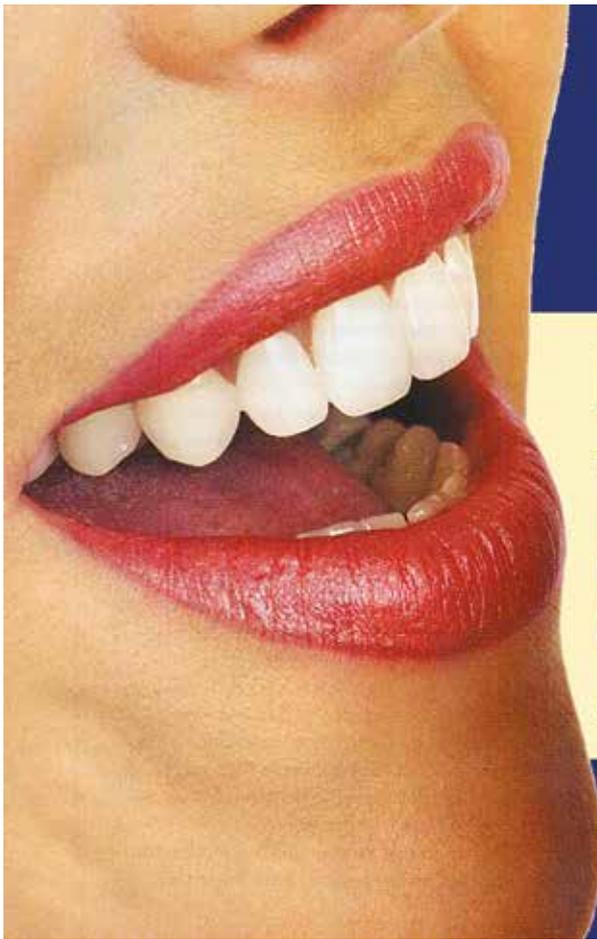




**Papai Noel fez a alegria  
das crianças e adultos**

**Adeus Ano Velho,  
Bem-Vindo 2014 !!!**

**Confira os descontos  
na Seção Convênios**



# Periodontia e Prótese Dental

**Dr. Mário Kruczán**

CRO: 12376

**Tratamento de Gengivas  
Dentes com Mobilidade  
Enxertos e Implantes  
Prótese de Precisão**

**Atendimento pela tabela do Banco do Brasil**

R. Siqueira Campos, 59 / Sl. 906 - Ed. Medical Tower

**Tel: 2236-0501**

## *Cuidadores de Pessoas*



**Experiência em AVC  
Pré e Pós-Operatório**

Referência em cuidados de  
pacientes com Alzheimer,  
Parkinson e Doenças Senis.  
Cuidamos da criança ao idoso.  
Mantemos rigorosa  
supervisão dos nossos serviços

**Tratamos com respeito - Cuidamos com carinho**



**Enfermagem Domiciliar**

**Amigos Cuidadores** Tel: 21 2424-1068

**[www.amigoscuidadores.com.br](http://www.amigoscuidadores.com.br)**



O ritual é o mesmo, as esperanças são renovadas. Vai-se o Ano Velho chega o Ano Novo. Quem pouco realizou faz promessas para conquistar o que lhe faltou. Aquele que alcançou o máximo pede que pelo menos se mantenha ganhador. É a vida e seu vai e vem constante.

Entramos num ano mantendo o mesmo espírito de organizar os espaços e continuar com o equilíbrio financeiro alcançado nos dois anos que se passaram. É um triunfo que nossa Diretoria se orgulha em deixar transparente.

O mês de dezembro foi de festas por todos os salões e a alegria contagiou os grupos que armaram suas reuniões de confraternização próprias do fim de cada ano.

Nosso associado, como era esperado, participou e prestigiou a festa que organizamos para sua confraternização e trouxemos a figura emblemática do Papai Noel que encheu de emoção nossas crianças e adultos.

As fotos colhidas na reportagem interna desta edição nos confirmam os movimentos de pura satisfação dos associados e seus familiares no domingo no seu clube.

Outros grupos fizeram, em datas de suas escolhas, suas festas que também foram cumpridas de conformidade com os desejos de seus componentes. Muitos abraços, um sem número de sorrisos, variados desejos, tudo acontecendo dentro de uma única direção a alcançar: paz, solidariedade, prosperidade, saúde, esperança e muito amor.

São, também, os nossos desejos e votos para que no Novo Ano que acaba de chegar, estejamos juntos e unidos numa parceria sincera, objetiva, transparente e realizando um trabalho proveitoso para o engrandecimento de nossa querida AABB.



FELIZ ANO DE 2014 !!!

REINALDO BATISTA RIBEIRO

Presidente do Conselho de Administração



**PODE NÃO PARECER, MAS  
ELES TÊM MUITO EM COMUM.**

**MILHARES DE ASSOCIADOS, MUITOS BENEFÍCIOS E  
O ORGULHO DE FAZER PARTE DE ALGO MAIOR.**

Ser associado Cooperforte é pertencer a um grupo em que todos têm sonhos e objetivos, e todos contribuem para a realização de cada um.  
Ser associado Cooperforte é acreditar que as diferenças fazem parte da união. São elas que a enriquecem.

Ser associado Cooperforte é para o Dudu, para o seu Carlos, para você.

**COOPERFORTE**  
Sua força. Nossa cooperativa.

0800 701 3796 • www.cooperforte.com.br

**ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA  
BANCO DO BRASIL - RIO DE JANEIRO**  
CGC: 27.055.565/0001-22 Inscrição Estadual: 81.540.551  
Av. Borges de Medeiros, 829-Leblon  
Caixa Postal 281 – CEP 22.430-042  
Telefones: 2274-4722.  
Reconhecida de Utilidade Pública pela Lei 936, de 15/09/1959.  
E-mails: aabb-rio@aabb-rio.com.br  
cadastro@aabb-rio.com.br  
gerad@aabb-rio.com.br  
gerop@aabb-rio.com.br  
Home Page: [www.aabb-rio.com.br](http://www.aabb-rio.com.br)

### CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: ODALI DIAS CARDOSO  
presidencia@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente: NELSON AUGUSTO CHAVES FARIA  
Membro: LARISSA DOS SANTOS

### CONSELHO FISCAL

Presidente: MÁRIO FERNANDO ENGELKE  
conselhofiscal.presi@aabb-rio.com.br  
Membros Efetivos:  
ADOLPHO GONÇALVES NOGUEIRA  
DANIELLE BRANCO ESTRELA  
NELSON BOMFIM RIBEIRO  
OSMAR COSTA BECK  
SÉRGIO SPÍNOLA MUNIZ  
Membros Suplentes:  
ALICE MITIO NAKAMOTO  
MAURÍLIO ROSSI  
SIMONE FERREIRA S. VERDAM

### CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Presidente:  
REINALDO BATISTA RIBEIRO  
aabbpresidencia@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Administrativo:  
IVAN DE CASTRO ESTEVES  
administrativo@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Financeiro:  
MARCO AURÉLIO PINTO DE ARRUDA  
financeiro@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Esportivo:  
RAIMUNDO NONATO DE AZEVEDO  
vpesportivo@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente do Patrimônio:  
JOÃO JOSÉ PEREIRA  
patrimoniosedede@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente de Divulgação:  
PAULO MORAES DE OLIVEIRA  
revista-aabb@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Cultural:  
REGINA MARQUES DOS REIS GONZALEZ  
cultural@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Social:  
JÚLIO ALT  
social@aabb-rio.com.br  
Assessor da Diretoria:  
MÁRIO MAGALHÃES DE SOUZA  
assessor.presidencia@aabb-rio.com.br

Programação Social	5
Sexta dançante	6
Seresta	7
Sociais	8
Informes do Conselho Fiscal	9
Registro	10
Cultural	11
Serviço	12
Reportagem	13
Cultural	14
Natal	14
Biblioteca	15
Cultural	15
Happy Hour	17
Cultural	17
Esportes	18
Variedades	24
CASSI	25
Cursos e serviços	26

### REVISTA MENSAL AABB-RIO

Ano XX - nº 232 - Janeiro/2014  
Dist. Gratuita - Produzida por  
LL DIVULGAÇÃO EDITORA CULTURAL LTDA.  
Diretor: Luthero de Azevedo Silva  
Colaboradores: Diretoria, Associados e  
Funcionários do Clube  
Coordenação: Kátia Regina S. Monteiro  
Gráfica: Rower Gráfica  
Tiragem: 6.000 exemplares  
Jornalista: Paulo Moraes de Oliveira Reg. 359  
MTb.Pa  
Diagramação: Renato Monteiro de Carvalho  
LL DIVULGAÇÃO EDITORA CULTURAL LTDA  
Rua Lemos Cunha, 489 Casa 1 - Icaraí  
Niterói - Tel/Fax: 2714-8896  
e-mail: [comercial@lldivulga.com.br](mailto:comercial@lldivulga.com.br)

**Cirurgiã Dentista**  
**Dra. Eunice Ortega**  
Clínica geral - Estética - Clareamento - Periodontia  
**Tabela do Banco do Brasil e Sindicato**  
Convênios: Embratel - Petrobras - Petrobras Distribuidora  
**Tel: (21) 2547-1798**  
Av. Nossa Senhora de Copacabana, 750 / 613 - Copacabana - Rio de Janeiro - RJ



Tratamento de gengiva, cirurgia, enxertos, dente com mobilidade

**NOSSA CAPA** – As festas de fim de ano encheram nossa sede social de alegria, com sorrisos e troca de presentes, abraços e desejos esperançosos destinados aos integrantes dos grupos de associados que realizaram suas reuniões de confraternização. Um domingo foi dedicado ao corpo social, com uma programação que incluiu a vinda de Papai Noel que encheu de emoções as crianças e os adultos, posando em fotos e desejando um Feliz Natal e Boas Entradas de Ano Novo. Foto de Carlos Cardoso.

**Cirurgia Plástica da Barra**  
Todas as cirurgias estéticas faciais e corporais  
Cirurgia dermatológica e câncer de pele  
**Tel: (21) 2430-9340**  
Centro Médico Barrashopping - sala 310 - Barra da Tijuca - RJ



Dr. Hugo de Castro    Dra. Paula S. de Castro



14:00 / 17:00  
Bingo Social, teste sua sorte!  
Salão Galeria



19:00 / 22:00  
Happy Hour com "Hilton Assunção"  
Salão Galeria



19:00 / 23:00  
Noite da Seresta e MPB  
Salão Galeria



21:00 / 01:00  
Sexta Dançante em Uma noite Tropical com a Banda "Rádio Expresso"  
Salão Margarida



13:00 / 17:00  
Ney Gouvea tocando todos os ritmos  
Pérgula da Piscina



19:30 / 23:30  
Melhor grupo boêmio "Telhado Branco"  
Salão Granito



13:00 / 17:00  
Jorge Luiz – Apresentando um som de excelente qualidade  
Pérgula da Piscina



13:00 / 17:00  
Passe uma tarde agradável com a Banda Phênix  
Pérgula da Piscina



14:00 / 17:00  
Ganhe prêmios no Bingo Social!  
Salão Galeria



21:00 / 01:00  
Baile de Aniversariantes com a Banda Cassino Brasil  
Salão Margarida



**PARTICIPE DO  
BINGO SOCIAL DA  
AABB-RIO  
DIAS 08 E 22.01.2014**

# PAPAI NOEL

proporcionou  
um momento de

# EMOÇÃO



Com uma programação intensa e recheada de atrações, o associado e seus familiares fizeram a festa de conagraçamento natalino, lotando todas as dependências da sede social. As crianças brincaram com os animadores e se divertiram na variedade dos brinquedos instalados. Os adultos assistiram a bela apresentação do Coral da AABB e aplaudiram o show do consagrado cantor Jorge Luiz e sua voz maravilhosa.

Para amenizar o calor dos pequenos foram distribuídos refrigerantes e para os adultos o chope geladíssimo, sem esquecer

o “hot dog”, a pipoca e o picolé “Nuvem”, com sua variedade de sabores, que está se tornando o novo apetite das festas temáticas.

A chegada do Papai Noel, anunciada pelo MC João José, proporcionou um momento de grande emoção, tanto aos pequeninos como aos adultos. O bom velinho trouxe a sua mensagem de PAZ e SERENIDADE e foi recebido, no palco ao lado do bar, pelo presidente Reinaldo Ribeiro e sua esposa Mabel. Após uma sessão de fotos percorreu as demais dependências do Clube, desejando a todos Boas Festas e Feliz Ano Novo.

Destaque também para os simpáticos personagens Woody e Buzz da Disney; os Backyardigans Pablo, Tyrone, Tasha, Uniqua e Austin e a nova coqueluche das crianças as “Monster High”, representadas por Frankie Stein, Draculaura e Clawdeen Wolf, que dançaram suas músicas e posaram para dezenas de fotos com a meninada.

Foram momentos de grande alegria e descontração vivida, no domingo 15/12, pela família aabbana., retratados pela objetiva de Cardoso.







# Banda **“STATUS”** comandou O BAILE DOS ANIVERSARIANTES



A Banda Status ditando a alegria dos aniversariantes

O esperado baile dos aniversariantes do mês de novembro, realizado no dia 29/11, no salão Margarida, reuniu associados e seus convidados em noite de espontânea alegria.

No intervalo premeditado, por volta da meia-noite, a solenidade anunciada pelo MC João José Pereira, VP do Patrimônio, que com sua poderosa voz chamou um a um para compor o grupo

dos homenageados. Seguiu-se o corte simbólico do bolo confeitado, os aplausos após os acordes do “parabéns para você”, a foto histórica e os casais anunciados para a tradicional valsa.

Com muita disposição e alegria os casais aproveitaram o selecionado repertório para dança, apresentado pela excelente banda “Status” e bailaram até as primeiras horas do sábado. 30.



Aniversariante Renato Barreto de Andrade confraternizando com a esposa Stella Maris de Oliveira Andrade



Aniversariante Solange de França comemorando com o esposo Nilton Rodrigues de França



Aniversariante Aires comemorando com a esposa Teresinha



Acima a hora do “Parabéns prá Você”



Aniversariante conselheiro fiscal Adolpho Gonçalves Nogueira comemorando com a esposa Cléa Lisboa Nogueira



Aniversariantes Célia, Cláudia, Reinaldo e Beta festejando na companhia de Célia Regina, Volnei e Lincoln



Aniversariante Maria das Dores da Silva comemorando a chegada de mais uma primavera



Ana Lúcia Rocha da Cunha festejando ao lado do esposo Adilson José Seixas da Cunha e do casal de amigos Antonio Matos e Lúcia Pumar



Aniversariantes Maria Tereza Silva (conselheira) e Célia Laricchia (presidente da AAFBB) celebraram mais um ano de vida ao lado dos esposos Mário Engelke e Naylor Laricchia



Aniversariante Ataulpho Pinto dos Reis Filho comemorando com a esposa Maria Ivone e com os amigos Octávio Soares Modesto e Ana Clara



Artista plástica Raquel Costa festejando seu aniversário ao lado do esposo conselheiro Sylvio Costa e os casais amigos Elza e Carlos Copello, Maurício e Cláudia, Carlos Alberto e Mariza, Joary e Valderez



Aniversariante José Roney festejando ao lado da esposa Rita de Cássia, e dos amigos Luã, José Sadala, Wilborova e do casal Odali Cardoso/Nilcéa



Aniversariante Luiz Lorite confraternizando com a esposa Nerina Lorite e amigos Denise Silva, Nádia Nunes, Elce Scapin, Dulce, Lúcia (sentados), Manoel Silva, André Villa, César Scapin, Natália Lorite e Arnaldo Caldeira (em pé)



## ODONTOLOGIA ESTÉTICA

**Dr. Luis Ernesto C. Preciado**

Clínico Geral - Implantes - Odontologia Estética  
Clareamento - Periodontia - Prótese Fixa e Móvel  
Oclusão / ATM

Convênio Caixa Econômica e outros

**Tel: 2294-7433 / Cel: 8075-7676**

Ed. Leblon Medical Center - R. Carlos Góes, 375 / 513 - Leblon - RJ

**Tabela Banco do Brasil**



**CENTRO ORTOPÉDICO BOTAFOGO**

Rua Sorocaba, 584 - Botafogo - RJ

**Tel: 2528-0303**

**sac@cob-rio.com / www.cob-rio.com**

Atendimento à CASSI  
e outros convênios

**Ortopedia**

**Fisioterapia**

**Raios X**

**Imobilizações Removíveis**

**Gesso Sintético Colorido**

**Pilates**

**RPG**

(Reeducação Postural Global)

## CONSELHEIROS REUNIDOS SAUDARAM O NATAL DE CRISTO

Fotos de Carlos Cardoso



Num ambiente de sincera amizade e rememoração dos bons momentos e das realizações cumpridas durante o ano prestes a terminar, os membros dos Conselhos Deliberativo, Fiscal e Administrativo reuniram-se no Salão Nobre "Flávio Alcofra", para saudar o nascimento de Cristo.

Com o pensamento direcionado aos cumprimentos de praxe, todos esperam que dias melhores, do novo ano, virão com o trabalho sério e criterioso do pessoal responsável pela parte econômica, de nossas instituições. Ao longo do tempo, sempre se encontrou soluções satisfatórias para superar as crises financeiras, de modo que há esperança de melhores dias para o Novo Ano.

Um coquetel seguido de uma ceia foram servidos pelo Buffet Folies, ouvindo-se no intervalo as mensagens otimistas dos presidentes dos três Conselhos.



### Seus **olhos** em boas mãos



Consultores e Microcirurgões de Olhos

**LEBLON** - R. Carlos Góis 375 | Gr. 407  
Tel: 21 2274-2901 | 2274-4746

**CENTRO** - R. Nilo Peçanha 50 | Gr. 2001  
Tel: 21 2532-6645 | 2532-7365

**COPACABANA** - R. Santa Clara 70 | Gr. 1107  
Tel: 21 2548-4900 | 2548-7100

**BARRA DA TIJUCA** - Av. das Américas 3301 | Bl. 5 | Gr. 304  
Tel: 21 2259-2699

**URGÊNCIAS 24h**  
Tel: 21 8496-0650

Direção: Dr. Carlos Halfeld  
CRM 5260304-2

◆ Convênios e Particular ◆



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

## A ESTRÉIA DA TURMA DO SOFÁ



Mais de 30 pessoas compareceram à festinha de inauguração da Turma do Sofá, nos disse o Eurico Gabriel, que é um dos integrantes do grupo. Foi um sucesso o 1º Encontro da Turma do Sofá, realizado na Passarela superior da sede social, que teve até a distribuição de lembrancinhas do amigo oculto.

## GRUPO DAS SEXTAS EM CONFRATERNIZAÇÃO



Toda sexta-feira de todas as semanas do ano o grupo se reúne em mesa cativa da passarela térrea para aquele “papo” informal. Exatamente no dia 29/11, última sexta de novembro, os componentes realizaram o encontro de confraternização de fim de ano, com brincadeiras, abraços e muito chope.

## DANÇA ENCERROU ANO COM BRILHO

O pessoal da dança de salão da Academia “Cristiano Salgado”, da AABB-Rio, participou com a alegria de sempre da festa de encerramento do ano letivo de 2013, realizada no dia 10/12 pp. A equipe de professores liderada pelo patrono Cristiano participou de uma aula coletiva das turmas, realizando coreografias improvisadas, das quais participaram os alunos de todas as faixas de aprendizado. Cristiano dirigiu uma mensagem de otimismo aos presentes e a esperança de progressos no ano novo. Ao final, uma farta mesa de deliciosos pratos preparados pelos alunos foi servida entre os abraços e felicitações pela chegada do Natal e do Novo Ano. Seguindo sua programação, as aulas da dança de salão retomaram no dia 14/01, no salão de granito.



## ENCONTRO DOS APOSENTADOS DA CACEX



A turma de aposentados do BB, que trabalhou na CACEX, realizou seu tradicional encontro de confraternização de fim de ano, na churrascaria “Carretão”, em Ipanema. O conselheiro da AABB-Rio, Antônio Casanovas Valente é o responsável por manter esse grupo sempre unido e animado.

## CORAL EM FESTA



Os coralistas da AABB-Rio fizeram um encontro de confraternização festivo reunindo-se no Salão Margarida, em torno da farta mesa de doces e salgados, para relembrar os grandes feitos do ano que se encerra. Os desejos foram para que o ano novo lhes traga mais oportunidades de mostrarem os seus valores musicais.

# EURIDICE HOMENAGEADA NO XXIV SALÃO POÉTICO

Fotos de Carlos Cardoso

O Salão Margari-da foi palco do XXIV Salão Poético, oportunidade em que a AABB prestou homenagem a poetisa Eurídice Hespagnol, uma das organizadoras



do evento cultural, que vem sendo realizado em nosso Clube, com sucesso, há mais de 8 anos.

O encontro de 8/12 pp. contou com a presença de vários poetas renomados, dentre eles o convidado Tanussi Cardoso e Maria do Carmo Bomfim, que lançou o livro "Portrait". Foi um momento maravilhoso de realização artística, poesia, música e interpretação teatral.

Uma placa, assinada pelo presidente Reinaldo Ribeiro e pela Vice-Presidente Cultural Regina Gonzáles, foi entregue pelas integrantes do Trio de Cumplicidade à homenageada, enaltecendo o trabalho que vem desenvolvendo na AABB.

A pianista Beatriz Ribeiro encantou a todos com bela apresentação e Hugo Ardilha desfilou sua voz maravilhosa.

Em prosseguimento, uma expo-

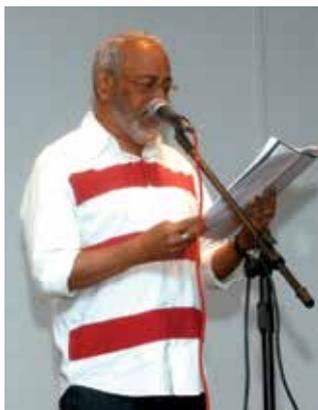
sição de fotos e poesias "Ao Acaso" por Carmem Teresa Elias e Romualdo Magela; além do projeto teatral de Victor Meirelles e Nilda Andrade "Era Bullying Virou

Conto", com a realização do esquete "Superação", mostrando o que a arte é capaz de fazer na alma humana, transformando a dor em beleza e realização interior. Participação dos atores do Coletivo Teatral Komos, direção de Thiago Freire e participação especial de Júlia Travassos; os poetas Jorge Ventura e Eurídice Hespagnol cruzando poesias;

Mariza Sorriso, poeta e grande cantora fez um lindo dueto com Fábio Pereira ao violão, que em seguida solou lindas canções. E o engraçadíssimo Trio Patinhas trouxe muita alegria para os presentes.

Foi um domingo especial onde a arte e a harmonia, fizeram da tarde/noite um momento marcante para a cultura em nosso Clube.

(\*) Vice-Presidente Cultural e colaboradora da Revista.





## Biblioteca Alexandre Caminha

### Livros Novos

#### FICÇÃO.....

NICOLAE – O ANTICRISTO CHEGA AO PODER - Tim LaHaye & Jerry B. Jenkins

UM LUGAR ENTRE OS VIVOS - Jean-Pierre Gattégno

DANDO A VOLTA POR CIMA - Anna Maxted

A MANSÃO DO RIO - Pat Conroy

MEU REINO POR UM CASHMERE - Ana Cristina Reis

MONTANHA GELADA - Charles Frazier

CHÁ DE SUMIÇO - Marian Keyes

HONRA ACIMA DE TUDO - Eileen Goudge

TRILOGIA SUJA DE HAVANA - Pedro Juan Gutierrez

ILHA DE PÁScoa - Jennifer Vanderbes

#### NÃO-FICÇÃO.....

O CONDE CIANO: SOMBRA DE MUSSOLINI - Ray Moseley

OS INDIANOS - Florência Costa

A BELA VELHICE - Mirian Goldenberg

SONHO GRANDE - Cristiane Correa

ESTATUTO DO IDOSO - Supervisão Jair LotVieira

J.K. E A DITADURA - Carlos Heitor Cony

AIKIDO – O CAMINHO DA SABEDORIA - Wagner Bull

DESPERTE O MILIONÁRIO QUE HÁ EM VOCÊ - Carlos Wizard Martins

OS GRANDES MISTÉRIOS DO PASSADO - Ed. Reader's Digest Livros

A FILOSOFIA EXPLICA... - Clóvis de Barros Filho & Júlio Pompeu

#### INFANTO-JUVENIL.....

O PATINHO FEIO - Editora Rai

A PEQUENA SEREIA - Maurício de Sousa

TOY STORY - LIVRO INTERATIVO - Disney

O SEGREDO DE CINDERELA - Disney

O SEGREDO DE BELA - Disney

A BELA ADORMECIDA - Liz Holliday

O ALFABETO DAS FÁBULAS - Editora Todo Livro

GO GIRL! IRMÃS PRA VALER - Thalia Kalkipsakis

DESCOBRINDO O TEOREMA DE PITÁGORAS - Luiz Márcio Imenes & Marcelo Lellis

A BELA E A FERA - Liz Holliday

“Recomendamos a leitura dos livros abaixo que fazem parte de nosso acervo”



#### LOUCA PARA CASAR.

Madeleine Wickham

Milly e Simon estão as vésperas do casamento, ele é rico e responsável e acredita que se casará com uma mulher perfeita. É a cerimônia mais aguardada do ano. Mas um detalhe pode botar tudo a perder: a noiva... já é casada! Agora a noiva corre

contra o tempo para se divorciar antes do grande dia, mas será que esse casamento ocorrerá?

A autora que normalmente escreve usando o pseudônimo Sophia Kinsella nos brinda com este livro que foge um pouco do seu estilo comédia e entra no drama da vida de cada personagem.



#### A QUARTA PARTE DO MUNDO.

Toby Lester

Durante milênios, os europeus acreditavam que o mundo consistia em três partes: Europa, África e Ásia. Desenhavam os continentes de incontáveis formas e tamanhos, mas por vezes sugeriam a

existência de uma “quarta parte do mundo”, um lugar misterioso e inacessível. No entanto, após Waldseemüller e Ringmann lerem sobre as descobertas atlânticas de Américo Vespúcio concluíram que ele esteve na quarta parte do mundo. Neste livro o autor explica como ao longo dos séculos, os europeus e outros povos abandonaram ideias antes absolutas e expandiram seus horizontes.



#### A HISTÓRIA DE MORA: A SAGA DE ULYSSES GUIMARÃES.

Jorge Bastos Moreno

As crônicas neste livro provocam fascínio hipnotizante. Surpresas, paixões, segredos revelados, estratégias de poder são descritos aqui.

Seu personagem principal é Ulysses Guimarães que tem sua vida captada de forma mitológica. Ao escrever com humor e dramaticidade, entrelaçando fatos irônicos e trágicos, o jornalista nos faz perceber o quão profundas podem ser as ideias políticas, as ideologias do bem comum, assim como algumas personalidades. É assim que revela, ao lado de seus personagens o grande amor pelo Brasil e pela democracia.

# BINGO DO NATAL

Foi realizado no dia 18 de dezembro o tradicional Bingo Social de Natal e último de 2013, quando foram sorteados diversos prêmios para alegria dos participantes. A foto registra os felizes ganhadores exibindo seus brindes sorteados, a saber:

Arthur – Bicicleta Caloy; Nilda – Toalha de banho e Tapete de banheiro; Amarita – Aparelho de microondas e Kit do Boticário; Malda – Lenço e edredom; Albina – Máquina fotográfica; Dalva - Máquina de costura; Aldenora – Aspirador e Kit do Boticário



Vencedores felizardos do bingo

O sexteto Jazz Drops em ação



## JAZZ DROPS

O sexteto Jazz Drops, que tem brindado nossos associados com belíssimas apresentações, fez suas despedidas do ano de 2013, com um show, realizado no dia 28/11, no salão da galeria, reunindo páginas dos maiores sucessos internacionais que denominou “Drops of Jazz”. O grupo formado por Favilla (Voz), Fernando Costa (Piano), Cesão (Baixo acústico) I Tino Jr (Sax e Flauta), Altair (Trompete) e Moacyr Neves (Bateria) deverá voltar no ano novo com novas apresentações.

# ALUNOS DO PEDRO II HOMENAGEADOS

O Colégio Pedro II, em sua unidade do Humaitá, realizou no dia 17/12 uma sessão solene presidida pela diretora Gloria Vianna para homenagear os alunos que se sobressaíram, durante o ano, em alguma atividade de repercussão na comunidade. Entre os agraciados foi conferido o Certificado de Menção Honrosa à nossa associada Marlene Vasconcelos Moraes de Oliveira, filha de Simone e Paulo Moraes. Marlene, aluna do colégio, como voluntária, realizou um projeto destinado à recuperação de mais de 100 exemplares do acervo da Biblioteca do Colégio.

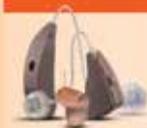


Marlene homenageada

**Direito de Ouvir**  
APARELHOS AUDITIVOS

**Julia Mie Nagakubo Rodrigues**  
Fonoaudióloga - CRF<sup>®</sup> 11639/RJ

**SOLUÇÕES AUDITIVAS SOB MEDIDA PARA VOCÊ!**



Descontos **especiais** para associados



Parcelamento em até **10x** sem juros



1 ano de pilha **grátis**

Av. Nossa Senhora de Copacabana, 1226 | Sala 801 | Fones: (21) 4062.0606 / 99237.6237  
www.direitodeouvir.com.br | Rede-de-Clínicas-Direito-de-Ouvir-CopacabanaRJ



*Apreensão imperceptível.*

## Rafael **TROCA IDADE**

O jovem Rafael Borges comemorou no dia 08 de dezembro, na AABB-Rio mais um aniversário na companhia dos pais Daniela e Marcos José Borges de Carvalho, familiares e de vários amigos da família.



## Mãe e filho aniversariam: Paula e Lucas **JANSSEN**



A família Janssen esteve em festas no mês de dezembro, com o duplo registro dos aniversários da mamãe Paula (11/12) e do seu querido filho, o botafoguense Lucas (15/12). Os dois receberam muitos parabéns dos familiares e do grande círculo de amigos.

## **N**ATAL

## A FESTA DOS **FUNCIONÁRIOS**

Uma folga diferenciada essa da segunda-feira, 16/12, oportunidade em que os funcionários da AABB-Rio trouxeram seus familiares para participarem de um churrasco promovido pelo Clube.

Prestigiaram a festa a figura do Papai Noel e a Diretoria que promoveu a distribuição de cestas natalinas e o sorteio de brindes aos presentes.

Todos puderam divertir-se descontraídos e a seu modo, tanto no espaço das churrasqueiras quanto nas piscinas e nos brinquedos armados no Clube.



# Convênios

## Assistência de enfermagem

CUIDAMOS DE QUEM VOCÊ AMA!



### Assistência de Enfermagem e Cuidadores de Idosos

Agende uma avaliação grátis!

Tel: (21)3597-2583 - Call Center 24h (21) 7702-7161  
www.padraoenfermagem.net.br

## Colégio



### Colégio Santa Rosa de Lima

EDUCAÇÃO INFANTIL, INTEGRAL (EDUCAÇÃO INFANTIL e 1º ANO EF)  
ENSINO FUNDAMENTAL I e II  
ENSINO MÉDIO/SISTEMA OBJETIVO

Desc. de 10% na mensalidade p/ Func. BB e AABB  
Rua Voluntários da Pátria, 110 - Botafogo  
Rio de Janeiro - RJ - Tel: (21) 2539-1196 - www.csrl.com.br

## Terapia Holística



### IRISDIAGNOSE E TERAPIAS

ABDON FERREIRA

Terapeuta Holístico CRT - 20997

- \* Irisdia gnose \* Florais de Bach e Minas
- \* Fitoterapia \* Orientação Alimentar
- \* Auriculoterapia \* Técnicas Corporais
- Drenagem linfática

(shiatsu, espondiloterapia e terapia biwa-moxa elétrica)

ATENDIMENTO COM HORA MARCADA:

\* Copacabana, L. do machado e Centro (Tel: 2246-4508 / 9892-3338)

ACEITAMOS CARTÕES

www.abdonferreira.terapiaholistica.net / E-mail: abdonferreira@uol.com.br

健康

融合

均衡



**ANDRÉ YANO**  
MASSOTERAPEUTA e DIGITOPUNTURISTA

## Problemas de Coluna?

Dores causadas por desnível da cintura escapular e cintura pélvica, atingem mais de 90% da população

O massoterapeuta e digitopunturista André Yano realizou uma pesquisa e constatou que 90% da população sofre de dores na coluna provocadas pelo desnível da cintura escapular (cervical) e da cintura pélvica (lombar), deixando braço e perna mais curta, ocasionando:

#### Sintomas da cervical

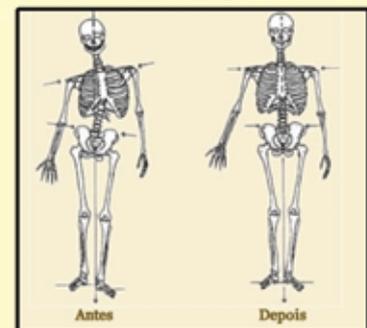
(cervicalgia, má circulação, dor de cabeça, tonteira, zumbido, dor no pescoço e nas costas).

#### Sintomas da cintura pélvica

(lombalgia, má circulação, dores: ciática, joelho, planta dos pés, artrose).

A base fundamental do tratamento é o realinhamento da cintura escapular e da cintura pélvica, deixando braço e pernas iguais.

De 2ª a 6ª **40%** de desconto para as 10 primeiras ligações



Horários:

2ª a 6ª de 9:00 às 18:00h  
Sábados na parte da manhã  
9:00 às 12:00h

**Não sofra mais! Ligue e marque uma visita**

Tels: (21) 2547-2154 / (21) 99562-3620

problemasdecoluma@andreyano.com.br  
www.andreyano.com.br

Consultório em Copacabana

## ILUMINAÇÃO DA BIBLIOTECA OFERECE MELHOR CLARIDADE

O associado frequentador da Biblioteca da AABB vem sendo surpreendido com a nova iluminação implantada no Setor pela empresa EASY LIGHTING – SOLUÇÕES TÉCNICAS EM ILUMINAÇÃO LTDA., devido, principalmente, pelo aumento da claridade e a diminuição do número de luminárias fixadas no teto do salão.

Trata-se da racionalização da iluminação em todos os setores, utilizando-se um sistema apresentado pelo engenheiro Cláudio Martins, cujo foco leva em conta o meio ambiente e a economia de custos.

“O sistema Easy Lighting utiliza uma lâmina parabólica de alumínio espelhada de alta reflexão, que garante a duplicação da luminosidade e proporciona mais de 50% de economia de energia elétrica”, falou

Claudio (claudiomartins@openlink.com.br) - celular (21) 99679-2815 - ,que é sócio da empresa e garante mais “As novas lâmpadas terão maior vida útil e a diminuição da temperatura ambiente, são outras vantagens obtidas.”

O programa de racionalização da iluminação da Biblioteca irá permitir uma economia anual de 67% e aumento de mais de 100% na luminosidade (luxes), asseguram os técnicos da empresa contratada. Já concluído o trabalho, a novidade mostra uma redução pela metade do número de lâmpadas e a otimização do resultado através da instalação de luminárias inteligentes, que visam obter economia em ganho de eficiência.



## **O**BITUÁRIO



### LEVI PONTES DE PAULA

★ 11/06/1926

† 03/12/2013

É com imensa tristeza que noticiamos o passamento de nosso associado LEVI PONTES DE PAULA, ocorrido no dia 03/12/2013.

O falecido, segundo seus companheiros de trabalho, era homem de grande visibilidade no Banco do Brasil, tendo se aposentado como chefe de gabinete do diretor da antiga CACEX.

Deixa viúva a sra. Maria da Luz Correa de Paula

**Prof. José Figueiredo Penteado**  
CRM: 52.03721-0

**CONSULTAS**

**ENDOSCOPIAS**

**HÁLITO**

**GASTRITE**

**COLITE**

**HEPATITE**

**PRISÃO DE VENTRE**

**DIVERTICULOSE**

**Botafogo**

R. Voluntários da Pátria 190 / 724

Tel: (21) 2539-1217 / 2539-1397

**Barra:**

Av: Luiz Carlos Prestes 410 / 107

Tel: (21) 3325-0484 / 2104-9540

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

[www.centrodohalito.com.br](http://www.centrodohalito.com.br) - [www.endorio.com.br](http://www.endorio.com.br)

Email: [riogastro@riogastro.com.br](mailto:riogastro@riogastro.com.br)



## Você tem zumbido no ouvido?

Então este artigo é para você!  
O zumbido no ouvido, conhecido cientificamente como Tinnitus, é uma sensação sonora, gerada pela agitação das vias auditivas para compensar a perda auditiva. Cada pessoa pode lidar com uma forma de manifestação diferente, desde um som de campainha, sopro, rugido, zunido, assobio, sussurro ou até o chiado.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), este incômodo atinge milhões de brasileiros, e pode ser um sintoma de várias doenças diferentes. As origens deste incômodo sonoro podem variar, mas geralmente estão advindas pelo excesso de cera, infecções e lesões. No entanto, outros fatores que aparentemente não têm a ver com o sistema auditivo podem dar origem a esse sintoma, tais como desvios de coluna, alterações cardiovasculares, diabetes, disfunções da articulação da mandíbula e consumo excessivo de caféina, álcool e tabaco.

O zumbido se manifesta quando as vias auditivas passam a enviar impulsos mesmo sem haver uma fonte gerando o som. Assim, o grande obstáculo para o tratamento desse tipo de manifestação sonora é descobrir o que leva a essa emissão, já que o zumbido não é uma doença, e sim, um sintoma.

Quando o zumbido é originário da perda auditiva o tratamento pode ser facilitado, nesses casos, para a maioria dos pacientes, o uso de aparelho de amplificação sonora é suficiente para acabar com os dois problemas.

Na presença de perda auditiva, a adaptação de próteses auditivas pode melhorar não só a capacidade de ouvir por meio da amplificação dos sons, como também diminuir a percepção do zumbido.

A Rede de Clínicas Direito de Ouvir conta com 180 unidades especializadas no tratamento e adaptação de aparelhos auditivos. São 300 cidades espalhadas por todo Brasil. Todas contando com profissionais especializados no processo de adaptação dos seus pacientes. Para melhor comodidade dispomos de atendimento em Copacabana/RJ através da fonoaudióloga credenciada Julia Mie Nagakubo Rodrigues que realiza atendimento personalizado além de orientação e manutenção nos itens de seu aparelho auditivo.

Mais informações, entre em contato com a fonoaudióloga Julia Mie Nagakubo Rodrigues – CRFa 11639 em seu consultório localizado na Av. Nossa Senhora de Copacabana, nº 1226, sala 801, pelo telefone: (21) 4062-0606 (21) 99237-6237 ou pelo link: <http://direitodeouvir.com.br/julia.mie>.

## OBRA DO BERÇO FESTEJOU 85 ANOS

No dia 05.12 pp. a Obra do Berço comemorou seus 85 anos no Salão Galeria na AABB-Rio. Repleto de convidados o evento celebrou não só a história da instituição que faz um lindo trabalho acolhendo centenas de crianças, como também, foi realizado o lançamento do livro “Acolher para Educar”, em edição comemorativa. Parabéns a Obra do Berço e que venham mais 85 anos!



Convidados prestigiando o evento



Evelyn Esteves esposa do Vice-Presidente Administrativo Ivan Esteves, Regina Gonzalez Vice-Presidente Cultural, Lúcia Stela Moura nossa associada e autora do livro Acolher para Educar, Maria Luiza Presidente da Obra do Berço

**TAVARES**  
ADVOCADOS

Cível - Família - Sucessões - Consumidor  
Empresarial - Trabalhista - Obrigações e  
Contratos - Responsabilidade Civil  
Imobiliário - Previdenciário - Bancário  
Juizados Especiais

Aposentado - Cesta Alimentação  
Incorpore o auxílio Cesta Alimentação  
a sua aposentadoria

Av. Franklin Roosevelt, 126 / Sl. 408  
Centro - Rio de Janeiro - RJ  
[www.tavareseadvogados.com](http://www.tavareseadvogados.com)

Atuamos junto à PREVI e Banco do Brasil  
**Tel: (21) 2220-3604**

**CDI**

**Clínica Dermatológica de Ipanema**

Doenças da pele, cabelos e das unhas

Consultas: Particular e Convênios

Cassi - Unimed - Petrobras - Saúde Caixa - GEAP - Assim  
Caberj - Sul América - Unafisco - Bradesco

Rua Farne de Amoedo, 106 - Ipanema - Rio de Janeiro - RJ

**Tel: 21 2287-0453**



# Notícias do Departamento de Esportes

## DETEC



### 1 - BOLÃO DO BRASILEIRÃO:

O Campeonato Brasileiro de Futebol chegou ao seu final tendo como grande campeão a equipe do Cruzeiro Esporte Clube; para o futebol carioca, exceção do Botafogo de Futebol e Regatas, a competição proporcionou mais decepções do que alegrias, pois com as reviravoltas nos tribunais, o Flamengo ficou em 16º lugar, o Fluminense se salvou do rebaixamento, e o Vasco da Gama depois de uma participação na competição extremamente irregular e pobre de resultados, terá que disputar a Série "B" na próxima temporada.

#### CLASSIFICAÇÃO FINAL DOS PALPITEIROS:

Os vinte e cinco melhores colocados ao final do Campeonato Brasileiro de Futebol 2013:

1 - Marco Antônio Moreira =	139 pontos
2 - Sílvia Maria Lisboa	123 pontos
3 - Frederico Amandio Fil Neto=	122 pontos
4- Igor Amandio Lisboa Fil =	99 pontos
5 - João Mesqueu Mendonça =	85 pontos
6 - Carmem Dutra Mendonça =	75 pontos
6 - Lucy Andrea Martins de Pinna =	75 pontos
8 - Alexandre Luiz Moreira =	72 pontos
9 - Ana Beatriz Lima =	68 pontos
10 - Ivan Esteves =	66 pontos
11 - Ana Nery Grizotti =	52 pontos
12 - Antônio Marcelo Grizotti =	50 pontos
13 - João Marcelo Victorino =	47 pontos
14 - Carlos Ingunza =	35 pontos
15 - Hamilton de Lima Pereira =	28 pontos
16 - Carlos Alberto Simões =	24 pontos
16 - Luiz Henrique Simões =	24 pontos
16 - Lidia Maria Fiuza =	24 pontos
19 - Stefano Moreira =	22 pontos
20 - Cristiane Mascarenhas =	18 pontos
21 - Maria Rita Mendonça =	14 pontos
22 - Felipe Braz da Silva =	13 pontos
23 - Edilson Mendes Tavares =	12 pontos
24 - Victor Cardoso Soares =	11 pontos
25 - João Vidar =	10 pontos

#### PREMIAÇÃO:

- 1º Lugar – Camisa Polo do time do coração
- 2º Lugar – Bandeira do time de coração
- 3º Lugar – Bola de futebol

### 2- BOLÃO DO CARIOÇÃO 2014:

Aproveitamos a oportunidade para convidar os associados a continuar palpitando nos jogos programados para os domingos durante o Campeonato Carioca 2014, tornando assim, a competição entre os "palpiteiros" cada vez mais acirrada e interessante.

Lembramos que os convidados de associados podem participar do BOLÃO, mas não têm direito a premiação, pois a mesma é destinada exclusivamente aos associados da AABBI-Rio.

#### ENTENDA COMO FUNCIONARÁ O "BOLÃO" DO CARIOÇÃO 2014:

- Nos jogos realizados aos domingos: os interessados em participar devem adquirir a "ficha de palpites", com o funcionário de plantão que estará à disposição dos associados a partir de quarenta minutos antes do início do primeiro jogo, em frente ao Salão Galeria, situado à direita do hall de entrada do clube;

- Cada participante recebe uma ficha que deve ser preenchida e devolvida ao referido funcionário, imediatamente antes do início dos primeiros jogos do respectivo domingo.

- Em cada rodada, o DETEC contatará o vencedor da mesma, por telefone, para que o mesmo possa receber o Vale-Lanche de vencedor da rodada.

- Esse Vale-Lanche deverá ser apanhado no DETEC até 05 (cinco) dias após o contato telefônico, no horário de 13:00 às 20:00 horas, de 3ª às 6ª feiras, e deverá ser utilizado até 20 (vinte) dias após o recebimento do mesmo.

**Observação: a não-retirada do Vale-Lanche no prazo especificado acima, implica na perda do direito ao mesmo.**

- O vencedor final será o associado(a) que somar o maior número de pontos ao longo de toda a competição.

#### REGULAMENTO:

- A – Placar Correto = 5 (cinco) pontos;
- B - Placar do Vencedor = 3 (três) pontos;
- C - Placar do Derrotado = 2 (dois) pontos;
- D - Empate sem acertar o placar = 3 (três) pontos;
- E - Vencedor sem acertar o placar = 1 (um) ponto.

Em caso de empate, na rodada ou ao final do campeonato, ocorrerá um sorteio entre os participantes empatados.

### 3- FUTSAL:

O destaque da temporada foi a equipe Sub-15 da AABB-Rio que alcançou a semifinal do duríssimo campeonato estadual, disputando a vaga para a final contra a forte equipe do Flamengo; após as duas partidas, com um empate de 4 x 4 e uma derrota de 3 x 4, o que determinou o fim da jornada de uma equipe que teve brilhante atuação durante o longo campeonato.



Flagrantes de um jogo de semifinal entre a AABB-Rio x Clube de Regatas do Flamengo

Da equipe da AAB-B-Rio foram convocados para a seleção estadual que disputará o campeonato brasileiro, os seguintes atletas: Pedro Catão e Lucas Moura (Paulista).

A equipe Sub-15 foi convidada e participará do Talentscup, um torneio internacional realizado em São Paulo, com equipes como Juventus da Itália e outros times nacionais, São Paulo, Tuna Luso e etc...

### 4. - NATAÇÃO:

#### 4.1 - XI CAMPEONATO SULAMERICANO MÁSTER DE NATAÇÃO:



Flagrante da associada Érica Souza durante o campeonato.

Realizado em Santiago no Chile no período de 27 de novembro a 01 de dezembro, o XI Campeonato Sul-Americano Máster de Natação contou com a representante da AABB-Rio, associada Érica Souza,

que mesmo com o pé parcialmente imobilizado, mostrou muita garra e determinação, participando das provas de 50 m, 100 m e 200 m.

#### 4.2 – CAMPEONATO ESTADUAL MÁSTER DE VERÃO:

Realizado no período de 22 a 24 de novembro de 2013 em piscina de 50 metros do Botafogo de Futebol e Regatas, com a participação dos seguintes atletas representando a AAB-B-Rio: Joana Izar, Guilherme Souza, Paulo Guilherme Perisse, Rodolfo Felipe Dias, Sílvio Amaral, Sandra Santa Maria e Virgínia Pedrosa.

#### Resultados obtidos:

- **200 metros medley masculino:**  
Rodolfo Felipe Dias – Classe 45+ = campeão;  
Sílvio Amaral – Classe 40+ = terceiro colocado;
- **100 metros peito masculino:**  
Guilherme de Souza – Classe 50+ = campeão;

- **400 metros livre masculino:**  
Sílvio Amaral – Classe 40+ = terceiro colocado;
- **100 metros costas masculino:**  
Paulo Guilherme Perisse – Classe 45+ = vice-campeão;
- **100 metros costas feminino:**  
Joana Izar – Classe 25+ = campeã;
- **200 metros livre feminino:**  
Sandra Santa Maria – Classe 65+ = campeã;
- **200 metros livre masculino:**  
Rodolfo Felipe Dias – Classe 45+ = vice-campeão;
- **100 metros borboleta feminino:**  
Joana Izar – Classe 25+ = campeã;
- **200 metros costas feminino:**  
Joana Izar - Classe 25+ = campeã;  
Virgínia Pedrosa - Classe 40+ = campeã;
- **50 metros peito feminino:**  
Sandra Santa Maria - Classe 65+ = vice-campeã;
- **200 metros medley feminino:**  
Joana Izar – Classe 25+ = campeã

### 4.3 – FESTIVAL DE PRANCHINHA:



Professores da Equipe 8, pais e alunos no Festival de Pranchinha

No dia 07 de dezembro, realizou-se a última competição do ano da Escola de Natação Equipe 8, terceirizada da AABB-Rio, com crianças nadando e conquistando suas medalhas de participação com muito mérito. Ao final do evento, aconteceu um lanche de confraternização com a participação dos jovens atletas, professores e pais.

### 5 – SINUCA:

#### 5.1 - SALÃO DE SINUCA EM FESTAS:

O salão de sinuca do nosso clube passou a ser considerado, de acordo com a manifestação espontânea de especialistas da modalidade, como o melhor dos clubes do Rio de Janeiro.

Com a recente aquisição de duas novas mesas, o salão da AABB-Rio, passou a contar com:

- 05 mesas de tamanho oficial de acordo com o gabarito das caçapas e marcas da Confederação Brasileira de Bilhar e Sinuca (CBBS);
- 02 mesas de tamanho internacional para Snooker, e;
- 01 mesa de Pool, que segundo os aficionados de sinuca, é o salão da AABB-Rio, o único do Rio de Janeiro a possuir esse tipo de mesa.

Deve ser enfatizado que todas as mesas estão cobertas



Flagrante da inauguração de uma das novas mesas

com pano inglês e niveladas a laser, razões suficientes para a maior da satisfação dos associados que frequentam o salão de sinuca do clube com regularidade.

**5.2 - VICE-CAMPEÃO BRASILEIRO DA AABB-RIO:**

O associado Guilherme Paes, de apenas 13 anos de idade, é o novo vice-campeão brasileiro da categoria Sub-21, conquista obtida no campeonato brasileiro organizado pela Confederação Brasileira de Bilhar e Sinuca (CBBS), em mesão com Regra Internacional, e realizado em Teresópolis-Rio de Janeiro, no período de 13 a 17 de novembro passado.

**6 – TÊNIS:**

**6.1 – TORNEIO INTERNO DE ENCERRAMENTO DA TEMPORADA:**

No período de 23 de novembro a 08 de dezembro do corrente ano, foi realizado o tradicional Torneio Interno de Encerramento da Temporada de Tênis. Este Torneio foi disputado exclusivamente por associados do clube, a partir dos 12 anos de idade e independente do nível técnico.

As categorias disputadas foram as seguintes:

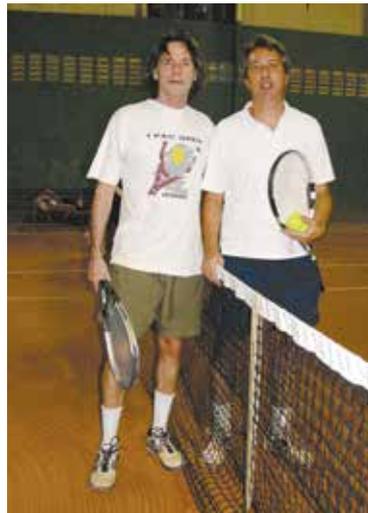
- Simple Feminina;
- Simple Masculina "A";
- Simple Masculina "B";
- Simple Masculina "C";
- Dupla Masculina "A";
- Dupla Masculina "B";
- Dupla Masculina "C".

Seguem os resultados:

**Categoria Simple "A":**

- Jogo 1 – Airton Paixão x Newton de Castro – 6/0 e 6/3 (Airton Paixão)
- Jogo 2 – Fábio Poppe x Marcus Cury - 4/6, 6/4 e 6/4 (Marcus Cury)
- Jogo 3 – Luciano Valle x Rodrigo Valdevez – W.O (Luciano Valle)
- Jogo 4 – Pedro Silva x Vinícius Missiaggia – 6/3 e 6/4 (Pedro Silva)
- Jogo 5 – José Luiz Morgado x Carlos Vianna – 5/7 e 7/5 Desist. (José Luiz Morgado)
- Jogo 6 – Augusto Cintra x Wong Kwan – 6/7 e 3/6 (Wong Kwan)
- Jogo 7 – Guilherme Carneiro x Raul Ballista – W.O (Raul Ballista)
- Jogo 8 – Pedro Valente x Guilherme Guia – 1/6 e 0/6 (Guilherme Guia)
- Jogo 9 – Airton Paixão x Marcus Cury - 6/1 e 6/3 (Airton Paixão)
- Jogo 10 – Luciano Valle x Pedro Silva – 1/6 e 3/6 (Pedro Silva)

Jogo 11 – José Luiz Morgado x Wong Kwan – 2/6, 6/2 e 4/0 Desist (José Luiz Morgado)



- Jogo 12 – Raul Ballista x Guilherme Guia – W.O (Guilherme Guia)
- Jogo 13 – Airton Paixão x Pedro Silva – 6/2 e 6/4 (Airton Paixão)
- Jogo 14 – José Luiz Morgado x Guilherme Guia – 6/3, 1/6 e 6/4 (José Luiz Morgado)
- Jogo 15 – Airton Paixão x José Luiz Morgado – 7/5 e 6/3

Airton Paixão e José Luiz Morgado, respectivamente campeão e vice-campeão de Simple "A".

**Resumo da Simple "A":**

- Campeão = Airton Paixão
- Vice-campeão = José Luiz Morgado
- 3º colocado = Pedro Silva
- 4º colocado = Guilherme Guia

**Categoria Simple "B":**

- Jogo 1 – Ricardo Rocha x Ítalo Garritano – 1/6 e 4/6 (Ítalo Garritano)
- Jogo 2 – João Duarte x Sérgio Monteiro – W.O (Sérgio Monteiro)
- Jogo 3 – André Rizek x Valya Hamza – W.O (André Rizek)
- Jogo 4 – Leonardo Lara x Bernardo Machado – 7/5, 4/6 e 6/3 (Bernardo Machado)
- Jogo 5 – Ítalo Garritano x Jayme Athayde – 7/6 e 6/6 Desist (Ítalo Garritano)



- Jogo 6 – André C. Branco x Sérgio Monteiro – 4/6 e 4/6 (Sérgio Monteiro)
- Jogo 7 – André Rizek x Ítalo Garritano – 6/1 e 6/2 (André Rizek)
- Jogo 8 – Sérgio Monteiro x Bernardo Machado – 2/6, 7/6 e 0/6 (Bernardo Machado)
- Jogo 9 – André Rizek x Bernardo Machado – 5/7 e 3/6 (Bernardo Machado)

Campeão de Simple "B", Bernardo Machado recebendo seu troféu da Sra. Maria Isabel Ribeiro.

**Resumo da Simple "B":**

- Campeão = Bernardo Machado
- Vice-campeão = André Rizek
- 3º colocado = Sérgio Monteiro
- 4º colocado = Ítalo Garritano

## Categoria Simples "C":

**Jogo 1** – Gabriel Guimarães x João Bentes – 6/3 e 3/3 Desist ( Gabriel Guimarães)

**Jogo 2** – Ricardo Holanda x Bernardo Mattos – 1/6 e 0/6 (Bernardo Mattos)

**Jogo 3** – Renato Mescolin x Armando Martins – W.O (Renato Mescolin)

**Jogo 4** – André Bustamante x Gustavo Martins – 6/0 e 6/1 (André Bustamante)

**Jogo 5** – Paulo Cohen x Michael Hayen – 2/6, 6/4 e 5/7 ( Michael Hayen)

**Jogo 6** – Eduardo Sousa x Sérgio Gerletti – 6/1 e 6/2 (Eduardo Sousa)

**Jogo 7** – Thiago Ramos x Gabriel Guimarães – 6/1 e 6/1 (Thiago Ramos)

**Jogo 8** – Eduardo Sousa x Maurício C. Branco – 6/7 e 3/6 (Maurício C. Branco)

**Jogo 9** – Bernardo Mattos x Renato Mescolin – 6/0 e 6/4 (Bernardo Mattos)

**Jogo 10** – André Bustamante x Michael Hayen – 6/3 e 6/3 (André Bustamante)



André Bustamante e Bernardo Mattos, respectivamente campeão e vice-campeão de Simples "C"

**Jogo 11** – Thiago Ramos x Bernardo Mattos – 6/3, 3/6 e 1/6 (Bernardo Mattos)

**Jogo 12** – André Bustamante x Maurício C. Branco – 6/2 e 6/4 (André Bustamante)

**Jogo 13** – Bernardo Mattos x André Bustamante – 2/6 e 5/7 (André Bustamante)

## Resumo da Simples "C":

**Campeão = André Bustamante**

**Vice-campeão = Bernardo Mattos**

**3º colocado = Maurício C. Branco**

**4º colocado = Thiago Ramos**

## Categoria Simples Feminina:

**Jogo 1** – Dalva Scheid x Anita Crucet – 6/0 e 6/0 (Dalva Scheid)

**Jogo 2** – Helena Scheid x Denise Lara – W.O (Helena Scheid)



A campeã Patrícia Motta recebendo seu troféu das mãos do presidente Reinaldo

**Jogo 3** – Cristina Siqueira x Mariah Sereina – W.O (Cristina Siqueira)

**Jogo 4** – Adriana Couto x Patrícia Motta – 0/6 e 0/6 (Patrícia Motta)

**Jogo 5** – Dalva Scheid x Helena Scheid – 6/2 e 7/5 (Dalva Scheid)

**Jogo 6** – Cristina Siqueira x Patrícia Motta – 0/6 e 0/6 (Patrícia Motta)

**Jogo 7** – Dalva Scheid x Patrícia Motta – 3/6 e 4/6 (Patrícia Motta)

## Resumo da Simples Feminina:

**Campeão = Patrícia Motta**

**Vice-campeão = Dalva Scheid**

**3º colocado = Cristina Siqueira**

**4º colocado = Helena Scheid**

## Categoria Dupla "A":

**Jogo 1** – Guilherme Carneiro/Marcus Cury x Murilo Amorim/Rodrigo Valdevez – W.O (Guilherme/Marcus)

**Jogo 2** – Carlos Vianna/Paulo Lopez x Tiago Neves/Pedro Valente – 6/3 e 6/1 (Carlos/Paulo)

**Jogo 3** – Augusto Cintra/Pedro Silva x Elimar Pereira/Vinicius Missiaggia – 6/2 e 6/4 (Augusto/Pedro)

**Jogo 4** – Airton Paixão/Guilherme Guia x Eloadir Richa/Ricardo Gélío – 6/3 e 6/3 (Airton/Guilherme)

**Jogo 5** – Durval Meirelles/Wong Kwan x Guilherme Carneiro/Marcus Cury – 6/4,3/6 e 3/2 Desist (Guilherme/Marcus)

**Jogo 6** – Carlos Vianna/Paulo Lopez x Augusto Cintra/Pedro Silva – 6/3 e 7/6 (Carlos/Paulo)

**Jogo 7** – Airton Paixão/Guilherme Guia x Guilherme Carneiro/Marcus Cury – 6/2 e 6/3 (Airton/Guilherme)

**Jogo 8** – Carlos Vianna/Paulo Lopez x Airton Paixão/Guilherme Guia – 3/6 e 5/7 (Airton/Guilherme)

## Resumo da Dupla "A":

**Campeões = Airton Paixão/Guilherme Guia**

**Vice-campeões = Carlos Vianna/Paulo Lopez**

**3º colocado = Guilherme Carneiro/Marcus Cury**

**4º colocado = Augusto Cintra/Pedro Silva**

## Categoria Dupla "B":

**Jogo 1** – Rodrigo Valdevez/Tiago Neves x Bernardo Machado/Elimar Pereira – 3/6,6/3 e 7/6 (Bernardo/Elimar)

**Jogo 2** – Cláudio Brandileone/Valya Hamza x Jayme Athayde/Cândido Machado – W.O (Jayme/Cândido)

**Jogo 3** – Pedro Valente/André Luiz Monteiro x Artur Rocha/Augusto Cintra – 6/3 e 7/6 (Artur/Augusto)

**Jogo 4** – André Bustamante/Marcelo Baraúna x Raimundo Azevedo/Sérgio Monteiro – 6/4 e 6/3 (Raimund/Sérgio)

**Jogo 5** – Bernardo Machado/Elimar Pereira x Luciano Valle/Raul Ballista – W.O (Bernardo/Elimar)

**Jogo 6** – Artur Rocha/Augusto Cintra x Raimundo Azevedo/Sérgio Monteiro – 7/5 e 6/0 (Artur/Augusto)

**Jogo 7** – Bernardo Machado/Elimar Pereira x Jayme Athayde/Cândido Machado – 5/7,6/4 e 6/2 (Bernardo/Elimara)

**Jogo 8** – Bernardo Machado/Elimar Pereira x Artur Rocha/Augusto Cintra – 6/4,4/6 e 7/6 (Bernardo/Elimar)



Da esquerda para a direita: os campeões Bernardo e Elimar e os vice-campeões Artur e Augusto

## Resumo da Dupla "B":

Campeões = Bernardo Machado/Elimar Pereira  
 Vice-campeões = Artur Rocha/Augusto Cintra  
 3º colocado = Jayme Athayde/Cândido Machado  
 4º colocado = Raimundo Azevedo/Sérgio Monteiro

## Categoria Dupla "C":

**Jogo 1** – Ricardo Holanda/Paulo Cohen x Pedro Bueno/Felipe Hoffmann – 6/0 e 6/0 (Ricardo/Paulo)  
**Jogo 2** – João Bentes/Wilson Figueiredo x Renato Méscolin/Luiz Enéas – 1/6 e 3/6 (Renato/Enéas)  
**Jogo 3** – Eduardo Sousa/Olavo Muniz x Sérgio Gerletti/Thomaz Turba – W.O (Eduardo/OLavo)  
**Jogo 4** – Gabriel Guimaraes/Leo Bittencourt x Thiago Ramos/ Maurício C.Branco – 1/6 e 1/6  
**Jogo 5** – Ricardo Holanda/Paulo Cohen x Renato Méscolin/Luiz Enéas – 1/6 e 3/6 (Renato/Luiz)  
**Jogo 6** – Eduardo Sousa/Olavo Muniz x Thiago Ramos/Maurício C. Branco – 1/6 e 3/6 (Thiago/Maurício)  
**Jogo 7** – Renato Méscolin/Luiz Enéas x Thiago Ramos/Maurício C. Branco – 2/6 e 3/6 (Thiago/Maurício)



Ivan Esteves, Vice-Presidente de Administração entregando o troféu de vice-campeão de Dupla "C", a Renato Méscolin.

## Resumo da Dupla "C":

Campeões = Thiago Ramos/Maurício C. Branco  
 Vice-campeões = Renato Méscolin/Luiz Enéas  
 3º colocado = Eduardo Sousa/Olavo Muniz  
 4º colocado = Ricardo Holanda/Paulo Cohen



Tenistas profissionais Johnny, Cleyton, Guilherme e Regnier que participaram de um Jogo-Exibição em comemoração do Torneio.

Presidente da AABB-Rio, Reinaldo Batista Ribeiro, presidente do Conselho Deliberativo da AABB-Rio, Odali Dias Cardoso, outros membros da diretoria e associados do tênis.

## 6.2 - REFORMA DAS QUADRAS:

Encerradas as reformas das quadras I e III, os associados poderão desfrutar das mesmas, com pisos de primeira qualidade e iluminação também melhorada, após as correções feitas durante o mês de dezembro.

## 7 - TORNEIOS DE ENCERRAMENTO DA TEMPORADA:

Os Torneios de Basquetebol, Futebol, Futsal e Voleibol, programados para o período de 30 de novembro a 15 de dezembro, infelizmente não foram realizados por falta de inscrições em número suficiente, de acordo com os Regulamentos dos referidos Torneios.

## 8 - VOLEIBOL: ÚLTIMA ETAPA DO 6º VOLEY CHALLENGE EVB:



Bernardinho, professores da EVB/AABB-Rio e participantes do 6º Volley Challenge EVB

A etapa foi realizada no Clube Hebraica em Laranjeiras no dia 07 de dezembro de 2013, com a presença do técnico Bernardinho, da seleção brasileira de voleibol masculino, e ainda contou com a participação de alunos da unidade da AABB-Rio.

## 9 – XV CAMPEONATO SUL- AMERICANO DE KICKBOXING:

Foi realizado nas instalações do nosso clube, no período de 13 a 15 de dezembro de 2013, o XV Campeonato Sul-americano de Kickboxing, do qual, participaram os melhores lutadores da modalidade dos países sul-americanos. O evento foi caracterizado pelos especialistas como de alto nível técnico e a participação do grande público que afluíu para o ginásio da AABB-Rio se constituiu em um exemplo de disciplina e entusiasmo.

## 10 – PROGRAMAÇÃO PERMANENTE DO DETEC:

A Programação Permanente do DETEC poderá ser conferida no site do clube, no endereço: [www.aabb-rio.com.br](http://www.aabb-rio.com.br)

**Entregamos em Domicílio**



**Barra:**  
 Av. Embalxador Abelardo Bueno, 199 / Lj. 107  
 Tel: (21) 2569-4754 / 2421-5955 / 2421-5531  
 Av. Ayrton Senna, 1850 / Lj. S  
 Tel: (21) 3150-3930 / 3150-3924

**Botafogo:**  
 Rua Voluntários da Pátria, 126  
 Tel: (21) 2286-2485 / 2527-3955

**Centro:**  
 Rua do Ouvidor, 130 - 1º Sobreloja, 213 e 214  
 Tel: (21) 2508-8993 / 2507-0282 / 2688-7620

**Humaitá:**  
 Rua General Dionísio, 7 Lj. B  
 Tel: (21) 2286-5537 / 2535-2223 / 2537-0848

**Produtos Médicos vendas e aluguel**

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

# SEXUALIDADE SEM DATA DE VALIDADE!

Atividade sexual pode estar presente na terceira idade

Uma associação feita, ao se falar em sexo, é a ideia de prazer e melhoria da qualidade de vida. Afinal, vida sexual ativa é ponto importante para a satisfação pessoal e o bem-estar. Mas por que essa alegria é deixada para trás por muitos quando se chega à terceira idade? O principal motivo apontado é o fator psicológico, pois tanto os jovens quanto os idosos têm preconceito em relação ao sexo na idade madura. No entanto, especialistas chamam a atenção para o fato de que a sexualidade deve ser entendida de maneira ampla e não reduzida ao ato sexual apenas. E vão além: recomendam a busca de prazer, que pode até mesmo significar apenas uma troca de carinhos, para a manutenção de uma vida saudável e feliz na terceira idade.

Muitos casais estão seguindo esta receita. Numa pesquisa de 2009 do Data-Folha, 47% dos ouvidos de mais de 60 anos, dizem ter vida sexual ativa, com 88% não usando remédios, mas com menor desempenho. Pesquisa australiana com 2.783 homens de 75 a 95 anos, constatou que 56,5% estão satisfeitos com a vida sexual; 43,5% deles afirmaram fazer menos sexo do que gostariam. Mas e os idosos mesmo com saúde que interrompem a vida sexual? Há meios de renovar o desejo e vencer inibições da idade que é imposta ao casal? Para vencer os preconceitos, é preciso aceitar a entrada na terceira idade com suas limitações:

- Toda busca por prazer é sexualidade. Em cada etapa da vida temos limitações. Na terceira idade é preciso buscar outras formas de satisfação. E isto é individual. Mas existem casos em que é preciso procurar ajuda:

- A inibição pode ser pesquisada por psicólogos especializados em idosos. Vencido o preconceito inicial com as limitações individuais, a busca pelo prazer

acontece. Quando o casal entender que a frequência diminuiu em relação à juventude, deduz que a ansiedade da época deu lugar à paciência com novas maneiras de carinho.

A sexualidade não desaparece nunca; o sexo não é só penetração. O toque físico tem grande valor, principalmente em indivíduos com deficiências visuais ou auditivas. O casal deve explorar todos os recursos:

- Enquanto existir afeto, haverá uma sexualidade latente, ainda que em um abraço apertado em um sofá ao som de música romântica.

## Doenças comuns na terceira idade e o sexo

Com a idade, pessoas com algumas doenças, acreditam que o sexo não é mais parte de suas vidas. Esse mito, porém, é derrubado pelo médico que afirma que após recuperação de um infarto do miocárdio, o ato é, inclusive, um exercício favorável:

- Alivia as tensões, aumenta o bem estar e a autoestima. As limitações de artrose ou ortopédicas melhoram com posições confortáveis e almofadas na cama.

O geriatra afirma que existem doenças e medicamentos que afetam a ereção. No homem a aterosclerose e a hipertensão podem interferir, bem como o hipogonadismo, que é provocado pela diminuição da produção de hormônios, passível de afetar a libido e a ereção. Já na mulher, a menopausa, que geralmente ocorre após os 50 anos, pode acarretar o ressecamento vaginal, entre outras alterações.

Mas nada disso impede a atividade sexual, havendo interesse mútuo. Pessoas que foram mais ativas sexualmente tendem a continuar assim; as desinteressadas usam a idade como desculpa. Aqueles que precisam de ajuda na hora "H", não devem usar as drogas de estímulo à ereção e lubrificantes vaginais sem prescrição médica.

## É possível superar as barreiras do prazer

Seu geriatra tira dúvidas e frustrações. Os entraves de ordem física podem ser resolvidos com tratamento. A redução da lubrificação feminina é modificada com reposição hormonal e de prescrição

de géis e lubrificantes. Haverá aumento da libido e da sensibilidade da região genital. Consultem sempre o médico para maior segurança.

Já as dificuldades de ereção podem ser resolvidas com os vasodilatadores. Tudo pode ser feito com o aval de um profissional médico e a análise de contra-indicações.

## Principais mudanças do corpo na terceira idade

### Nas mulheres:

- Os lábios vaginais e o tecido que cobre o osso do púbis perdem um pouco da firmeza;
- As paredes da vagina ficam menos elásticas;
- Há uma diminuição na lubrificação normal (que independe de estímulo) da vagina;
- O clitóris pode ficar mais sensível, às vezes em excesso;
- Contrações uterinas durante o orgasmo podem causar dor.

### Nos homens:

- Há um atraso na ereção, é preciso um maior estímulo;
- O período entre a ereção e a ejaculação é prolongado;
- O orgasmo é mais curto;
- O pênis perde rapidamente a firmeza após a ejaculação;
- O tempo de descanso entre uma ereção e outra pode chegar até a uma semana, em homens muito idosos.

Sinopse da Revista Sua Saúde-Rede D'Or - Ano 6-nº 16.

(\*) Membro Titular do Conselho Deliberativo da AABB-Rio e Titular do Conselho de Usuários da CASSI-Rio.

**ATENÇÃO: CASSI informa: DEPENDÊNCIA QUÍMICA E URGÊNCIA PSIQUIÁTRICA: Convênio assinado Serviço Psiquiatria HOSPITAL SÃO FRANCISCO DE ASSIS.**

Rua Conde de Bonfim, 1.033 -Telefone: (21)- 2571-6242 - Tijuca - Rio - RJ.

**BASQUETEBOL**

Centro de Treinamento K-Esportes  
**3ª e 5ª feira** – 18:30 às 19:30h.

**Informações:**

Kepler: 97820-5517 / Ana Lúcia: 99944-3193.

**BALLET E DANÇA**

Instituto de Dança Kineret

**Dança Israelí** – 3ª a sábado; **Ballet Clássico** – 2ª a 5ª; **Jazz** – 2ª a 5ª; **Sapateado** – 2ª, 4ª e 6ª; **Hip Hop** – 2ª e 4ª;

**Informações:** 98796-8788(Daniel) –

97964-8660 (Diana) - www.kineret.com.br

**CANTO CORAL - Curso gratuito**

AABB-Rio **3ª feiras** - 19:30 às 21:00h

**Informação:** Antonio Fontinha – 2541-7813

José Carlos Brandão – 98857-0157

Luiz Carlos – 99404-4248

Roberto Sá – 99128-3585

**DANÇA DE SALÃO - Adolescentes e Adultos**

ESPAÇO DE DANÇA CRISTIANO SALGADO-ME  
**3ª e 5ª feiras** - 17:00 às 21:00h.

**Informação:** Tel. (21) 2214-5233 / 3126-7070 / 3149-5950 / 99869-6161 (Cristiano)

**FUTEBOL DE SALÃO – FUTSAL**

Centro de Treinamento K-Esportes

**3ª e 5ª feira**

14 às 15h. (A partir de 10 anos)

17:30 às 18:30 (De 04 a 07 anos)

18:30 às 19:30 (De 06 a 09 anos)

**4ª e 6ª feira**

14 às 15h. (A partir de 10 anos - Feminino)

17:30 às 18:30 (A partir de 10 anos - Feminino)

18:30 às 19:30 (De 10 a 15 anos)

**Informações:** Kepler – 97820-5517

Ana Lúcia – 99944-3193.

**GINÁSTICA & ALONGAMENTO (GIL) - Adolescentes & Adultos**

AABB-RIO - Prof. Manoel Mário Sant'Anna.

**2ª a 6ª feiras** - 08:00 às 09:00h - ginástica

**2ª a 6ª feiras** - 09:00 às 09:30h - alongamento

**4ª e 6ª feiras** - 17:00 às 18:00h - ginástica

**3ª e 5ª feiras** - 17:00 às 18:00h - alongamento

**3ª e 5ª feiras** - 18:00 às 19:00h - ginástica

**Informação:** Secretaria. Tel. 2274-4722 (Ramal 5)

**GINASTICA ENERGÉTICA (GAE) - Adolescentes & Adultos**

Ana Lúcia Corporis Terapias Naturais Ltda.

M.E. (CORPORIS ME)

**3ª a 6ª feira** - 07:30 às 08:10h / 08:20 às

09:00h / 09:00 às 09:40h.

**Informações:** Ana Lúcia - Tel.: 99974-5906 /

2285-76S2 / 2274-4722 (Ramal 442).

**HIDROGINÁSTICA**

FFS Eventos Esportivos Ltda.

**3ª a 6ª feira** - 07:00 às 07:50h. / 11:30 às 12:20h.

**Inf.:** Lincon Duarte.Tel.:97846-8091 - www.

ffs.com.br

**JIU-JITSU (JIU) - MASCULINO E FEMININO**

Black Belt Sport Center Ltda. (BLACK BELT)

Jiu-Jitsu - **2ª a 6ª** - 10:30 às 12:00h.

Jiu-Jitsu - **3ª a 6ª** - 17:00 às 18:00h.

Jiu-Jitsu Infantil - **4ª e 6ª** - 18:30 às 19:30

**Informações:** Murilo e Rubens - Tel.: 99152-

0935 / 2274-4722 (Ramal 436).

**ACADEMIA PROQUALITY**

**2ª à 5ª feira:** 06:00 h. às 23:00 h.

**6ª feira:** 06:00 h. às 22:00 h.

**Sábado:** 09:00h. às 17:00 h.

**Domingo e Feriado:** 09:00 h. às 15:00 h.

**Maiores Informações:** 2540-0977 e 2274-4722

R. 444

**NATAÇÃO - crianças, adolescentes e adultos**

Crianças, Adolescentes e Adultos.

Equipe 8 Eventos Esportivos Ltda.

**3ª a 6ª feira - 01 a 03 anos**

07:30 às 08:00h e 10:00 às 10:30h.

**03 a 08 anos**

08:30 às 09:00h. (Touca Vermelha)

09:00 às 09:30h. (Touca Vermelha, Amarela e

Estágio I)

09:30 às 10:00h. (Touca Amarela e Estágio I)

15:00 às 15:30h. (Touca Vermelha)

16:00 às 16:30h. (Touca Amarela)

16:30 às 17:00h. (Touca Vermelha e Amarela)

**06 a 11 anos**

08:00 às 08:40h. (Estágio II)

15:00 às 15:40h. (EstágioII)

15:40 às 16:20h. (Estágio II e IV)

**Até 14 anos**

09:20h, 14h, 17h.e18h

(Aperfeiçoamento)

**Adultos**

06h, 07h, 08h e 11h. (Aperfeiçoamento)

07:45 às 08:30h. (Aprendizado)

10h, 14h, 17h, 18h, 19h.e20h. (Aperf./Aprend.)

**Informações:** 2274-4722 (Ramal 416)

97703-5773 (Leda) / 99764-3317 (Waldir).

**RECREANDO - crianças de 2 a 4 anos**

Bei Artes e Sonhos Esp. e Recreação.

Brinadeiras e Trabalhos Manuais para

Crianças de 02 a 04 anos.

**2ª a 6ª feira**

08:00 às 12:00h. / 12:45 às 16:45h.

**Informações:** 2274-4722 (Ramal 401)

3405-5155/98807-0271 (Isabel).

**SQUASH**

M&R Fitness Eventos Esportivos e Prescrição de Exercícios Ltda.

**3ª a 6ª feira** – 07 às 10h. e 18 às 22h.

**Informação:** Sérgio Zaccaro – 99822-4496.

**TAEKWONDO**

TKD & Cia Artes Marciais Ltda ME. (TKD&CIA ME).

**2ª feira**

11h. Treinamento da Equipe de Competição.

**3ª e 5ª feira**

17:30h. (A partir de 14 anos - Juvenil e Adulto).

18:30h. (Até 13 anos).

19:30h. (A partir de 14 anos - Juvenil e Adulto).

20:30h. Treinamento da Equipe de Competição.

**4ª e 6ª feira**

18h. Treinamento da Equipe de Competição.

19:30h. (A partir de 14 anos - Juvenil e Adulto).

20:30h. Treinamento da Equipe de Competição.

**Sábado**

09h. Aula para graduados (a partir da faixa

Vermelha)

11h. Treinamento da Equipe de Demonstração.  
 13h. Treinamento da Equipe de Competição.

**TÊNIS**

M&R Fitness Eventos Esportivos e Prescrição

de Exercício Ltda. Aulas individuais e coletivas

**Informações:** Guilherme Prata – 98899-6775

Rogério – 99782-9257

Regnier – 97921-5432

Fiuza – 98888-3026

**VOLEIBOL**

ESCOLA DE VOLEI BERNARDINHO.

**3ª a 6ª feira**

08:00 h. às 10:00 h.

15:00 h. às 18:00 h.

18:00 h. às 21:00 h.

**Maiores informações:** 2249-9824 - Luciene.

**XADREZ**

NEXAPA

Marcação de Horário Direto com o Professor

**Informações:** Departamento de Esportes:

2274-4722 ramal 436 / Rafael: 98296-1981.

**YOGA**

Shiva Empresa de Terapia de Yoga e Fonoaudiologia Ltda. (SHIVA LTDA.)

**3ª e 5ª feira:**

07:30 às 08:45h. (misto)

09:00 às 10:15h. (feminino)

16:15 às 17:30h. (misto)

18:10 às 19:25h. (misto)

**Informações:** Alice – 2294-5049.

**“CALL CENTER” – Tel.: (0XX.21) 2274-4722**

**SECRETARIA SOCIAL/TESOURARIA** - Ramal 5

2ª feira não funcionamos.

**Horário de Funcionamento:**

3ª a 6ª feira - 09h às 21h. / Tesouraria fecha às 20:30h.

Sábados/Domingos e Feriados: 09 às 17:30h. / Tesouraria fecha às 17:00h.

**BIBLIOTECA** - Ramal 434

2ª feira não funcionamos.

**Horário de Funcionamento:**

3ª a 6ª feira – 09:00h às 19:45h.

Sábados/Domingos e Feriados: 10:00h às 17:45h

**Obs:** Nos dias úteis, após as 21h e nos finais de semana e feriados, após 17:30, qualquer chamada telefônica via “Call Center” só poderá ser atendida no Ramal 6. - O serviço de alto-falantes para chamada de Associados, segue o mesmo critério acima.

**PORTARIA SOCIAL** - Ramal 6

**PORTARIA DE SERVIÇOS** - Ramal 7

**DIRETORIA** - Ramal 8

**BIBLIOTECA** - Ramal 434

**DEPARTAMENTO MÉDICO** - Ramal 406

**DEPARTAMENTO DE ESPORTES** - Ramal 431/436

**PORTARIA DA PISCINA** - Ramal 445

**SALÃO DE BARBEIRO** - Ramal 435

**SALÃO DE BELEZA** - Ramal 421

**SAUNA FEMININA** - Ramal 428

**SAUNA MASCULINA** - Ramal 417

**SINUCA** - Ramal 405

**Obs:** Sabendo o ramal disque pausadamente o número sem ser preciso ouvir às instruções.

E-mail: [aabb-rio@aabb-rio.com.br](mailto:aabb-rio@aabb-rio.com.br)

Home-Page: [www.aabb-rio.com.br](http://www.aabb-rio.com.br)



Clínica Geral com área de atuação em:

- Implantes
- Odontopediatria
- Ortodontia
- Periodontia
- Clareamento dental
- Endodontia
- Estética dental
- Prótese dental

#### Implante Dentário:

O implante é o único artifício que impede a perda óssea no local onde o dente foi perdido;  
Evita constrangimentos pelo deslocamento e incômodo das próteses removíveis;  
Evita remoção para higienização;  
Não machuca os tecidos bucais;  
Não há rejeição, pois o implante é feito em titânio;  
Não há limite de idade para o procedimento, desde que haja uma avaliação médica favorável



#### Tijuca

Rua Conde de Bonfim, 352 / Sl. 302  
(todas as especialidades)

#### Depoimento:

*"Na Renove Dente, perfeição e beleza são presentes"*

Maria da Piedade Souza dos Reis  
e Ney Pereira dos Reis

#### Convênios:

Banco do Brasil - Petrobras  
Caberj - ANABB e Interlife  
(implante)



renovedente@renovedente.com.br  
www.renovedente.com.br

#### Direção:

Dra. Rêni Aparecida da Silveira Kerscher  
**Especialista em Implantes**  
CRO: RJ 9806

A Dra Rêni Kerscher (CRO-RJ 9806) e  
Dra Daniela Plaza (CRO-RJ 28716)  
atendem também na **Barra e Ipanema**  
nas especialidades de **implantodontia e ortodontia**.

**Tels: 3092-9393 / 2234-6809 / 2234-0659 / NEXTEL: 7700-9475 ID \*180060**

Facebook: <http://www.facebook.com/Renovedente>

**Desconto de 5% para associados da AABB-Rio**



# CINFAABB 2014



**Salvador - BA  
de 05 a 12 de abril**

Entrada de R\$ **265,00** + 9 X de R\$ **118,00\***  
(dbl)

\* Taxa de embarque não incluída

## Pacote Inclui:

- \* Tkt aéreo Rio / Salvador / Rio, voando Tam;
- \* 7 noites de hospedagem com café da manhã
- \* Traslados de chegada e saída;
- \* Seguro de Assistência Tourist Card;
- \* Bolsa de Viagem.

**Consulte-nos sobre Salvador + Morro de São Paulo**



R. Cel. Moreira César, 229 loja 216  
Icaraí - Niterói - RJ

**Tel.: (21) 3674-3008**

icarai@clubeturismo.com.br



\* Vagas limitadas - preço válido até 31/01/2014 ou até o encerramento dos lugares disponíveis