidente quando o histórico mostra que a maioria dos acertos foram realizados por jogadores de nível intermediário.

Assim, entraram para essa estatística duas tacadas perfeitas que aconteceram no encantador gramado da Sede Romão Rodrigues Branco em janeiro e fevereiro deste ano. O primeiro *Hole in One* no Clube Curitibano em 2021 aconteceu no dia 30 de janeiro, quando o associado Vitor Bonk Rizzo fez a tacada perfeita ao acertar a bolinha no buraco 6, utilizando o ferro 8, a uma distância de 153 jardas - aproximadamente 140 metros.

Com apenas dois anos de experiência no golfe, Vitor Rizzo mostrou que fazer a jogada perfeita não tem uma fórmula exata, o que comprova que a tacada é imprevisível e surpreendente. “Na hora da tacada, eu tentei apenas dar meu melhor, mas não com o objetivo de acertar o buraco.



A “tacada perfeita” de Vitor Rizzo fez a bolinha voar por aproximadamente 140 metros até o buraco 6

“Eu senti muita alegria, mas também uma surpresa muito grande”, conta o associado que pratica a modalidade como um hobby para aliviar as tensões da semana e refrescar a mente.

O segundo *Hole in One* no campo Curitibano aconteceu no dia 3 de fevereiro e teve como protagonista o associado João Bosco Lee. Ele executou a tacada perfeita no buraco 14, em uma distância de 197 jardas, aproximadamente 180 metros, da bandeira, utilizando o ferro 5. Diferentemente de Rizzo, que começou a participar do esporte em 2019, Lee é um jogador experiente - pratica a modalidade há 40 anos. Essa foi a segunda vez que ele teve a sensação emocionante de realizar a tacada perfeita na Sede Romão. “O meu primeiro aconteceu há 31 anos durante o Aberto do Curitibano e ainda foi no mesmo buraco da segunda, o que é muito coincidência”, revela. Desta vez, ele estava jogando ao lado do seu filho Lucas Lee, de 25 anos - e realizou o feito justamente no dia do seu aniversário de 53 anos.

João Bosco Lee joga golfe há 40 anos e já fez Hole in One em duas oportunidades



## O simulador está de volta!

Para que mais associados possam se interessar pela modalidade, o Clube Curitibano voltou com as aulas no simulador de golfe, localizado no Centro de Integração da Sede Barão do Serro Azul. As orientações no aparato moderno têm a duração de 50 minutos e acontecem de terça a sexta-feira, das 10h às 14h, e terças e quintas-feiras, das 14h às 20h.

Para confirmar a sua vaga e saber mais informações sobre o agendamento prévio e a programação do curso, entre em contato com a Secretaria de Cultura e Esportes pessoalmente ou pelos telefones: 3014-1949 ou 3014-1934. O atendimento acontece às segundas, das 13h às 18h30, de terça a sexta-feira, das 8h30 às 18h30, e aos sábados, das 9h às 13h. ☎

“Quando fiz o Hole in One pela primeira vez, o sentimento foi de emoção, mas de um jeito diferente. A segunda vez o contexto foi completamente diferente porque sou mais experiente, estava jogando ao lado do meu filho que está começando a praticar o golfe, o que torna tudo isso ainda mais emocionante. Eu acredito que a segunda foi melhor do que a primeira”.

Por causa da pandemia, Vitor Rizzo e João Bosco Lee não puderam seguir a tradição de pagar uma rodada de bebida no bar para o grupo de golfistas que frequenta a Sede Romão. Mesmo assim, Lee não quis deixar o feito histórico passar em branco e festejou com poucos associados que estavam no restaurante da sede naquele dia.

Ficou curioso para conhecer a tacada perfeita? Nós fomos até a Sede Romão Rodrigues Branco e mostramos para você o desafio. Acesse o QR Code e assista o vídeo.



acesse e saiba mais ...

Buscando inovar em formulações farmacêuticas, apresentamos produtos que agregam saúde, bem estar e praticidade à sua vida, atendendo à sua individualidade.

>> Conheça alguns dos nossos serviços:

- ✔ Dermatologia
- ✔ Cirurgia Geral
- ✔ Cirurgia Plástica
- ✔ Cirurgia Vascular
- ✔ Endocrinologia e Metabologia
- ✔ Gastroenterologia
- ✔ Geriatria
- ✔ Ginecologia
- ✔ Medicina Esportiva
- ✔ Medicina Integrativa
- ✔ Neurologia
- ✔ Nutrologia
- ✔ Ortopedia e Traumatologia
- ✔ Pediatria
- ✔ Psiquiatria
- ✔ Reumatologia
- ✔ Urologia

## SOLUÇÕES FARMACÊUTICAS INTELIGENTES PRA SUA SAÚDE!

As tecnologias atuais permitem que um mesmo princípio ativo seja apresentado de diferentes formas, a fim de facilitar a sua administração.

>> As fórmulas preparadas em nosso laboratório são:

- ✔ Comprimidos sublinguais
- ✔ Cápsulas gelatinosas
- ✔ Filme orodispersível
- ✔ Pó (shake e refresco)
- ✔ Chocolates
- ✔ Gomas
- ✔ Xarope
- ✔ Spray Nasal
- ✔ Géis transdérmicos
- ✔ Cremes, Géis, Sérum, Loções e Pomadas
- ✔ Xampu, sabonete, espuma facial, tônico facial e capilar
- ✔ Supositórios e óvulos
- ✔ Adesivos transdérmicos
- ✔ Entre outros

hidrattafarma.com.br



Loja BATEL  
R. Buenos Aires, 77 | 41 3324 1053

Loja JUVEVE  
R. Almirante Tamandaré, 1682 | 41 3042 8208



Peça pelo WHATSAPP  
41 99117 5350

@hidrattafarma



hidrattafarma®

Fotos: Valtieri Santos



Em sua volta ao Clube depois de 29 anos, Emanuel bateu uma bola com as turmas feminina e masculina de vôlei de praia

## Melhor de todos os tempos treinou no Curitibano

■ por Alessandro Pinheiro

*Rei do vôlei de praia, Emanuel iniciou a sua trajetória no esporte com apoio do Clube. Em fevereiro, ele visitou a sede e bateu bola com os alunos da modalidade*

Em 25 anos de carreira como atleta profissional, Emanuel Fernando Scheffer Rego disputou 538 torneios e subiu 150 vezes ao lugar mais alto do pódio. O “rei” do vôlei de praia nasceu em Curitiba, em abril de 1973. E tem entre as suas conquistas a medalha dourada em Atenas 2004, três títulos do Campeonato Mundial e dois ouros em Jogos Pan-Americanos. O desempenho nas areias o inclui no seletor grupo dos maiores atletas dos esportes olímpicos de todos os tempos. Mas o que diversos fãs do vôlei de praia não sabem é que o Clube Curitibano

faz parte dessa história de sucesso – e foi essencial para a formação de Emanuel como atleta e cidadão.

Em fevereiro, depois de 29 anos, o atleta aceitou o convite para voltar às quadras do Clube e contar sua história para a Revista do Curitibano. Durante a visita, Emanuel relembrou o início dos treinamentos, visitou o novo Ginásio de Esportes e bateu bola com o presidente Joaquim Miró – um dos grandes incentivadores do atleta no início da sua carreira. E ainda fez uma surpresa para os alunos das turmas femininas e masculinas do vôlei de praia.



Era um local que a gente se sentia bem, tinha chance de evoluir e era competitivo, isso me fez ficar apaixonado pelo Curitibano"

Emanuel Fernando Scheffer Rego  
*Atleta do Curitibano*

## Iniciação esportiva

Como o vôlei de praia ainda era uma modalidade apenas para recreação, os primeiros contatos de Emanuel com os esportes aconteceram no Círculo Militar, quando tinha apenas 10 anos. Manu, como é chamado pelos mais íntimos, desde o princípio contou com o apoio da sua família, mas principalmente do seu pai, chamado carinhosamente de "Seu Emanuel", que é apaixonado por esportes e mudou-se do Maranhão para Curitiba, aos 18 anos, em busca de uma oportunidade no Club Athletico Paranaense.

"Na época, o meu pai recebeu um convite e teve a oportunidade de jogar na categoria juvenil do Athletico. Porém, o tio dele que morava em Curitiba mostrou que o esporte não garantia futuro para ninguém e ele acabou com a vontade de ser esportista. A partir disso, com essa mudança de rumo na vida dele, o meu pai ficou responsável pelo desenvolvimento do esporte na minha vida", conta.

## Início no Clube

Após praticar diversos esportes coletivos, como futebol, handebol e basquete, Emanuel encontrou no voleibol de quadra a sua paixão. Jogou no Colégio Medianeira, fez parte da equipe do Círculo Militar e, em 1987, com 14 anos, foi para o Clube Curitibano e começou a sua trajetória na equipe pré-mirim. "Eu conheci o Clube quando a maioria dos atletas do Círculo Militar foram ao Curitibano. Logo percebi que o modelo de gestão era mais organizado, tinha dedicação plena e a gente treinava todos os dias", lembra Emanuel. "O Clube era muito forte no Futsal na época e tinha jogos praticamente todas as quartas e sextas. A gente ficava para assistir, o que gerou uma atmosfera muito boa. Era um local que a gente se sentia bem, tinha chance de evoluir e era competitivo. Isso me fez ficar apaixonado pelo Curitibano".

Logo no primeiro ano, Emanuel e seus companheiros conquistaram os principais títulos da temporada. O desempenho dentro de quadra foi recompensado quando, o então jogador da posição central, conquistou o seu primeiro prêmio individual: atleta revelação do Curitibano – segundo ele, um dos momentos mais marcantes da sua vida.

Após atuar por outro clube em 1989, Emanuel voltou ao Clube em 1990, um pouco mais experiente na modalidade. Com mais vontade de defender as cores do Curitibano, como ele mesmo declarou, o central mais uma vez fez história junto com os seus companheiros ao vencer o título estadual e metropolitano, e conquistar o prêmio de melhor atleta de voleibol do estado, em premiação organizada pela Federação Paranaense de Voleibol (FPV).

Além do desenvolvimento como atleta, Manu também adquiriu aprendizados no Curitibano que estiveram presentes durante toda a sua trajetória como esportista e cidadão. "A primeira lição foi que o esporte nos proporciona orgulho e valoriza onde a gente veio. O segundo foi o trabalho em equipe. O fato de que você não é tão bom e precisa aprender de maneira constante foi uma outra lição para mim", reforça. "Além disso, aprendi com o técnico Marcelo Ribaski a me dedicar 100% a tudo que fizesse em minha vida. Todas essas lições eu levei durante a minha carreira porque queria ganhar todos os campeonatos para ser valorizado e continuar com objetivo de sempre estar melhorando".

## Primeiros contatos com a praia

Ao ser eleito o melhor jogador do Paraná, Emanuel estava confiante que seria convocado para a seleção brasileira juvenil em 1991, ainda mais depois de defender a seleção paranaense no vice-campeonato do Brasileiro da categoria. Entretanto, o treinador da equipe nacional era de Minas Gerais e convocou apenas os centrais que atuavam no estado mineiro. “Eu fiquei muito decepcionado porque sabia que tinha condições de fazer parte da equipe. Então foi o primeiro sinal de que talvez eu tivesse que mudar o meu plano para ser atleta”.

Nessa época, Emanuel praticava o vôlei de praia com os seus amigos do Curitibano durante os finais de semana nas areias de Caiobá. Encantado com a modalidade que começava a dar os seus primeiros passos no Brasil, ele e o companheiro de equipe do Curitibano, Clésio, conversaram com o então Diretor de Esportes, Joaquim Miró. Pediram liberação para a disputa de algumas etapas do recém-formado Circuito Brasileiro. O acordo com o atual presidente do Clube foi firmado e a dupla pode disputar três das cinco etapas da competição nacional que não coincidiam com as datas das competições de quadra.

## A escolha pelas areias

Com a experiência de disputar três etapas do Circuito Brasileiro e analisar que a sua carreira na quadra poderia não deslançar, Emanuel decidiu, no início de 1992, exatamente na fase de preparação para a disputa da Liga Nacional com o Clube Curitibano, que mudaria o seu rumo para as areias. “Quando eu falei para o meu técnico, todos ficaram chateados porque o time era bem coeso. Mas eu estava pensando no futuro”.

A decisão marcou o encerramento da trajetória vitoriosa de Emanuel com o Clube Curitibano – mas deu início a outra etapa ainda mais repleta de sucessos.

O primeiro ano como atleta integral de vôlei de praia foi complicado. Emanuel jogou com diferentes parceiros. Só na reta final de 1992, recebeu um convite de Aloísio, 10 anos mais velho, para iniciar um projeto com objetivo de formar uma boa dupla para 1993. O planejamento tinha como uma das prerrogativas a mudança para Vitória (Espírito Santo), “Cheguei lá com a vontade e o desejo de fazer a diferença. Foquei no vôlei de praia, treinei muito e aproveitei a experiência do Aloísio”.

Em paralelo, o vôlei de praia também passava por um processo de transformação que seria importante para que a modalidade estivesse no programa olímpico dos Jogos de Atlanta 1996 - motivação a mais para o atleta



Emanuel exibe sua medalha de ouro olímpica do lado de Joaquim Miró

se dedicar ao esporte. “Quando anunciaram que teria a possibilidade, tudo mudou porque os treinamentos tinham como foco a participação nas Olimpíadas”.

Além do tetra do Futebol e da possibilidade dos jogos, o ano de 1994 foi marcante para o atleta: ao lado de Aloísio ele venceu quatro etapas e conquistou o seu primeiro título do Circuito Brasileiro após vencer o Brasil Masters. “A gente decolou e ganhamos etapas que afloraram o meu biotipo e minha vontade de vencer no vôlei de praia”.

Com a inserção do Vôlei de Praia no programa olímpico para Atlanta 1996, iniciou-se a incrível trajetória de Emanuel nas Olimpíadas que culminou com três medalhas, uma de ouro em Atenas 2004, uma de bronze em Pequim 2008 e uma de prata em Londres 2012. Além de inúmeras conquistas nacionais e internacionais que o tornaram o “Rei do Vôlei de Praia”.

Para saber mais sobre a trajetória de Emanuel Rego como o maior de todos os tempos nas areias, aponte a câmera do seu smartphone para o QR Code e veja a segunda parte da entrevista em nosso site. Lá, você poderá ver também as imagens da visita do campeão olímpico ao Clube Curitibano. 📱



acesse  
e saiba  
mais ...

Patrocinadores do vôlei de praia do Clube Curitibano:



Use nosso QR Code  
e acesse os contatos  
das nossas lojas



© 2020 pantec.com

Sorriso no rosto e qualidade  
**nos olhos.**

As melhores marcas  
e o atendimento que você  
merece estão aqui.

Ó T I C A S  
**VISORAMA**

RUA COMENDADOR ARAÚJO, 171 | AVENIDA LUIZ XAVIER, 22  
**SHOPPINGS:** ÁGUA VERDE | CRYSTAL | CURITIBA | MUELLER | PALLADIUM | PARKSHOPPINGBARIGÜI | PÁTIO BATEL



# Treinando nas alturas

*A preparação no ar rarefeito, no México, promove um ganho aeróbico e resistência física aos nadadores*



Centro Deportivo de La Loma, localizado em San Luis Potosí, no México, cidade com uma altitude de 1.864 metros

■ por Alessandro Pinheiro

Quando um time de futebol vai enfrentar um adversário na altitude, muitas vezes em competições sul-americanas, o clima tenso fica evidente entre os integrantes da equipe e torcedores, porque os atletas estão acostumados a jogar no nível do mar e sofrem fisicamente quando precisam fazer a prática esportiva em um ambiente com o ar rarefeito. Em contrapartida, a situação também pode ser aliada de atletas das modalidades tradicionais olímpicas, como atletismo e natação. Eles têm procurado por diversas vezes a resistência da altitude para fazer uma preparação mais intensa, com objetivo de melhorar a performance nas competições.

Os benefícios dos treinamentos sob o ar rarefeito são a maior produção de glóbulos vermelhos no organismo, que aumentam a capacidade do transporte do oxigênio pelo sangue e garantem o

aprimoramento do desempenho aeróbio aos atletas se comparado ao exercício no nível do mar.

Pensando nesse ganho elevado em poucos dias, a equipe de Natação do Clube Curitibano nos últimos anos tem levado atletas e treinadores para fazer um período de preparação no Centro Deportivo de La Loma, localizado em San Luis Potosí, no México, cidade com uma altitude de 1.864 metros. “Os treinamentos na altitude são muito eficientes. A preparação nessa condição de ar mais rarefeito por 20 dias tem um benefício de seis meses treinando em condições normais”, afirma o Coordenador Geral dos Desportos Aquáticos do Clube Curitibano, Fabio Bronze. “La Loma é um centro de treinamento que nos atendeu muito bem, ele tem as melhores condições possíveis, como piscina muito boa e altitude ideal”, completa.



Medalhista de bronze pan-americana, Fernanda de Goeij treinou pela quarta vez no centro de treinamento em La Loma

No centro de treinamento mexicano, os nadadores do Curitibano têm à disposição toda uma estrutura com piscinas, salas de esportes, academia para atividades de força e cardio, banheiras de hidromassagem e quadras esportivas, entre outros, que contribuem para uma preparação completa.

“É um prazer receber os atletas do Curitibano. Nós aqui tivemos diversas experiências com eles e sempre estamos em contato com treinadores, equipe administrativa e até mesmo os pais dos nadadores. É sempre muito enriquecedor atendê-los”, exalta a Coordenadora de Treinamentos em Altitude do Centro Esportivo de La Loma, Nereida Esparza.

Além do aspecto físico, o período de 20 dias de treinamentos na altitude é importante para deixar os nadadores focados mentalmente, como se tivessem em uma competição. Durante a estadia, eles só pensam em natação, nas atividades e ficam longe das distrações do dia a dia.

## Altitude como aliada

Em fevereiro, Alessandra Marchioro, Fernanda de Goeij e Gustavo Saldo viajaram à San Luis de Potosí visando estarem mentalmente e fisicamente preparados para seletiva olímpica, que deve acontecer no mês de abril.

Alessandra e Gustavo foram os primeiros a embarcar para o México e chegaram em La Loma no dia 11 de fevereiro. Depois de um breve período de adaptação, os atletas realizaram uma preparação intensa que exigiu muito dos aspectos de força e resistência. Todo o esforço foi recompensado com o ganho físico e aeróbico que vão ajudar a encarar a temporada olímpica.

“Essa foi a sexta vez que eu treinei na altitude. Sempre tive ganhos e me senti muito bem na preparação. Por isso que a gente luta para conseguir treinar nessas condições”, reitera Alessandra Marchioro, de 27 anos, que contou com as orientações do seu treinador Christian Carvalho nas atividades feitas em La Loma.

Mesmo com apenas 18 anos recém-completos, Gustavo Saldo pode ser considerado um nadador experiente em preparação na altitude, já que participou pela quarta vez das atividades comandadas pelo seu treinador Diego Peña. “O ganho físico proporcionado pela altitude é muito grande para mim. Todas as vezes os resultados foram excelentes. A maior diferença é o fôlego. Uma semana depois da volta ao Brasil, já começo a sentir os efeitos e a qualidade de treino aumenta muito”.

Medalhista de bronze pan-americana no revezamento 4x100m medley, Fernanda de Goeij e o técnico Rodrigo de Herval Felipe foram os últimos a chegar ao Centro Deportivo La Loma no dia 16 de fevereiro. A nadadora de apenas 20 anos participou de nove sessões intensas de treinamento em apenas 18 dias, com um ritmo elevado em volume de metragem e velocidade, que desenvolveram as atribuições de resistência, controle de respiração e estabilidade emocional.

“Me sinto bem preparada. Era o que estava faltando para ir com tudo para a seletiva olímpica”, analisa Fernanda, que treinou pela quinta vez diante da altitude, a quarta em terras mexicanas.

Depois de vencer o complicado processo de logística por causa da pandemia, Fábio Bronze exalta o apoio do Curitibano, representado pelo Diretor de Esportes Aquáticos, Cesar Feres, que foi importante para levar os nadadores ao México em 2021. “Nós temos joias raras em nossas mãos e todo esse processo de desenvolvimento precisa ser feito para que as ideias e objetivos sejam atendidos”, finaliza Bronze.

Os Jogos Olímpicos de Tóquio acontecem entre os dias 23 de julho e 8 de agosto, e o Clube Curitibano está na torcida para que os nadadores estejam no evento mais importante dos esportes. 

Incentivador da Natação do Clube Curitibano



# Entre os melhores do continente

*Em Buenos Aires, Fernanda de Goeij e Gustavo Saldo defenderam o Brasil no Campeonato Sul-Americano Absoluto*

■ por Alessandro Pinheiro

Promessas da natação nacional, Fernanda de Goeij e Gustavo Saldo representaram a seleção brasileira no Campeonato Sul-Americano Absoluto disputado em Buenos Aires, na Argentina. Entre os dias 16 e 19 de março, os nadadores do Clube Curitibano mergulharam na piscina olímpica portenha e conquistaram grandes resultados.

Gustavo Saldo foi um dos principais destaques da competição e faturou duas medalhas de ouro. Em sua estreia no sul-americano absoluto, o atleta de apenas 18 anos passou longe de sentir a pressão de competir pela primeira vez logo na final do revezamento 4x200 metros livre - registrou a parcial mais rápida da prova, com o tempo de 1m49s19.

“Eu fiz a minha melhor marca pessoal nos 200 metros livre e consegui ajudar o Brasil a conquistar a medalha de ouro. O revezamento do Brasil tem muito potencial e tem tradição em vencer. Continuar essa tradição é muito bom”, destaca.

Dias depois, Saldo encerrou a participação no sul-americano subindo ao lugar mais alto do pódio também na modalidade 200 metros borboleta. O nadador dominou a prova desde a fase eliminatória e na final, bateu na borda da piscina em 1º lugar, com o tempo de 1m58s76.

“O Gustavo não nadou muitas provas, mas fez suas melhores marcas. Estou muito satisfeito com o desempenho na competição e mais um passo foi dado. Seguimos fortes e evoluindo”, avalia Diego Peña, treinador do atleta do Clube Curitibano e que também fez parte da comissão técnica da seleção brasileira no Campeonato Sul-Americano.

## Duas finais

Após não competir em 2020 devido à pandemia de Covid-19, Fernanda de Goeij também representou a seleção brasileira e o Clube Curitibano no Campeonato Sul-americano. A nadadora de 20 anos disputou duas finais e conquistou o 4º lugar nas provas de 50 metros e 100 metros costas.

Ao término do Campeonato Sul-Americano, Fernanda e Saldo, e também a nadadora Alessandra Marchioro, voltam às atenções para a seletiva olímpica. A competição nacional que vai definir os representantes da natação brasileira nos Jogos Olímpicos de Tóquio está programada para acontecer entre os dias 19 e 24 de abril, nas piscinas do Parque Aquático Maria Lenk, no Rio de Janeiro.

O Clube Curitibano vai acompanhar os nossos nadadores neste desafio e estará na torcida para que consigam conquistar a tão sonhada vaga às Olimpíadas de Tóquio. ☑



Saldo comemora a vitória nos 200 metros borboleta

Incentivador da Natação do Clube Curitibano



# Doe seu Imposto de Renda para o Hospital Pequeno Príncipe



## SEU LEÃO PODE SER O MELHOR AMIGO DAS CRIANÇAS

Que tal fazer uma doação para projetos sociais em vez de pagar Imposto de Renda? Parece interessante, né? Muita gente não sabe dessa oportunidade, mas é possível ajudar instituições filantrópicas, como o Hospital Pequeno Príncipe, de forma fácil e sem custo.



## QUEM PODE DOAR?

Pessoas físicas que fazem sua declaração de Imposto de Renda pelo **formulário completo**.

- **IRA PAGAR:** o valor doado será subtraído da quantia a pagar.
- **IR A RESTITUIR:** o valor doado será somado à sua restituição.

## COMO DOAR

### 1. DOAÇÃO

Após informar as possíveis doações realizadas em 2020, selecione o campo **“Fichas da Declaração”** e escolha a opção **“Doações diretamente na declaração”**. Clique em **“Novo”**, escolha o **“Fundo Municipal”**; em UF, selecione **“PR – Paraná”**; e em **Município**, **“Curitiba”**. Seu potencial de doação irá aparecer no canto direito da tela, então basta digitar o valor calculado pelo programa da Receita Federal.

## INFORMAÇÕES:

41 2108-3886 📞 41 99962-4461

[doepequenoprincipe.org.br](http://doepequenoprincipe.org.br)

### 2. IMPRESSÃO

Entre na opção **“Imprimir”** e selecione o **“DARF – Doações diretamente na declaração – ECA”**.

### 3. PAGAMENTO

Efetue o pagamento do DARF até **30 de abril de 2021**.

### 4. E-MAIL DE CONFIRMAÇÃO

Para direcionar sua doação aos nossos projetos, é fundamental que você envie um e-mail para [doepequenoprincipe@hpp.org.br](mailto:doepequenoprincipe@hpp.org.br), contendo as seguintes informações:

- Comprovante de pagamento do DARF de doação;
- Seus dados pessoais: nome completo, CPF, endereço e telefone; e
- A frase **“Doação direcionada ao Hospital Pequeno Príncipe”**.

Obs.: o envio deste e-mail é fundamental para que o seu recurso seja repassado do Fundo Municipal para o Hospital Pequeno Príncipe.





# A casa dos esportes de raquetes

■ por Alessandro Pinheiro

Sede Lucius Smythe é considerada uma das melhores praças esportivas da América Latina

Desde 1999, a Sede Lucius Smythe, batizada em 2005 com o nome do histórico tenista que defendeu as cores do Clube Curitibano, é a casa dos associados apaixonados pelos esportes de raquetes. O espaço esportivo – que conta com quadras de tênis, beach tennis, padel e squash, e uma academia com aparelhos de última geração – é o centro esportivo referência na formação de atletas no cenário sul-americano.



Nas últimas duas décadas, diversos esportistas aproveitam a infraestrutura em sessões de treinamentos e campeonatos que foram organizados na sede. Além dos atletas, os associados têm a oportunidade de utilizar os 26 espaços exclusivos para prática dos esportes de raquetes que sempre estão em perfeito estado para o uso.

Há também ambientes exclusivos para confraternização, já que a sede conta com um amplo espaço gourmet com infraestrutura para reuniões e festas, um bar, um restaurante e um local de lazer no complexo do padel.

“Graças aos investimentos que formaram uma infraestrutura esportiva excelente, a procura pelos esportes de raquetes cresceu muito. Isso fez com que a Sede Lucius Smythe acabasse se tornando uma referência para o associado. Além disso, a unidade é muito bonita, com um paisagismo maravilhoso”, avalia o Diretor de Esportes de Raquetes e da Sede Lucius Smythe, Antônio Prieto Junior.

Complementam a estrutura de raquetes do Curitibano quadras nas sedes Barão e Mercês. No bairro Água Verde, as tradicionais seis quadras de tênis, duas delas cobertas, recebem as aulas sociais e das escolinhas. A unidade tem, ainda, uma quadra de beach tennis. A Sede Mercês tem hoje duas quadras para o esporte praticado na areia – e outras duas que devem ser construídas em breve. O processo de cuidado de todas elas é o mesmo utilizado na Lucius Smythe.

## Referência no esporte

A modalidade mais praticada dentro da Sede Lucius Smythe é o tênis. Cerca de 7.200 metros quadrados da praça esportiva são preenchidos por 12 quadras de saibro, sendo oito abertas e quatro cobertas (que formam o Complexo Lucho Balboa). “A estrutura realmente é fantástica e garante o treinamento de todos, independente dos fatores climáticos. A sede é bem dimensionada e há espaço para treinamento simultâneo de muitos atletas”, exalta Antonio Nogara, de 17 anos, tenista da equipe infantojuvenil de alto rendimento.

Diversos esportistas de destaque em competições estaduais, nacionais e internacionais deram as suas primeiras raquetadas nas quadras da Lucius. Atualmente, o projeto de formação de atletas é liderado pelo francês Didier Rayon, profissional reconhecido no cenário da modalidade.

“A Lucius tem uma estrutura muito bem planejada que permite desenvolver um trabalho de qualidade para atletas de todos os níveis e que oferece todas as condições para a formação de atletas de alto rendimento”. Didier visitou vários centros de formação pelo mundo e, segundo ele, nenhum espaço é tão completo como o da Lucius, porque a sede atingiu o equilíbrio entre o moderno e luxuoso, características que não são comuns em outras estruturas.

O espaço moderno também é utilizado por associados que praticam o tênis como ferramenta de bem-estar físico e mental, recreação e para formação de amizades, que são responsáveis pela construção de diversos momentos inesquecíveis aos praticantes da modalidade. Isso aconteceu com Leopoldo Soares Koehler, conhecido carinhosamente como Tutti, que joga tênis no Curitibano desde 1978. “O momento marcante foi quando inauguraram as quadras cobertas e homenagearam o professor Lucho, inclusive ele foi meu professor em duas épocas”.

## Investimento

Manter em perfeito estado a estrutura, considerada como uma das melhores da América Latina, exige um alto investimento por parte do Clube Curitibano. Mais de R\$ 850 mil são investidos anualmente na Sede Lucius Smythe, referentes a investimentos em ações esportivas, técnicas e de materiais para as praticas esportivas das modalidades. Além de desenvolver a melhor equipe: uma comissão técnica esportiva qualificada e um time de colaboradores preparados e responsáveis pelas áreas de atendimento, segurança, higienização, preservação e manutenção.

Além disso, R\$ 250 mil reais ao ano são destinados para formação dos atletas desde a entrada na escolinha até o alto rendimento. Nessa fase, o Clube também conta com o aporte financeiro do Comitê Brasileiro de Clubes (CBC) que apoia de forma integral as seguintes questões: hospedagem e transporte em torneios brasileiros, contratação de profissionais especializados e compra de materiais e equipamentos de preparação física e fisioterapia esportivos que também são utilizados por todos os associados.

“A Lucius é uma das poucas estruturas do mundo que consegue centralizar tantas quadras de diferentes modalidades próximas umas das outras. Soma-se a isso o constante aperfeiçoamento dos materiais e o cuidado com a manutenção, liderada por colaboradores treinados a utilizarem de maneira correta os materiais modernos que deixam os espaços em perfeito estado para o uso dos associados”, ratifica o Gerente dos Esportes de Raquetes, Mauricio Kolisnik de Matos.

O associado que pratica esportes de raquetes na Sede Lucius Smythe não precisa se preocupar em trazer bolas de casa, o Curitibano fornece uma grande quantidade de materiais para o uso nos espaços esportivos. Os praticantes também podem emprestar raquetes de diferentes esportes na Sede.

## ORA BOLAS



MAIS DE  
**9.200**  
BOLAS DE TÊNIS



MAIS DE  
**1.200**  
BOLAS DE PADEL



MAIS DE  
**1.000**  
BOLAS DE  
BEACH TENNIS



MAIS DE  
**350**  
BOLAS DE  
SQUASH

*Quantidade de bolas utilizadas em aulas sociais, eventos esportivos e treinamentos, durante o período de um ano.*

## Cuidado com os espaços

Para que o associado se preocupe apenas em praticar os esportes de raquetes, o Departamento de Operações é o responsável por organizar a escala de trabalho e delegar as funções de 48 colaboradores responsáveis pelos serviços essenciais na Sede Lucius.

Entre os principais investimentos está o desenvolvimento de treinamentos para que os próprios funcionários possam resolver as questões de melhorias e manutenção.

Ainda no quesito cuidado, destaque para o curso de preservação das quadras de tênis com a Protenis, empresa que organizou os espaços esportivos da Copa Davis - maior torneio de seleções do mundo.

No treinamento realizado há cinco anos, os colaboradores aprenderam como deixar o piso de saibro sempre em perfeitas condições para o uso. Isso foi essencial para que o Clube tivesse uma economia no serviço de manutenção das quadras.

## Tradicional entre os associados

Assim como o Tênis, o Squash está presente na Sede Lucius Smythe desde o início das atividades no espaço esportivo. No ano 2000, o Curitibano inaugurou a academia da modalidade que conta com quatro quadras de padrão internacional que melhor atendem às necessidades dos associados.

“As quadras promovem um ambiente no qual as pessoas já se conhecem há muito tempo, o que proporcionam um local de muita amizade, confraternização e prática esportiva, mas também nos permitem agregar novos praticantes”, exalta Paulo Amaral, que joga Squash há 25 anos.

Entre o fim de 2020 e o início de 2021, a academia passou por algumas melhorias. A primeira delas foi a criação de um espaço para fazer exercícios aeróbicos e musculação que é equipado com esteira, bicicleta e outros aparelhos, que contribuem para o aquecimento e a preparação física dos jogadores entre as partidas no espaço esportivo. O segundo processo foi a instalação de novas luminárias de LED e o terceiro foi a renovação da pintura dos paredões das quadras.



Eu conheço estruturas de várias academia de Squash de alguns estados brasileiros e posso garantir que a estrutura do Curitibano é uma das melhores do Brasil"

Guilherme Rodrigues Camargo  
Vice-diretor de Squash



## Pé na areia

Semelhante ao tradicional esporte de raquete, o beach tennis tem formado muitos jogadores de alto rendimento e sociais no Brasil nos últimos 15 anos – já que ele pode ser praticado em parques, nas praias e em clubes, como é o caso do Curitibano. Desde 2018 no programa de modalidades, atualmente o esporte é jogado por cerca de 1.200 associados e a Sede Lucius tem uma estrutura exclusiva composta por cinco quadras, duas delas cobertas. “Foi maravilhoso quando as quadras de padel foram transformadas nas de beach, porque temos duas unidades cobertas para a modalidade em Curitiba, que é conhecida pelo clima chuvoso”, enfatiza Hamilton Gevaerd Junior, que pratica o esporte há quatro anos.

Apesar de ser uma modalidade nova para os padrões dos esportes de raquetes, o envolvimento dos associados com beach tennis já promoveu diversos momentos especiais que estão guardados na memória dos jogadores. “As confraternizações com os amigos durante as partidas sempre foram ótimas e criaram momentos inesquecíveis”, finaliza Hamilton.

“As cinco quadras têm um excelente sistema de drenagem, o mesmo acontece com a iluminação, a qualidade da areia, a altura da grade que evita a saída da bola, mas, principalmente, as áreas de escapes que estão acima da média em comparação com outros espaços. Apesar de ter sido uma grande conquista recente, 80 alunos estão na lista de espera das aulas, logo existe a necessidade por mais espaços, que está em fase de estudo com a diretoria”, avalia Wagner Assad Bruel, vice-diretor do Beach Tennis.



É um complexo construído e pensado com o que existe de melhor no mercado, desde sua estrutura, qualidade de grama, vidro até os menores componentes.

Andre Volpi  
Vice-diretor de Padel

## Moderno complexo azul

Ao atravessar a Rua João Parolin, as pessoas se deparam com o moderno Complexo de Padel, construído em 2017 e que se tornou o local exclusivo do esporte que mais cresce entre os associados - desde 2017, número de jogadores quadruplicou no Curitibaano.

Com área total de 1.361 metros quadrados, o espaço conta com quatro quadras cobertas sustentadas por uma resistente e moderna estrutura em metal e vidro, que é oriunda da Espanha e forma a encantadora praça para prática do esporte. "A sede era um lugar especial antes do Complexo de Padel, mas hoje é ainda mais, pois abriga uma estrutura considerada a melhor e mais linda da América", afirma Adilson Dallagnol, desportista que está na 5ª categoria da modalidade.

## Estrutura complementa preparação física e fisioterapia

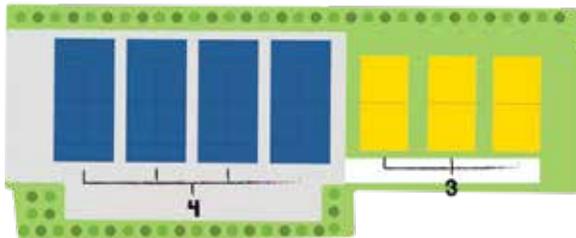
Um amplo espaço de 284,81 metros quadrados da Sede Lucius Smythe é reservado para a academia de musculação e fitness, equipada com mais de 100 aparelhos de última geração específicos para exercícios de potência e reabilitação. Além disso, o local conta também com alguns equipamentos que auxiliam na mensuração e aumentam a assertividade nos treinamentos individuais.

Entre eles está o Firstbeat, um monitor cardíaco que desempenha várias funcionalidades, as mais importantes são os diagnósticos do nível de desgaste, das condições físicas no momento do exercício e o quanto o usuário descansou no dia que antecedeu a avaliação física.

Os associados e atletas do Curitibaano também contam com 10 equipamentos que são essenciais para os tratamentos fisioterapêuticos. Destaque para o Cone Training, um aparelho completo que pode ser utilizado para treinamento e reabilitação de diversas lesões.



## – Sede Lucius Smythe



## – Complexo de Padel

### Oito quadras abertas de tênis

**Ano de inauguração:** 1999

**Piso:** Saibro e pó de telha

**Área total:** 5.078m<sup>2</sup>

As quadras de Tênis têm como material base o saibro, que é uma argila resistente compactada ao solo. Para formar um tapete de barro, o piso é revestido com pó de telha, que faz o acabamento e garante o nivelamento. Em comparação com as quadras cobertas, o pó é 1ml mais grosso devido à exposição do terreno às intempéries, como sol e chuva. Cada quadra, seja aberta ou coberta, gasta em média de 30 a 35 sacos de 40kg de pó de telha e a reposição é feita a cada quatro meses, dependendo do estado físico.

### Complexo Lucho Balboa - Quatro quadras de tênis cobertas

**Ano de inauguração:** 2013

**Piso:** Saibro e pó de telha

**Área total:** 2.216m<sup>2</sup>

Nas quadras cobertas, o terreno precisa ser irrigado diariamente até ficar um olho d' água - o processo de hidratação é realizado todas as noites. Caso a manutenção não seja feita de maneira preventiva, o piso começa a apresentar rachaduras que consequentemente causam a danificação do terreno.

### Três quadras abertas e duas cobertas de Beach Tennis

**Ano de inauguração:** 2018 e 2019

**Piso:** Areia

**Área total:** 806,06m<sup>2</sup>

As quadras precisam que o piso esteja sempre nivelado, para que seja formado um tapete. Isso beneficia o jogo e diminui o risco de lesões, já que diversos buracos são formados durante as partidas. Além disso, o processo de movimentação do terreno realizado em um trator impede a formação de fungos e bactérias nas areias e, para evitar a circulação de gatos e pássaros, foram instalados repelentes eletrônicos que cobrem uma área de 800m.

### Complexo de Padel - Quatro quadras cobertas

**Ano de inauguração:** 2017

**Piso:** Grama Sintética

**Área total:** 1.361,60m<sup>2</sup>

As quadras de Padel tem como base o tapete de grama sintética, com uma gramatura específica para a modalidade. O acabamento é feito com areia semelhante à encontrada nas praias. A superfície precisa ser escovada diariamente para não ficar compactada em alguns pontos da grama sintética.

### Academia de Squash - Quadras cobertas

**Ano de inauguração:** 2000

**Piso:** Madeira marfim

**Área total:** 385,84m<sup>22</sup>

O Squash é praticado com bolas de borracha escura que deixam marcas pretas toda vez que batem na parede. Para manter os espaços em perfeito estado para o uso, o Curitiba no realiza todo ano o processo de pintura dos paredões e de manutenção do piso de madeira. ☒

Incentivador do Tênis do Clube Curitibano



## Workshop com Gervásio Del Bono

O Clube Curitibano recebeu no Complexo de Padel o multicampeão Gervásio del Bono para realização do 1º Workshop da modalidade em 2021. Nos dias 23 e 24 de fevereiro, 29 praticantes, separados em nove turmas, tiveram a oportunidade única de aprender com uma das maiores referências do esporte.

A metodologia de ensino liderada por Gervásio del Bono atingiu a condição de sucesso no cenário europeu, principalmente em Portugal. Agora no Brasil, a forma de ensino tem atraído diversos praticantes de uma das modalidades que mais crescem no território brasileiro.

O workshop funcionou da seguinte forma, um tópico específico foi desenvolvido para solucionar as principais dúvidas dos associados e quatro métodos de conteúdo tático foram criados com o objetivo de aperfeiçoar o posicionamento de defesa e ataque na rede ou no fundo de quadra.

Na sequência, uma hora de treino foi reservada para os ajustes dos fundamentos. Por fim, os praticantes realizaram uma partida com duração de 30 minutos para colocar em prática tudo que foi treinado na hora inicial. Nesse formato, cada grupo teve um sistema específico de aula, já que alguns alunos preferiram aperfeiçoar os golpes na rede, outros no fundo de quadra, slice, entre outros.

Um dos associados que participaram do Workshop, Cassiano Fontoura já conhecia o trabalho desenvolvido por Gervásio e elogiou a iniciativa do Clube Curitibano por trazer uma clínica tão requisitada.

“Realmente são fantásticas as orientações do Gervásio, eu mesmo não deixo de participar quando ele está em Curitiba porque poucas pessoas no mundo tem o conhecimento de Padel”, afirma Cassiano, que completa. “Eu parablenizo o Curitibano pela iniciativa por trazer o Gervásio e eu tenho certeza que muitos vão aproveitar os ensinamentos da clínica”, exalta o também vice-presidente da Federação Paranaense de Padel.

Durante os dois dias de aulas, Gervásio del Bono ficou encantado com a estrutura moderna do Complexo de Padel e também elogiou o nível de jogo dos padelistas do Curitibano. “O nível técnico dos associados do Clube que participaram do Workshop foi muito bom”, avalia o campeão mundial em 2012 e 11 vezes vencedor do Campeonato Brasileiro.



Tiago Santos

## Padelistas no Sul-Americano!

Quatro atletas de Padel do Clube foram convocados para representar a seleção brasileira no Campeonato Sul-Americano Amador e Sênior de Padel. O torneio aconteceu em Assunção, capital do Paraguai, entre 17 e 20 de março. As associadas Patrícia Schwambach, Isadora Bochnia Stapff, Sofia Piaskowy Santos e o professor Marcelo Machado (Pepe) foram convocados pela Confederação Brasileira de Padel (Cobrapa). Eles representaram, respectivamente, as categorias 5º Feminina, 2º Feminina, 6º Feminina e 35 A Masculina.

Patrícia e Isadora ficaram na fase de grupos, sendo eliminadas pelas finalistas de suas categorias. Sofia alcançou a semifinal, perdendo para a dupla paraguaia campeã. Pepe também alcançou a semifinal, sendo derrotado pela dupla argentina, campeã da categoria.

Para Isadora, independente da vitória, a experiência e a honra de representar o Brasil valeram a sua participação. “É sempre um orgulho poder participar de competições internacionais e saber que fazemos parte não apenas de uma seleção, mas de um clube que nos apoia e incentiva”, afirma Isadora, que completa. “Vestir a camisa do Brasil nos faz enxergar o padel por outro ângulo”.

Os atletas foram recebidos com muito orgulho por toda a equipe do Clube Curitibano!



Patrícia Schwambach, Sofia Piaskowy Santos e Isadora Bochnia Stapff

## Renomado técnico orienta atletas e profissionais em bate-papo



© Gustavo Garratt

Não é apenas dentro das quadras de tênis que atletas e treinadores têm a oportunidade de aprender e adquirir experiência no esporte. Em uma conversa, o conhecimento pode ser aprimorado e as lições levadas à rotina dos treinos. Com esse objetivo, a equipe de esportes de raquetes do Clube Curitibano organizou um bate-papo online dos atletas, técnicos e pais com o renomado treinador uruguaio Enrique Perez.

Com larga experiência no circuito mundial da Associação dos Tenistas Profissionais (ATP) e da Federação Internacional de Tênis (ITF), o uruguaio ocupou a área reservada aos treinadores em 52 Grand Slams, três jogos olímpicos e 60 Masters 1000 da ATP.

Mas antes de construir toda essa história, Enrique Perez já havia criado um vínculo com o Clube Curitibano quando morou em Curitiba até os 20 anos, época na qual fez a sua formação como juvenil e disputou os seus primeiros torneios na Europa. Graças a sua trajetória no Clube e a amizade com o head coach, Didier Rayon, o uruguaio aceitou o convite para orientar por um breve período atletas, treinadores e pais.

“No fim de 2019, o Didier ofertou para que eu ficasse duas semanas por ano, uma em cada semestre, no Clube para servir de apoio aos treinadores, jogadores, pais e diretoria. Porém, com a pandemia, nós tivemos que cancelar e ficou para 2021”, revela Perez, que fez o seu primeiro contato com os integrantes da equipe de alto rendimento em conversa via videoconferência.

“Com os treinadores, eu conversei muito sobre como deve ser a nossa postura em quadra, de que maneira deve orientar os alunos, em nível de participação e intensidade, e, principalmente, o compromisso que é preciso ter em um projeto de Tênis competitivo

quando queremos alcançar os nossos objetivos”, afirma Perez, que por 11 anos em sequência é o capitão da seleção uruguaia na Copa Davis.

Renan Santos Rodrigues foi um dos profissionais do Clube Curitibano que participou da conversa e conheceu durante o bate-papo diversas metodologias para formação de atletas, desde a escolinha até o profissional.

“O que mais me interessou foi poder ouvir sobre metodologias de formação de atletas. No qual ficou claro que o trabalho que estamos desenvolvendo no Clube está no início do percurso, mas ao longo prazo vai dar grandes frutos”, avalia.

Os tenistas também receberam as orientações do renomado treinador sobre como aproveitar os treinamentos de maneira intensa, valorizar cada segundo dentro da quadra e também uma troca de experiência sobre situações de jogo, momentos de treinos, como lidar com nervosismo e rotinas para que possam trabalhar em quadra de forma mais tranquila e organizada.

“Eu aprendi que para ser um bom tenista depende apenas do esforço do atleta, é claro que o dom ajuda, mas é preciso ter em mente sempre melhorar para conseguir ser uma pessoa e um tenista melhor”, destaca Enzo Cariani, atleta da categoria 12 anos da equipe de alto rendimento.

Enrique Perez exaltou o interesse e atenção que recebeu durante as conversas com treinadores e tenistas. “É muito importante que haja uma troca de informações, seja no tênis ou em qualquer área profissional. As experiências com o esporte são as que fazem os treinadores e jogadores crescerem. Então poder transmitir o que eu já vivi e ainda vivo no circuito e receber as informações e dúvidas dos treinadores, jogadores e pais, tudo isso é fundamental”.



## Sinônimo de sucesso

Para ratificar a alta procura pela modalidade, a 2ª edição do Curso de Surf contou com a presença de 16 associados, assim como aconteceu no evento de estreia realizado em novembro também na Sede Barão do Serro Azul. Sob a metodologia de ensino da Brasil Surf, empresa parceira do Clube Curitibano, os alunos de diferentes faixas etárias tiveram a oportunidade de praticar um dos esportes que mais cresce no país.

Entre os dias 1º e 5 de fevereiro, os associados participaram de três atividades na Barão. A primeira delas aconteceu na sala de treinamento desenvolvida pela Brasil Surf, com aulas realizadas no salão Rubens Arles Bettega, e que foram essenciais para a segunda fase do curso: as práticas com a prancha na piscina semi-olímpica. Na água, os alunos aprenderam as técnicas de remada e subida na prancha, que permitiram que eles desenvolvessem os movimentos corretos para fazer as curvas, acelerar e até mesmo manobrar sob a água.

A terceira atividade aconteceu no inovador simulador de Skate, instalado na garagem da sede. No asfalto, o aparato técnico simula toda movimentação do Surf, que causa o aumento da consistência corporal do desportista. Ao término das aulas práticas em Curitiba, os associados viajaram à Guaratuba para realizar os exercícios finais no litoral paranaense. Na areia e no mar, os alunos colocaram em prática tudo que aprenderam na piscina e no simulador de skate.

Uma das 16 participantes foi Letícia W. Campos Pinto, que fez o curso juntamente com os seus filhos Maria Clara, de 13 anos, e Bernardo, de 10 anos. Os três associados participaram pela primeira vez das atividades específicas do Surf e ficaram encantados com o esporte logo na aula inicial.



Gabriel Rosa

“Os professores são muito bons, super atenciosos, não forçaram os alunos e a metodologia é muito boa. Eu e meus filhos adoramos fazer as aulas”, afirma Letícia, que está a procura de um novo esporte, depois de praticar a dança durante toda a sua vida.

O curso também teve como um dos alunos o associado Leonardo Meister, de 12 anos, que já havia participado da 1ª edição e se inscreveu novamente com objetivo de aperfeiçoar as suas habilidades na prancha. “Eu aprimorei muito na segunda vez. Aprendi a fazer muitas coisas que não sabia, como algumas manobras, ter mais estabilidade na prancha, saber escolher melhor as ondas e descer a parede da onda pela primeira vez”, comemora o menino.

Com a participação de 31 associados, de acordo com a soma das duas edições, o curso com a metodologia da Surf Brasil atingiu o nível de sucesso entre os associados do Clube. “Assim como no primeiro curso, nós tivemos ótimos feedbacks dos associados após a realização de todas as práticas. Em todas as atividades houve uma ótima adesão do público, resultando em práticas divertidas, saudáveis e de altas ondas”, afirma Wilson Jaques Balioli, sócio-fundador da Brasil Surf.

## Em alta

Realizada no dia 5 de março, 2ª etapa do Circuito Online de Texas Hold'em comprovou que o Poker está em franca ascensão entre os associados, já que contou com a participação recorde de 95 jogadores. Com mais inscritos, a etapa foi ainda mais acirrada e o associado Amaury Mattei precisou superar oito jogadores na mesa final para vencer a disputa histórica.

“É muito bacana poder participar e vencer. É um privilégio pois o Clube conta com jogadores de muita qualidade que podem vencer qualquer torneio”, afirma Amaury. Durante as mesas, Amaury Mattei adotou uma postura mais centrada e foi certeiro nas escolhas pré-flop e após o flop, turn e river.

“Para superar os outros jogadores foi preciso muita paciência e aproveitar as oportunidades que surgiram”, conta o associado, que venceu pela 3ª vez uma etapa do Circuito Interno, mas a primeira no formato online. Além de Amaury Mattei, o top 3 da 2ª etapa do Circuito Online Texas Hold'em do Clube Curitibano foi formado por Jamil Ibrahim e Germano Paciornik que ficaram em 2º e 3º lugar, respectivamente.

O Circuito Online de Texas Hold'em acontece mensalmente e tem o apoio da H2 Club Curitiba e da UPoker.





# PLANTANDO CULTURA

Excelência e qualidade fazem parte da nossa essência de ser Maxi. O nosso compromisso é continuar cultivando relacionamentos de confiança em cada entrega e proporcionar o melhor para você!

30 ANOS  
IMPRIMINDO CULTURA



**MAXI**  
gráfica

(41) 3025-4400 | MAXIGRAFICA.COM.BR

## Mulheres Curitibanas

Já está mais do que comprovado que não há limites na definição do “ser” mulher. Sempre se reinventando, a feminilidade é multifacetada, compreendendo as milhões de mulheres do mundo em suas múltiplas realidades.

Para celebrar o Dia Internacional da Mulher, o Clube Curitibano convidou as associadas a participarem do “Mulheres Curitibanas”, iniciativa que contou com presentes exclusivos e um bate-papo com Luciane Botto, Mestre em Organizações e Complexidades e pós-graduada em Gestão de Pessoas.

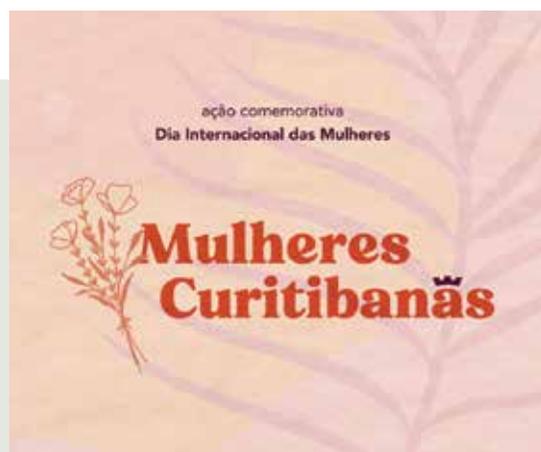
Durante a conversa com as associadas, Botto as convidou para fazerem uma viagem no tempo e lembrar quais eram os sonhos da adolescência, qual era o emprego ou o carro dos sonhos e como isso mudou na vida de cada uma. É a transformação com o amadurecimento.

O Clube preparou cestas celebrativas, com um espumante

Cava Bonaval Rosé, queijos, doces e outros aperitivos, que foi encaminhado às associadas que confirmaram antecipadamente a presença no evento online realizado no último dia 6 de março. “Kit muito especial mesmo. Parabéns”, comentou a associada Anne Louise Caron no chat durante a live.

Para estourar a rolha do espumante e ajudar as associadas a entrarem no clima, a cantora Raissa Fayet abriu a Live com os sucessos da MPB. O “Samba da Benção”, do Vinicius de Moraes e Toquinho; e “A Cor é Rosa”, de Silva, foram algumas das músicas que antecederam a apresentação da Juliana Karam na Live.

Na parte final da conversa com Luciane Botto, foi realizado um sorteio exclusivo de brindes para as associadas que adquiriram a cesta. O bate-papo, as cestas e os presentes enriqueceram ainda mais o Dia Internacional da Mulher no Clube Curitibano.



Aponte a câmera do seu smartphone e confira como foi o bate-papo com Luciane Botto no evento online Mulheres Curitibanas.



acesse e saiba mais ...

## Felicidade na Arte

No dia 20 de março foi comemorado o Dia Internacional da Felicidade. A data, instituída pela Organização das Nações Unidas (ONU) em 2012, tem a premissa de que todo ser humano tem o direito de ser feliz. Para comemorar foi proposta uma atividade aos alunos da Escola de Arte do Clube Curitibano, que através de desenhos e pinturas, teriam que responder o que lhes trazia felicidade.

Da turma Baby Artes ao Adulto, cada um teve a oportunidade de expressar o que sentia, lembrando de pessoas queridas e situações felizes. Para a professora de artes Jaqueline Albuquerque, a comemoração do dia veio no momento certo. “Estamos num momento difícil, precisamos reforçar os bons pensamentos e lembranças

que nos fazem, manifestando esses sentimentos através da arte”.

Rebecca Nocera Espírito Santo, de 9 anos, pintou seu cachorro, um pastor australiano. Já Isabela Lipori, da turma de artes adulto, respondeu que felicidade é estar entre suas paletas e pincéis.

Alguns membros da equipe do Departamento de Cultura também participaram do projeto. O bibliotecário do Curitibano, Felipe Santos, enviou uma fotografia atuando e respondeu que felicidade para ele é se doar de corpo e alma a um personagem. A professora Jaqueline compartilhou fotos de seus alunos e das aulas de artes, dizendo que, para ela, a data lhe remete o aprendizado e as experiências compartilhadas por estar entre as cores, as pessoas e os materiais artísticos. ☺



Aponte a câmera do seu smartphone para o QR Code e confira a galeria de fotos com os trabalhos artísticos sobre a felicidade.



acesse e saiba mais ...



Viva seu movimento.

# Compartilhar sorrisos é viver seu movimento.

Em nossos mais de 200 mil m<sup>2</sup> construídos em Curitiba, sempre proporcionamos experiências únicas de viver bem. Produtos de alto padrão, concebidos com design contemporâneo e ótimas localizações em bairros nobres de Curitiba, que garantem sempre excelente valorização imobiliária.



GRUPO

# Avanthe

V O L V O

# VOCÊ JÁ CONHECE OS CARROS HÍBRIDOS DA VOLVO?

GASOLINA PARA A ESTRADA,  
ELÉTRICO PARA A CIDADE.

VENHA FAZER UM **TEST DRIVE** E SURPREENDA-SE.

 R. Jerônimo Durski, 925 - Bigorriho - Curitiba



Open Point

 NO TRÂNSITO, SUA RESPONSABILIDADE SALVA VIDAS.

41 3340 6650

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