

# minas

## EXEMPLO PARA O BRASIL

Formado por três Unidades, além de ter o controle do Náutico, o Minas é referência nacional de gestão de sucesso e de desempenho vitorioso no esporte, na cultura, na educação e no lazer

Páginas 7 a 11



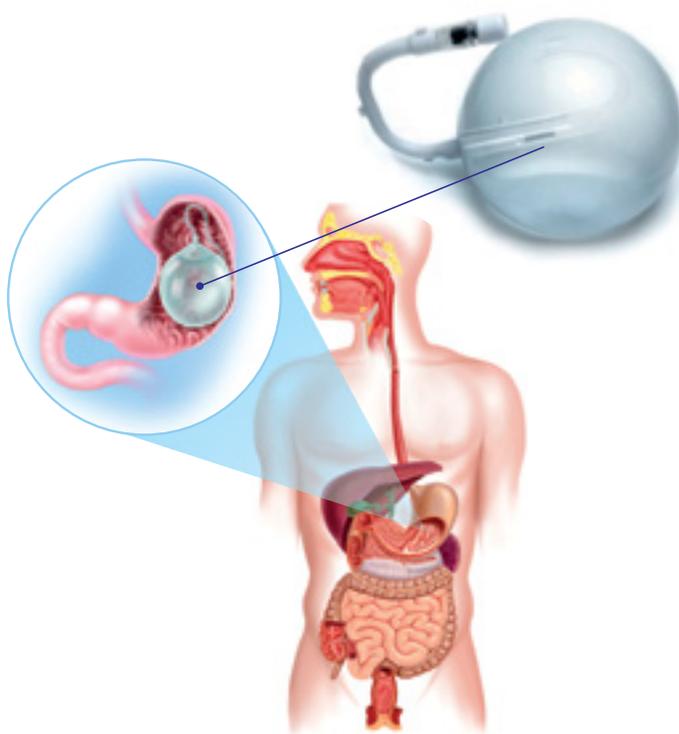
# Balão Intragástrico

O BALÃO INTRAGÁSTRICO É UMA ALTERNATIVA NÃO CIRÚRGICA PARA AJUDAR NO TRATAMENTO PARA A PERDA DE PESO.

O balão intragástrico é um balão de silicone que é colocado no estômago por endoscopia com a finalidade de causar a sensação de saciedade.

É um procedimento feito sem cortes e sem internação. O balão ocupa o lugar da comida, com isso o paciente ingere menor quantidade de alimentos e emagrece. A média de perda de peso em estudos é de 15% a 25% do seu peso corporal.

É um produto de uso temporário que tem por finalidade a reeducação alimentar, para isso é necessário acompanhamento multidisciplinar para que após a retirada do balão o peso perdido seja mantido.



## Conheça também a Endosutura Gástrica

A Endosutura Gástrica é um novo procedimento que auxilia na perda de peso. Também conhecida como Gastroplastia Endoscópica, o procedimento é totalmente realizado por endoscopia reduzindo a capacidade gástrica e a fome.

# Emagrecimento e Saúde



## BENEFÍCIOS

- Sem necessidade de internação;
- Sem afastar-se de suas atividades normais do dia-a-dia;
- Com bons resultados para a perda de peso mais rápida;
- Sem restrição para atividades físicas;



## INFORMAÇÕES

Conte com atendimento especializado em vários endereços na Grande BH. Pergunte ao médico tudo que você quer saber sobre o tratamento.



## TEMPO DE TRATAMENTO

O Balão intragástrico foi projetado para permanecer entre 6 meses a 1 ano no interior do estômago, também podendo ser usado como adjuvante na perda de peso após um regime severo no momento em que o paciente para de perder peso.



## EQUIPE QUALIFICADA

Unimos tecnologia, conforto e a melhor qualificação profissional dentro de um ambiente humanizado. Temos uma equipe experiente e comprometida com o tratamento e bem estar do paciente em todo o período de tratamento.

# Dr. Mauro Jácome

CRM: 28114 | RQE: 233100 | RQE: 23311 | RQE: 23312

É especialista em Endoscopia digestiva, e Cirurgia Geral. **Tem se dedicado a Endoscopia Bariátrica - que trata da obesidade por Endoscopia**

Médico formado pela UFMG há 25 anos, vêm se dedicando ao tratamento da obesidade com balão intragástrico desde 2007.



31.3384.3771  31.98957.4000

 [drmaurojacome](#)

 [dr.maurojacome](#)

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

### UNIDADE SAVASSI

Rua Fernandes Tourinho, 164 - 4º Andar  
Savassi - BH - MG

### UNIDADE BARREIRO

Rua Joaquim de Figueiredo, 157  
Barreiro - BH - MG



Mensagem do presidente . 5	27 . Cultura
Institucional . 12	32 . Cabeça de Prata
Minas Tênis Solidário . 16	35 . Lazer
Entrevista . 22	40 . Parcerias
Serviços . 26	58 . Memória



- 15 PRA COMER**  
Lanchonetes da Academia e das quadras de peteca no Centro de lazer têm novo concessionário
- 18 PROMOÇÃO DA SAÚDE**  
Especialista enfatiza a importância de se ter hábitos saudáveis para viver melhor agora e no futuro
- 22 QUALIDADE DE VIDA**  
O minastenista Emerson de Almeida conta como deixou a carreira de executivo e se tornou vinicultor
- 26 CULTURA**  
Agenda de abril do Centro Cultural Unimed-BH Minas tem concerto, teatro, música e dança
- 34 ENTRETENIMENTO**  
A família pode se divertir unida nas atividades de entretenimento
- 38 CURSOS**  
Minas oferece curso de tênis para sócios de 17 a 75 anos, com turmas no horário do almoço
- 41 ESPORTES**  
Na reta final dos campeonatos nacionais, equipes minastenistas contam com a torcida na Arena UniBH

**ESPORTES**

41 - Vôlei Masculino	49 - Futsal
42 - Vôlei Feminino	50 - Ginásticas
43 - Vôlei base	52 - Tênis
44 - Basquete	55 - Natação
46 - Judô	56 - Lei de Incentivo



revista do  
**minas**

**PATRONO**

José Mendes Júnior

**DIRETORIA**

**PRESIDENTE**

Ricardo Vieira Santiago

**VICE-PRESIDENTE**

Carlos Henrique Martins Teixeira

**DIRETOR-SECRETÁRIO**

Paulo Fernando Cintra de Almeida

**DIRETOR-FINANCEIRO**

Wagner Furtado Veloso

**DIRETORES-GERAIS**

André Rubião Resende  
Bruno Resende Rabello  
Carlos Antonio da Rocha Azevedo  
Carlos Ferreira Mascarenhas  
Fernando Mauro Zefferino  
Frederico Luiz Mascarenhas  
Gustavo Alves Zech Coelho  
José Cláudio Nogueira Vieira  
Sergio Botrel Coutinho

**DIRETORES-ADJUNTOS**

Alexandre Azevedo Cunha  
André Rocha Baeta  
Antônio Celso Azevedo Oliveira  
Delson de Miranda Tolentino  
Elói Lacerda de Oliveira Neto  
Euler Barbosa Carvalho  
Flávia do Valle Oliveira André  
Gil Marcos de Araújo Silva  
Helio Valente Lipiani  
Keyla Pitanga Monadjemi  
Marques Batista de Abreu  
Mauro Becker Martins Vieira  
Roland Menezes Raad  
Sérgio Olinto Duarte Braga  
Thiago de Azevedo Camargo

**CONSELHO DELIBERATIVO**

**PRESIDENTE DE HONRA**

Enéas Nóbrega de Assis Fonseca  
(in memoriam)

**PRESIDENTE DA MESA DIRETORA**

Kouros Monadjemi

**VICE-PRESIDENTE**

Murilo Eustáquio Santos Figueiredo

**1º SECRETÁRIO**

João Lúcio Almeida de Mello

**2º SECRETÁRIO**

Nelson Baisi Cerqueira

**SUPERINTENDENTE EXECUTIVO**

Yuri Costa Dolabella



CAPA  
Foto: +Leal Comunicação

**EDIÇÃO**



+Leal Comunicação  
Cláudia Leal Viana  
Reg. Prof. 3322/MG  
(31) 99952-0345  
claudialealcomunicacao@gmail.com

**FOTOGRAFIA**

Orlando Bento e Ignácio Costa

**IMPRESSÃO**

EGL Editores

**DISTRIBUIÇÃO**

Via Superlog

**PERIODICIDADE**

Mensal

**TIRAGEM**

25.300 exemplares

**MINAS TÊNIS CLUBE**

Rua da Bahia, 2.244 – 11º andar – Lourdes  
30160.012 – Belo Horizonte – MG  
imprensa@minasc.com.br

**OUVIDORIA**

Rua da Bahia, 2.244 – 11º andar  
ouvidoria@minasc.com.br  
CNPJ do Minas Tênis Clube  
17.217.951 / 0001 - 10



**CENTRAIS DE ATENDIMENTO**

**MINAS I:** 3516.1000  
centraldeatendimento1@minasc.com.br

**MINAS II:** 3516.2000  
centraldeatendimento2@minasc.com.br

**MINAS COUNTRY:** 3517.3050  
centraldeatendimentocountry@minasc.com.br

**MINAS NÁUTICO:** 3517.3000  
centraldeatendimentonautico@minasc.com.br

**PUBLICIDADE**

DT Mineiro Comunicações  
(31) 99870.6425 / (31) 3296.2195

A Revista do Minas está disponível também no site [minastenisclube.com.br](http://minastenisclube.com.br)

**TELEFONES ÚTEIS**

**MINAS I**

Central de Atendimento .....	3516.1000
Gerência de Unidade .....	3516.1101
Academia do Minas .....	3516.1049
Aluguel de Salão de Festas .....	3516.1332
Assessoria de Relações Institucionais .....	3516.2161
Axial .....	3370.4770
Barbearia .....	3516.1159
Departamento de Fisioterapia .....	3516.1170
Drogaria Araujo .....	3270.5622
Enfermaria .....	3516.1111
Estacionamento .....	3516.1156
Gerência de Educação .....	3516.2042
Gerência de Negócios e Marketing .....	3516.1330
Gerência de Cultura .....	3516.1027
Gerência de Recreação e Lazer .....	3516.2060
Lanchonete Central .....	3516.1323
Loja Minas Store .....	3221.8190
Minas Tênis Solidário .....	3516.2090
Optical Express .....	3653.5900
Ouvidoria .....	3516.1370
Perdidos e Achados .....	3516.1155
Portaria rua Espírito Santo .....	3516.1140
Portaria rua da Bahia .....	3516.1141
Portaria rua Antônio de Albuquerque .....	3516.1143
Portaria da Sala de Jogos .....	3516.1142
Restaurante .....	3516.1310
Sinuca .....	3516.1108
Sauna Feminina .....	3516.1353
Sauna Masculina .....	3516.1307
Setor de Tênis .....	3516.1149
Track&Field .....	2551.7407

**MINAS II**

Central de Atendimento .....	3516.2000
Gerência de Unidade .....	3516.2101
Academia do Minas .....	3516.2052
Enfermaria .....	3516.2121
Estacionamento - Piso 1 .....	3516.2145
Lanchonete Central .....	3516.2070
Loja Minas Store .....	3327.2385
Perdidos e Achados .....	3516.2147
Portaria rua Ivaí .....	3516.2140
Portaria Mangabeiras .....	3516.2141
Portaria Sede Social .....	3516.2142
Restaurante .....	3516.2066
Sinuca/Sala de Jogos .....	3516.2080
Sauna Feminina .....	3516.2075
Sauna Masculina .....	3516.2077
Setor de Tênis .....	3516.2149

**MINAS COUNTRY**

Central de Atendimento .....	3517.3050
Enfermaria .....	3517.3090

**MINAS NÁUTICO**

Central de Atendimento .....	3517.3000
Enfermaria .....	3517.3030

# Gestão de sucesso

Atuação vitoriosa em seus quatro pilares mantém o Minas como referência nacional

Diante dos impactos do segundo ano da pandemia do novo coronavírus, a gestão eficiente e responsável foi determinante para manter a posição de destaque do Minas no segmento clubístico. Além dos inúmeros títulos conquistados nos ginásios e piscinas do Brasil e do mundo, foram muitas as vitórias em todas as áreas de atuação do Clube, como a inauguração da biblioteca e dos cinemas do Centro Cultural; a entrega das quadras de beach tennis e de areia dos Minas II e Country; a reforma completa da sede social do Country; a ampliação dos cursos dos cursos e muito mais.

“Estamos empenhados, diariamente, em superar as expectativas dos sócios, oferecendo a melhor infraestrutura, serviços de qualidade e atendimento de excelência nos quatro pilares que respaldam o Minas, que são esporte, cultura, educação e lazer”, afirma o presidente Ricardo Vieira Santiago.



Assegurar a satisfação dos associados é objetivo constante da diretoria do Minas

O reconhecimento do empenho da diretoria em atender as demandas dos sócios e as necessidades de evolução do Clube, mantendo a solidez financeira da instituição, veio na forma de quatro troféus. Em novembro de 2021, o Minas foi destaque no Congresso Brasileiro de Clubes, conquistando o Prêmio Fenaclubes - Categoria Clube Esportivo, o Prêmio Clube Formador - Ciclo 2017/2020, o Prêmio Top 100 Ouro e o Troféu Inspiração. Este último valoriza a atuação

do Programa Minas Tênis Solidário, que, por meio de suas ações e campanhas, atende a creches, escolas, hospitais e casas de idosos e contribui para a melhoria da qualidade de vida de comunidades e pessoas em situação de vulnerabilidade social.

O Minas também foi homenageado com o Prêmio Minas Desempenho Empresarial – Maiores e Melhores Empresas 2020/2021, na categoria Esporte e Lazer. A escolha das empresas/instituições premiadas com o “Oscar da economia mineira”, que está em sua 23ª edição, é feita pela revista Mercado Comum, com base em critérios técnicos.

## Inovação

A internet foi uma importante aliada no fortalecimento do elo do Clube com os sócios, durante a pandemia do novo coronavírus. O Clube investiu na produção de conteúdo para seus 22 canais digitais, fechando 2021 com 478 mil fãs, 23% a mais que em 2020. O canal do Minas no YouTube teve 1,3 milhão de visualizações, com 46.993 inscritos até o dia 31 de dezembro último, representando crescimento de 58% em comparação com 2020. O novo site do Minas, que completou um ano de lançamento em outubro de 2021, registrou 420.482 acessos e 818.976 visualizações de páginas.

Um novo canal de comunicação com os associados foi lançado em 2021, o Minas Zap, agilizando o atendimento de manifestações da família minastenista por meio da plataforma WhatsApp.



O vice-presidente Carlos Henrique Martins Teixeira recebe o Prêmio Top 100 Ouro, concedido aos melhores clubes do Brasil



## Negócios e marketing

Confirmando a credibilidade da marca Minas, em 2021 mais de 30 empresas investiram em patrocínio e apoio às equipes esportivas e são parceiras em eventos culturais, de lazer e de educação. Outra fonte de recursos são os projetos aprovados nas Leis Federal e Estadual de Incentivo ao Esporte e à Cultura, que receberam aporte de 36 empresas em 2021.

## Infraestrutura

Em 2021, foram realizadas obras e reformas relevantes, além de manutenções preventivas e corretivas, a fim de garantir o pleno funcionamento das três Unidades e a melhor infraestrutura de lazer, esporte, cultura e educação para a família minastenista. Dentre as inúmeras melhorias promovidas para modernizar e preservar o patrimônio dos sócios, destacam-se:

### Minas I

- Aquisição e instalação de cadeira de acesso de pessoas com deficiência e mobilidade reduzida à piscina irregular e de cadeira de banho articulada no vestiário, ampliando a acessibilidade universal no Clube.



O sócio Marcelo Antonio dos Santos Ferreira utiliza a cadeira de acesso à piscina

- Troca dos bocais de retorno das piscinas de caminhada e irregular.
- Instalação de piso emborrachado na fonte (baleia) da área das piscinas infantis.

### Minas II

- Construção de duas quadras de beach tennis e de mais uma quadra de minibasquete.
- Implantação de novo projeto paisagístico na Unidade.



A família minastenista pediu e duas quadras de beach tennis foram construídas na Unidade II

- Reforma dos chuveirões da praça de esportes.
- Troca dos pisos das escadas da praça de esportes.

### Minas Country

- Reforma da sede social, incluindo varanda, salão do restaurante, 1º subsolo e sanitários acessíveis ao lado do refeitório.
- Construção de duas quadras de areia e duchas.
- Reforma completa do ginásio, incluindo a construção de banheiros e acesso interno à quadra na cobertura.

## Automação

Seguindo o conceito de clube inteligente, avança o projeto de automação das três Unidades e no Náutico, com a implantação e a integração do Centro de Controle de Operações (CCO), que viabiliza a economia de insumos e, conseqüentemente, de recursos financeiros. Como resultado do sistema implementado no CCO estão a identificação de vazamentos e perdas de água e de energia elétrica, a correção de potência, a programação do fator de potência, programações avançadas de máquinas e equipamentos, dos sistemas de ar-condicionado, de exaustão e dos elevadores e a automação das Estações de Tratamento de Água dos Minas II e Country.

## Cultura

Grandes realizações marcaram a área cultural do Minas em 2021. Graças ao patrocínio da Unimed-BH, foi construída a biblioteca, aberta ao público em dezembro, com acervo de 6 mil títulos, e implementado o novo espaço expositivo, inaugurado com a mostra "Imagens Descobertas", também patrocinada pela Unimed-BH.





O Minas homenageou seus técnicos e atletas que participaram dos Jogos Olímpicos de Tóquio

## Esporte

Referência na formação e no desenvolvimento de atletas e um dos maiores vencedores das principais competições nacionais, o Minas brilhou na temporada 2021. Além de conquistar inúmeros títulos nas nove modalidades que mantém, o Clube teve 11 atle-

tas e dois treinadores na delegação brasileira que foi aos Jogos Olímpicos de Tóquio. No total, o Minas teve 53 convocações para seleções brasileiras da base e 52 para seleções da ponta. Confira, a seguir, os principais destaques da galeria de troféus do Clube, em 2021.



**Basquete:** 3º lugar no NBB e no Campeonato da Liga das Américas; campeão da Copa sul-americana sub-16, vice-campeão sub-17 e 3º lugar sub-19.



**Futsal:** campeão da Taça Brasil das categorias sub-17, sub-20 e adulta (válida pela temporada 2020, mas disputada em 2021).



**Ginástica artística:** campeão brasileiro por equipes; oito medalhas de ouro, duas de prata e três de bronze, conquistadas em quatro competições internacionais.



**Ginástica de trampolim:** 20 medalhas conquistadas (11 de ouro, seis de prata e três de bronze) em cinco competições internacionais e duas competições nacionais.



**Judô:** 1º lugar no ranking nacional feminino, 3º lugar no masculino e 2º lugar geral, além de seis atletas classificados para representar o Brasil nas competições internacionais de 2022.



**Natação:** campeão brasileiro absoluto e juvenil de inverno; vice-campeão brasileiro júnior de inverno e de verão, vice-campeão juvenil de verão e vice-campeão do Festival CBDA Sudeste Mirim/Petiz de Natação. Em duas competições sul-americanas, 36 medalhas conquistadas (23 de ouro, nove de prata e quatro de bronze), além de 12 recordes do continente.



**Tênis:** 81 títulos, sendo cinco internacionais (uma medalha de ouro e quatro de prata), 36 nacionais (17 ouros e 19 pratas) e 40 estaduais (20 ouros e 20 pratas), conquistados em 14 torneios (seis internacionais, cinco nacionais e três estaduais).



**Vôlei feminino:** campeão da Superliga, campeão da Copa Brasil e vice-campeão sul-americano de clubes.



**Vôlei masculino:** vice-campeão da Superliga, campeão sub-18 e vice-campeão sub-16 da Taça Paraná, campeão da Superliga C e campeão da Copa Minas sub-16, sub-17, sub-19 e sub-21.





## Minastenistas de raiz

Eles cresceram com o Minas e ajudaram a construir a vitoriosa história do clube

O Minas tem 86 anos de fundação e, como todo clube, tem suas tradicionais turmas, ou tribos, que se unem por partilhar interesses comuns. No último mês, o presidente Ricardo Santiago e o vice-presidente Carlos Henrique Martins Teixeira se encontraram com remanescentes de duas das primeiras turmas do Clube, que se reúnem há décadas no Restaurante do Minas I. Os integrantes da “Mesa do Onças” e da “Mesa dos Gatos” cresceram no Minas, participaram da construção da trajetória vitoriosa do Clube e têm muitas histórias para contar. “Nós tomamos umas cervejas, almoçamos, falamos de esporte, da vida e, claro, do Minas”, afirma Josfrancis de Melo e Silva, 82 anos, craque do time minastenista de futebol de salão, nos anos 1950/1960. A modalidade passou a ser chamada de futsal em 1989.

Segundo José Ronald (Tuíca) Rabelo, 83 anos, ex-diretor de vôlei, o nome “Mesa do Onças” foi uma forma bem-humorada de José Mendes Júnior “irritar” os integrantes do Lions Clube. “Depois, os mais jovens criaram a Mesa dos Gatos, para ‘mexer’ com o ‘velho’ Mendes”, conta Tuíca, que foi um superatleta minastenista, nos anos 1950/1960, campeão mineiro de natação, polo aquático, judô, futsal e vôlei.

Além de Tuíca e Josfrancis, participaram do encontro, Fernando Luso Corrêa, 89 anos, ex-atleta da natação e integrante do grupo “Aqualoucos”, nadadores que faziam saltos acrobáticos no trampolim da antiga piscina da Unidade I; Paulo Andrade Rodrigues, atleta do basquete do Minas, nos anos 1950/1960, ex-diretor e



No sentido horário, começando da esquerda, Carlos Alberto Ribeiro (Ney), Fernando Luso (Lamparina), Josfrancis, Tuíca, o presidente Ricardo Vieira Santiago, Nelson Rodrigues, Paulo Rodrigues e o vice-presidente Carlos Henrique Martins Teixeira (à direita)

ex-presidente do Conselho Deliberativo; Nelson Andrade Rodrigues, 73 anos, atleta de basquete e vôlei.

“Fomos todos criados no Minas, que deixou de ser o clube do bairro Santo Antonio para ser o melhor clube do Brasil disparado e o maior formador de atletas. E o diferencial do Minas está no fato de a diretoria ter ex-atletas, que amam e conhecem o Minas. Muitos clubes acabaram. O Minas só cresceu”, afirma Tuíca Rabelo, que é conselheiro nato, assim como Fernando Luso Corrêa, Josfrancis de Melo e Paulo Andrade Rodrigues.



## Alegria de viver

O minastenista Olney Jardim (foto) tem 96 anos e é uma inspiração para as pessoas mais jovens. Dinâmico e comunicativo, ele frequenta assiduamente o Minas II, onde está sempre se movimentando na piscina para complementar os cuidados com a saúde, e não economiza nos elogios ao Clube e aos colaboradores. “Fico encantado com a beleza do ambiente das piscinas, que é muito limpo e organizado. E admiro a cordialidade dos funcionários”, enfatiza o simpático associado, que, sem dúvida, é exemplo de disposição e alegria de viver.

## Para sempre

Conselho Deliberativo do Minas tem 15 novos integrantes natos

A Mesa Diretora do Conselho Deliberativo do Minas deu posse, durante reunião realizada em março último, a 15 novos conselheiros natos: Nelson Andrade Rodrigues, Ricardo Alberto Pardini, João Cardozo de Oliveira, Mauro Becker Martins Vieira, Eduardo Garzon Mineiro, Silvia Rubião Resende, Bruno Resende Rabello, Carmo Triginelli Neto, Fernando Marcos Sampaio Blaser, Admardo Terra Caldeira, Sebastião Clecy Frauches, Paulo Terra Caldeira, Roberto Messias Franco, José Mauro Messias Franco e Frederico Luiz Mascarenhas.

Os novos conselheiros natos obtiveram o direito às vagas, deixadas por membros que faleceram ou transferiram a cota, por cumprirem as normas estipuladas nos incisos

VI, VII, VIII, IX, X, XIII e XIV do Artigo 31 do Estatuto do Minas. O Conselho Deliberativo do Clube é formado 150 membros natos, 200 membros titulares e 40 suplentes. Trienalmente, 100 conselheiros e 20 suplentes são eleitos pelos associados. O Estatuto do Clube está disponível na aba Governança, no site [www.minastennisclube.com.br](http://www.minastennisclube.com.br).

A cerimônia foi conduzida pelos integrantes da Mesa Diretora: presidente Kouros Monadjemi, vice-presidente Murilo Eustáquio Santos Figueiredo, 1º secretário João Lúcio Almeida de Mello e 2º secretário Nelson Baisi Cerqueira. Prestigiaram o evento o presidente do Minas, Ricardo Vieira Santiago, e o vice-presidente Carlos Henrique Martins Vieira.



Os 15 novos conselheiros natos do Minas foram empossados pela Mesa Diretora do Conselho

## #JogoLimpo

O Minas é o primeiro clube do país a firmar parceria com a Autoridade Brasileira de Controle de Dopagem (ABCD), entidade criada após a realização dos Jogos Olímpicos Rio 2016, que tem como missão implementar a política nacional de prevenção e de combate à dopagem. A ABCD é a responsável pela elaboração e divulgação da relação de substâncias e de métodos proibidos na prática esportiva. A adesão ao movimento #jogolimpo da ABCD significa que o Minas também se compromete a seguir as regras estabelecidas pela Agência Mundial Antidopagem (AMA-WADA).

## Clube inteligente

Piscinas do Clube já contam com medidores que informam temperatura da água em tempo real

Os associados já podem conferir a temperatura da água das piscinas das três Unidades, em tempo real. As piscinas têm medidores instalados nas tubulações de ralo de fundo, logo após a saída, que enviam as leituras de temperatura para o sistema de automação do Centro de Controle de Operações (CCO). E as temperaturas são replicadas para os displays instalados próximo às piscinas. Somente as piscinas do nível superior do Country ainda não contam com os medidores, que serão instalados até o final do ano.

Nos Minas II e Country, em que as Estações de Tratamento de Água (ETAs) já são totalmente automatizadas, as leituras servem como referência para acionamento ou não dos sistemas de aquecimento. No caso do Minas I, em que as ETAs ainda não são automatizadas, as leituras são a base para o acompanhamento do funcionamento do sistema de aquecimento.

Brevemente, as informações sobre a temperatura da água das piscinas estarão disponíveis nas mídias digitais do Clube, como o aplicativo e o site.



Display próximo às piscinas informa a temperatura da água em tempo real

## Estrutura de excelência

Equipe de obras e manutenção trabalha com afinco para atender às demandas dos sócios



Os Minas Country agora tem uma sala de preparação física

Os associados são a essência do Clube e, por isso mesmo, atender às suas demandas por melhorias na estrutura das Unidades está na pauta diária da Diretoria de Obras. Nesse sentido, mais uma obra foi entregue à família minastenista, no último mês. É a sala de preparação física do Country, que tem 127 m<sup>2</sup> de área, distribuídos em três espaços, e está localizada sob o deck de madeira da piscina do nível superior.

A sala está sendo dotada de modernos aparelhos e equipamentos e oferece segurança e conforto na

prática das atividades, já que tem piso vinílico, cobertura termoacústica e janelões voltados para as quadras do Centro de Excelência de Tênis.

### Manutenção nas quadras

As quadras de tênis das três Unidades passam por manutenção regular, para garantir a excelência das estruturas utilizadas pelos sócios, tanto na prática recreativa do esporte como nas aulas dos cursos. Em função das intensas chuvas recentes, que afetaram principalmente o piso de saibro, a Gerência de Infraestrutura está empenhada no nivelamento e na troca do pó de telha, além da substituição das fitas demarcatórias. O trabalho vem sendo realizado gradativamente, para reduzir os impactos das interdições nas atividades dos sócios.

### Novas duchas

No Minas II, está prevista para terminar este mês a reforma da estrutura das duas duchas da Unidade. Os serviços executados incluem a revisão de pisos e paredes, a padronização do acabamento e o revestimento com granito.





## Força do bem

Ações do PMTS fazem a diferença em comunidades e projetos sociais



O Programa Minas Tênis Solidário promoveu ações diversificadas, em março último, incluindo visita e doação de material esportivo a projeto comunitário, coleta de sangue para o Hemominas, arrecadação de donativos para os atingidos pela chuva. O programa também recebeu doação do grupo Pais do Bem e continua incentivando os associados a participarem da Campanha Lacre Solidário.

Os voluntários Ana Clara Maia Felipe e Bruno Féres, 12 atletas da equipe sub-15 de futsal do Minas, acompanhados do treinador Samuel Alves e do técnico principal da base, Rodrigo Perdigão, estiveram no Projeto Escola Aberta, que funciona no contraturno na Escola Municipal Israel Pinheiro, no bairro Alto Vera Cruz. O grupo minastenista levou 53 bolas de futsal, em bom estado de conservação, doadas pelo Clube, e promoveram uma animada partida amistosa entre os dois times. Os atletas também doaram tênis para os jovens atendidos pelo projeto.

“Acredito que os maiores beneficiados são os nossos atletas, que conseguem ter esse momento de lazer com a solidariedade. Para nós, é sempre motivo de muita alegria e, pelo contato que eu tenho com os pais, é uma grande satisfação para eles verem seus filhos, em parceria com o Minas, ajudando regiões e pessoas em situação de vulnerabilidade social”, afirma o treinador Rodrigo Perdigão.

O Projeto Escola Aberta foi criado em 2004 e oferece aulas de esportes para a comunidade local. Além do futsal, que atende cerca de 60 jovens, há turmas de vôlei, taekwondo e outras modalidades. “A doação por si só já é um afago em toda comunidade, o material veio de forma providencial, porque estamos sem recursos, retomando atividades pós-pandemia. A ideia é, através do futsal, possibilitar interações de jovens com tudo de bom que tem dentro da nossa comunidade e na cidade”, destaca André Cavaleiro, Cavaleiro, coordenador do projeto.



Minastenistas e integrantes do Projeto Escola Aberta: solidariedade e inclusão social

## Campanha Lacre Solidário



Participe da campanha permanente, realizada pelo Minas Tênis Solidário! Deposite os lacres de alumínio nos coletores instalados nas mesas das praças de esportes das Unidades ou entregue os lacres recicláveis em qualquer portaria do Clube. Com os recursos obtidos na venda de 140 garrafas pet de 2 litros, cheias de lacres de alumínio, é possível adquirir uma cadeira de rodas. A campanha já possibilitou ao Programa Minas Tênis Solidário doar nove cadeiras de rodas de passeio e de banho e dois pares de muletas a instituições cadastradas.

Seja consciente! Preserve o meio ambiente e ajude quem precisa, fazendo o descarte correto dos lacres.





## Escolha a saúde

Ter hábitos e comportamentos saudáveis desde cedo ajuda a viver mais e com qualidade

O Minas contribui para a promoção da saúde dos seus associados de todas as faixas etárias, por meio das atividades oferecidas nos quatro pilares em que atua – esporte, cultura, educação e lazer. Afinal, segundo definição da Organização Mundial da Saúde (OMS), “a saúde é o completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não meramente a ausência de doença”. Neste mês de abril, em que se comemoram o Dia Mundial da Saúde (7) e o Dia Nacional de Mobilização pela Promoção da Saúde e da Qualidade de Vida (6), trazemos uma entrevista com a médica Adriana Gomes Carneiro, sócia do Clube, especialista em clínica médica e pneumologia e gerente de saúde do Centro de Promoção da Saúde Santa Efigênia, da Unimed BH. “A promoção da saúde passa pela conscientização de cada indivíduo sobre suas escolhas e de como deseja seguir a sua vida”, ressalta a minastenista, que se dedica à gestão da saúde há dez anos, fez dois MBAs na área e mestrado em Direção e Gestão de Serviços de Saúde na Universidade de Alcalá, na Espanha.

### Como a promoção da saúde impacta na qualidade de vida das pessoas?

A promoção da saúde é fundamental para o bem-estar físico, emocional e psíquico das pessoas. Enfatizar a importância da prática de atividade física, ter hábitos saudáveis de alimentação, controlar o tabagismo e o consumo de bebidas alcoólicas, cultivar bons relacionamentos são atitudes que nos ajudam a ter boa qualidade de vida e enfrentar o processo de envelhecimento em melhores condições. A promoção da saúde passa pela conscientização de cada indivíduo sobre suas escolhas e de como deseja seguir a sua vida.

### Qual é a diferença entre promoção da saúde e prevenção de doenças?

Promoção da saúde é o processo de capacitação das pessoas e da comunidade para atuar na melhoria da sua qualidade de vida e saúde. Seria um empoderamento para que a pessoa possa identificar e realizar suas aspirações, satisfazer suas necessidades, mudar seus comporta-



Adriana Gomes Carneiro, médica e especialista em gestão da saúde

mentos e hábitos e se adaptar ao meio. Prevenir doenças é reduzir fatores de risco à saúde, é diagnosticar precocemente o aparecimento de doenças para adotar medidas antes da manifestação clínica. Exemplos de prevenção são as vacinas, a mamografia para as mulheres, o exame de próstata para rastreamento de câncer, o saneamento básico, o uso de iodo no sal de cozinha.

### Como as pessoas devem agir para promover a saúde individual?

As pessoas devem ter a percepção da necessidade de se cuidarem e quererem mudar seus comportamentos e hábitos. Essa percepção é formada através de experiências pessoais de cada indivíduo. Há vários aspectos da vida de cada um que interferem, como crenças, valores, relações sociais, meio ambiente. Existem algumas ações que são interessantes para promover a saúde e,





## Beleza & autoestima

Por que mulheres e homens no Brasil buscam, cada vez mais, as cirurgias plásticas estéticas?

Quem responde a essa e a outras questões sobre o assunto é o médico Felipe Villaça, especialista em cirurgia plástica estética e reparadora pela Santa Casa de Misericórdia de Belo Horizonte e membro da Sociedade Brasileira de Cirurgia Plástica. Empresário, ele também fala, na entrevista a seguir, sobre as tendências do mercado de saúde. Felipe Villaça é fundador da clínica FVG Cirurgia Plástica, da rede de clínicas populares Médico Sem Fila e do Premier Hospital Dia. Atualmente, está construindo o Hospital São Rafael, exclusivo para procedimentos cirúrgicos, com 23 salas cirúrgicas, 65 leitos de acomodação entre apartamentos e “hospital-dia”, sala de recuperação intensiva, centro de tratamento de feridas e medicina hiperbárica integrados, além de equipe altamente especializada.



### **Baseado em sua experiência, quais são os principais fatores que levam homens e mulheres a fazerem cirurgia plástica estética, no Brasil?**

Considerando os fatores psicológicos e emocionais, o que impulsiona a busca pela cirurgia plástica estética é a necessidade de se sentir bem. Sentir bem com você mesmo, sentir-se bem na relação com o companheiro ou companheira, com os colegas de trabalho, com os filhos... Em muitos casos, a cirurgia plástica devolve a autoconfiança perdida ou que, muitas vezes, o paciente nunca teve. Outro fator que motiva esse crescimento é a exposição corporal que, se comparada a outras culturas, é relativamente alta no Brasil. Naturalmente, isso gera na psique do homem e da mulher a maior necessidade de estar bem e se encaixar nos ditos “padrões”.

### **Comparativamente, qual é a relação numérica entre homens e mulheres que fazem plástica no rosto e no corpo?**

Quando a gente compara o número da cirurgia plástica entre homens e mulheres, as mulheres ainda predominam nesse segmento. Hoje, eu diria que 95% da procura pela cirurgia plástica estética ocorrem na esfera feminina, mesmo com o aumento expressivo entre os homens.

### **No Brasil, quais são os procedimentos mais procurados pelas mulheres e pelos homens?**

Sem sombra de dúvidas, o procedimento cirúrgico mais procurado pelo público feminino é o combinado de modelagem corporal que envolve abdômen, mamas e glúteos. Já o público masculino procura mais lipoaspiração e procedimentos na face, seja pelo rejuvenescimento via lifting, blefaroplastia - que é a remoção do excesso de pele e bolsas de gordura que se acumulam sobre as pálpebras superior e inferior, ou implante capilar, porque os cabelos têm um peso visual muito forte nos homens.

### **O Brasil é mesmo o país em que mais se faz cirurgias plásticas?**

O Brasil e os Estados Unidos ficam quase pareados nesse ranking e já estivemos na primeira colocação, se não me engano, em 2019. Os dez países que mais realizaram procedimentos em 2020 foram, nessa ordem, Estados Unidos, Brasil, Alemanha, Japão, Turquia,







## Na palma da mão

Com visual novo, aplicativo do Minas ganha mais funções e está ainda mais fácil de ser usado

O aplicativo Minas Tênis Clube está ainda melhor, garantindo mais facilidade para os sócios na hora de buscar serviços e informações. Na tela inicial, foi criado um atalho para as principais funções. Os botões são atualizados pelo Minas conforme a utilização dos usuários e sempre que novos serviços são disponibilizados. E ainda tem espaço para anúncios de serviços de interesse da família minastenista.

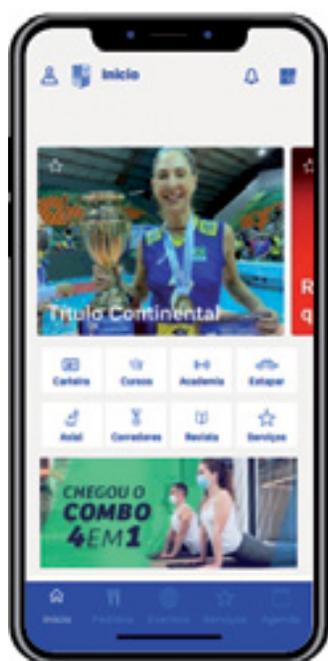
Outra novidade é o layout moderno, com cores e fontes padronizadas, seguindo a identidade visual do Clube.

O app do Minas está disponível para iPhones e smartphones. Ao entrar na loja de aplicativos, os associados devem digitar Minas Tênis Clube. Depois é só clicar no app, fazer o download e ter o Minas na palma da mão. Quem já tem o app instalado deve entrar na loja e atualizá-lo, para que as novas funções sejam aplicadas.

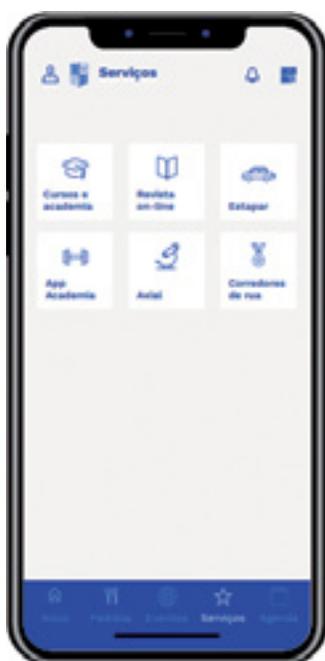
Vale lembrar que, para se registrar no app Minas Tênis Clube, os dados pessoais do sócio devem estar atualizados na Secretaria. As alterações no cadastro podem ser feitas na Central de Atendimento. Confira, a seguir, o novo visual do aplicativo do Minas.



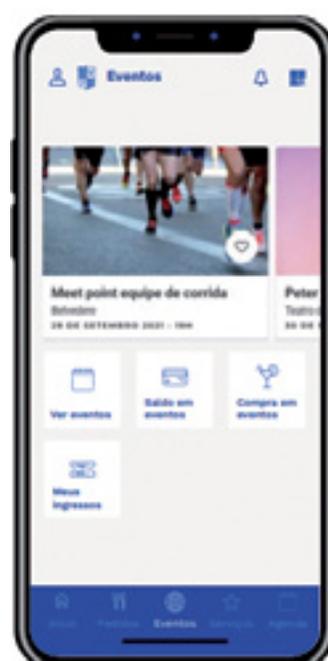
Tela de abertura: cor e logo oficiais do Minas



Tela inicial: novos atalhos para informações e serviços e espaço para anúncio



Tela de serviços: agilidade e comodidade para os associados



Tela de eventos: tudo o que acontece no Minas

# Conheça as nossas **áreas de atuação**

Desde 2000 a Distribui é especializada em **logística customizada** para diversos segmentos de negócios.

**Eólico** • **Industrial**

**Saúde Humana** • **Saúde Animal**

**Agro** • **Químico**

Acesse  
o nosso site:

**distribui.com.br**





## Sétima arte

Salas de cinema do Centro Cultural Unimed-BH Minas são entregues ao público

O Minas entregou aos sócios e ao público em geral, em março último, as duas salas de cinema do Centro Cultural Unimed-BH Minas. A abertura dos novos espaços foi marcada por uma cerimônia que contou com a participação de diretores do Clube, da Unimed-BH e do Instituto Unimed e representantes do segmento cultural mineiro. “Hoje é uma noite de agradecimento a todos aqueles que fizeram acontecer esse projeto, com qualidade, carinho e muito zelo. Nós idealizamos essas salas, pensadas em todos os detalhes, como nos outros espaços que compõem o Centro Cultural Unimed BH, para oferecer o melhor ao público”, discursou o presidente do Minas, Ricardo Vieira Santiago.

As salas de cinema, assim como a biblioteca do Centro Cultural, são patrocinadas pela Unimed-BH e pelo Instituto Unimed-BH. “Promover a cultura na nossa região é parte do compromisso que temos como cooperativa de saúde, que é cuidar das pessoas. Ao inaugurar essas salas promovemos arte, diversão e conhecimento a todos de nossa comunidade e assim estamos, mais uma vez, cumprindo o nosso propósito”,

afirmou Mercês Fróes, diretora comercial e de relacionamento institucional da Unimed-BH.

Para o diretor de cultura do Minas, André Rubião, a abertura das salas de cinema representa um marco na história do clube e da capital. “Muito além do cinema em si, a inauguração das salas é o fechamento de um ciclo do Centro Cultural. Agora, temos um complexo cultural completo e interdisciplinar, que irá dialogar com todas as formas da arte e da cultura”, enfatizou o diretor.

Também prestigiaram a abertura das salas de cinema do Minas, Leônidas Oliveira, secretário de estado de cultura e turismo de Minas Gerais (Secult-MG); Fabíola Moulin, secretária municipal de cultura de Belo Horizonte; Rafael Simas, líder de comunicação da Gerdau em Minas Gerais, patrocinadora da mostra inaugural do cinema; Guilherme Fiuza Zenha, presidente do Sindicato da Indústria Audiovisual de Minas Gerais (Sindav); Daniel Queiroz, representante da Associação dos Realizadores e Realizadoras do Cinema Independente de Minas Gerais; Yves Mahé, diretor da Aliança Francesa; Rafael Cicarini, diretor do Grupo Ânima; conselheiros e diretores do Minas e do Minas Náutico.



Carlos Henrique Martins Teixeira, vice-presidente do Minas; Rafael Simas, líder de Comunicação da Gerdau; Kouros Monadjemi, presidente do Conselho Deliberativo do Minas; Fabíola Moulin, secretária municipal de cultura; Leônidas Oliveira, secretário estadual de cultura; Mercês Fróes, diretora comercial e de relacionamento institucional da Unimed-BH; Ricardo Santiago, presidente do Minas; e André Rubião, diretor de cultura do Minas



# Artes plásticas

A renomada escultora mineira Iole de Freitas expõe na Galeria do Centro Cultural

Com patrocínio máster da Unimed-BH, a exposição “Iole de Freitas: o voo de Pégaso” fica na Galeria do Centro Cultural Unimed-BH Minas até o dia 29 de maio. A mostra reúne 30 esculturas da artista belo-horizontina radicada no Rio de Janeiro, que tem 50 anos de carreira e é reconhecida internacionalmente. As obras foram feitas nas décadas de 2010 e 2020 e são de médio e grande porte. A crítica de arte Lígia Canongia é a curadora da exposição, também patrocinada por Data Engenharia, Fortebanco, Via Japa e Via Natsu. A Galeria do Centro Cultural Unimed-BH Minas funciona de terça-feira a sábado, das 10h às 20h; domingos e feriados, das 11h às 19h. Classificação: livre. Entrada franca para o público em geral.



Esculturas de Iole de Freitas estão em exposição na Galeria do Centro Cultural Unimed-BH Minas

## Luciana Hermont

Até o dia 30 deste mês, a mostra “Interno” da artista belo-horizontina Luciana Hermont pode ser visitada na Galeria de Arte do Minas II. Estão em exposição 14 obras, entre pinturas, instalações, desenhos e objetos artísticos, desenvolvidos pela artista a partir de textos, desenhos e poesias feitos por 47 pessoas de diferentes idades, profissões, segmentos acadêmicos e localidades, em cadernos de anotações entregues por ela, durante a pandemia. A Galeria do Minas II fica aberta no horário de funcionamento do Clube, que é de segunda a sexta-feira, das 6h às 22h; sábados, das 6h às 20h; domingos e feriados, das 6h às 19h. A entrada é franca.



Luciana Hermont expõe obras do projeto “Interno” na Galeria do Minas II até 30 de abril

### PATROCÍNIO MASTER



### PATROCÍNIO



### APOIO



CULTURA E  
TURISMO



### REALIZAÇÃO



SECRETARIA ESPECIAL DA  
CULTURA

MINISTÉRIO DO  
TURISMO





# Letra em Cena

Sessão deste mês apresenta a obra de Rachel de Queiroz comentada pelo jornalista Xico Sá



ACERVO DA ACADEMIA BRASILEIRA DE LETRAS

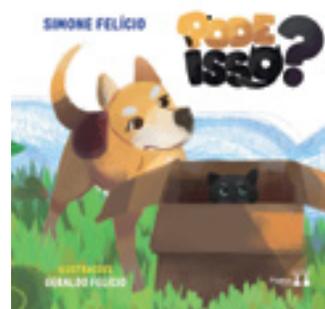
A romancista Rachel de Queiroz será a homenageada do Letra em Cena este mês

No dia 19 deste mês, às 20h, no canal do Minas no YouTube (minastcoficial), o Letra em Cena, programa literário do Clube, homenageia a escritora cearense Rachel de Queiroz (1910-2003). A obra da autora de clássicos da literatura nacional, como "O quinze", "As três Marias" e "Memorial de Maria Moura", será comentada pelo jornalista pernambucano Xico Sá, no bate-papo com o curador do programa José Eduardo Gonçalves.

Rachel de Queiroz começou a escrever com apenas 15 anos, no jornal "O Ceará", e ficou nacionalmente conhecida, em 1930, ao publicar o romance "O Quinze", que narra a luta do povo nordestino contra a seca e a miséria. Ela foi a primeira mulher a entrar para a Academia Brasileira de Letras, em 1977, e a receber, em 1993, o Prêmio Camões, um dos mais importantes da literatura de língua portuguesa. Além de romancista, Rachel de Queiroz foi tradutora, cronista e dramaturga.

## "Pode Isso?"

A escritora Simone Madalena Felício Batista lança, no dia 7 de abril, das 19h às 21h, no Café do Centro Cultural Unimed-BH Minas, o livro infantil "Pode isso?". Na história, a personagem Tina, ganha um novo lar e vive muito feliz, até que mudanças diárias vão acontecendo e ela se sente ameaçada com tantas novidades. A entrada é franca e sujeita à capacidade do espaço.



REPRODUÇÃO



## Tem na biblioteca

A dica do mês é o livro "Formação da culinária brasileira: escritos sobre a cozinha inzoneira", de autoria do sociólogo Carlos Alberto Dória (Editora Fósforo, 2021), novidade no acervo da biblioteca do Centro Cultural Unimed-BH Minas. Os livros de receitas têm sido bastante procurados pelos leitores. A publicação tem o diferencial de levantar questões como a constituição da culinária brasileira e os pontos que ajudam a formular a identidade nacional em relação ao que é consumido pela população, as bases históricas e sociais e os elementos que podem ser utilizados para falar sobre uma gastronomia original brasileira. A nova edição tem prefácio da chef Helena Rizzo e reúne ensaios que se tornaram referência no tema. A obra é um passeio por técnicas, conceitos, ingredientes e hábitos alimentares dos brasileiros.



PATROCÍNIO MASTER



PATROCÍNIO



APOIO



CULTURA E TURISMO



MINAS GERAIS

GOVERNO DIFERENTE. ESTADO EFICIENTE.

REALIZAÇÃO



SECRETARIA ESPECIAL DA CULTURA

MINISTÉRIO DO TURISMO



# Não perca

Programação em abril tem grandes espetáculos de teatro, música e dança

Neste mês de abril, a programação do teatro do Centro Cultural Unimed-BH Minas está ainda mais eclética. Já no dia 1º, a Orquestra Opus faz seu elogiado concerto com repertório de trilhas de cinema. Na dança, o grupo Cultura do Gueto, mostra sua nova coreografia "Exit", no dia 2. O clássico "Auto da Compadecida", do mestre Ariano Suassuna, será apresentado nos dias 8 e 9, pela companhia teatral Maria Cutia. E tem também música da melhor qualidade, com a dupla Toninho Ferragutti e Nailor Proveta, no show Espelho do Som, dia 10; e Tiago Nacarato, em show intimista de voz e violão, no dia 30.

Os ingressos podem ser adquiridos na bilheteria do teatro. Mais informações: 3516-1360.

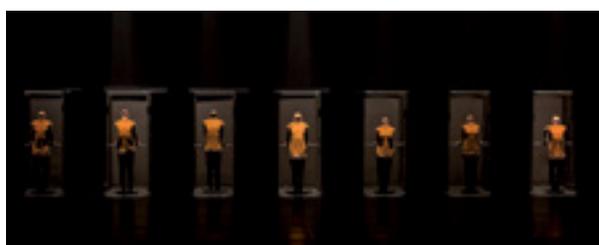


NAIARA NAPOLI

**SEXTA-FEIRA**  
**10**  
**21h**

**ORQUESTRA OPUS**  
**"TRILHAS DE CINEMA"**

**Ingressos:** R\$ 50 e R\$ 25 (meia).  
**Classificação:** livre.



PAULO BERNARDO

**SÁBADO**  
**2**  
**20h**

**"EXIT"**  
**GRUPO CULTURA DO GUETTO**

**DOMINGO**  
**3**  
**19h**

**Ingressos:** R\$ 30 e R\$ 15 (meia).  
**Classificação:** livre.



TATI MOTTA

**SEXTA-FEIRA**  
**8**  
**20h**

**"AUTO DA COMPADECIDA"**  
**MARIA CUTIA PRODUÇÕES**

**SÁBADO**  
**9**  
**20h**

**Ingressos:** R\$ 60 e R\$ 30 (meia).  
**Classificação:** 12 anos.



TARITA DE SOUZA

**DOMINGO**  
**10**  
**19h**

**TONINHO FERRAGUTTI**  
**E NAILOR PROVETA**  
**"ESPELHO DO SOM"**

**Ingressos:** R\$ 80 e R\$ 40 (meia).  
**Classificação:** livre.



BRUNO NACARATO

**SÁBADO**  
**30**  
**21h**

**TIAGO NACARATO**  
**VOZ E VIOLÃO**

**Ingressos:** R\$ 150 e R\$ 75 (meia).  
**Classificação:** livre.

PATROCÍNIO MASTER



CLUBE DA CULTURA MINAS TÊNIS CLUBE



REALIZAÇÃO



APOIO



CULTURA E TURISMO



GOVERNO  
DIFERENTE.  
ESTADO  
EFICIENTE.



## Vale a pena ler

Conheça os trabalhos classificados em 1º lugar no XIV Concurso Literário do Cabeça de Prata

O Programa Cabeça de Prata realiza anualmente seu Concurso Literário, nos gêneros conto, crônica e poesia, garantindo aos associados maiores de 60 anos a oportunidade de mostrar seu talento na escrita. Na 14ª edição do concurso, que teve como tema "Família", as inscrições foram abertas em dezembro último, e os trabalhos inscritos passaram pela análise de uma comissão especializada, que definiu os três primeiros colocados em cada um dos três gêneros. E os vencedores são o conto "Susto", de Flávio Dairo Café de Castro; a crônica "Prosa de Família", de Éolo Yberê Líbera; e a poesia "Que tempo que foi, que tempo será", de Maria Isabel Gomes de Matos.

Já em segundo lugar ficaram o conto "Quando numa viagem de família", de Antônio Marcos Ferreira; a crônica "A família de Zezinho", de Eduardo Gomes Batista; e a poesia "A mesa de Cedro", de Antonio Angelo de Oliveira. Os trabalhos classificados em terceiro lugar são o conto "Fragmentos", de Luzia Ordália Braga; a crônica "Família entre o viver e o morrer", de Ângela Dutra Rabelo; e a poesia "Família, o ciclo da vida", de Gilson Barros Costa.

Este mês, os sócios poderão ler os três trabalhos classificados em primeiro lugar. Nas duas edições seguintes, publicaremos os segundos e terceiros colocados.

### Susto

Flávio Dairo Café de Castro

Ela se posicionava sempre próximo à mesa, na sala de refeições. Observava tudo atentamente, pronta para atender de imediato a quem a requisitasse. Os almoços aconteciam sempre aos domingos e reuniam seus patrões, um casal já idoso, e a família de uma das filhas, incluindo genro e netos. A outra filha e o filho não participavam. Discutiam sempre e era melhor evitar este encontro, que sempre aborrecia a todos.

O cardápio não variava muito: uma empadinha especial, que somente aquela cozinheira antiga sabia fazer, lombo de porco fatiado, arroz soltinho, feijão cozido no dia, farofa com ovo e salada simples. Franginho ensopado também era comum. E ela observava todo o movimento. Até os comprimidos consumidos diariamente pelo patrão, dispostos num pires equilibrado sobre o copo de alumínio, faziam parte do seu olhar atento.

Mas naquele domingo o genro apareceu sozinho, apenas com um dos

netos. Todos estranharam: o que teria acontecido? Ele estava um pouco pálido, o neto meio sem jeito. E aquela quantidade toda de comida... poxa, podiam ter avisado! Antes que perguntassem, ele sugeriu que fosse servido o almoço imediatamente, "pra não esfriar a comida", pois na sequência ele explicaria a ausência da esposa e filha. E assim foi feito. Saborearam o almoço, comeram a goiabada com queijo na sobremesa e tomaram o café ralo. A senhora não disfarçou sua preocupação com a falta de informações e o suspense que pairava sobre tudo e todos. E o genro, estranhamente, comeu tão ligeiro que não houve tempo para explicações.

Sem piscar os olhos, ela sutilmente retirou os pratos dos comensais assim que o toque dos talheres sinalizou essa necessidade. Adentrou a cozinha, trocou rápidas palavras com a cozinheira e deixou por lá pratos, talheres e uma ligeira tontura. Ansiava por ouvir, como todos os outros presentes, algo fora do comum.

Ele levantou-se, pegou o filho pela mão, agradeceu a todos e simplesmente arrematou: "Stela e Diva estão na aula de capoeira do Mestre Salum. Começou há um mês, sempre às nove, mas hoje seria às onze. Preferiram ficar por lá do que vir e pediram a compreensão de todos. Precisavam limpar suas almas e corpos. Hoje teria até roda de tambor depois da aula e cigarros de palha rústica de graça. Eu apoiei."

Ela se sentiu mal e desmaiou. Foram todos acudí-la.

Genro e filho aproveitaram e saíram às pressas. Nada mais a dizer.



## Prosa De Família

Éolo Yberê Líbera

No meio de nossa prosa, o senhor enveredou por assunto em que eu campeão meio desins truído da tanta falação complicada que agora tem. Prá mim, família não tem variação que preste. E parece que tem família hoje de todo jeito. Mas vivendo eu no comum diário, exis tindo só sozinho, o senhor sabe, sem notícia divulgada de filhos, parentes e o resto, não tenho muito a referir. No exato acontecer, família ainda é o que sempre foi, e deste rumo eu não me arredo: marido mulher, filho, filha e algum agregado que, tem vez, se achega. Esta forma de parentesco regula a vida inteira. É o que ainda está valendo, e só no que entendo. Apois, por via de responder, melhor explico: tenho prá mim que Deus inventou a família pra gente dividir com Ele essa coisa dificultosa, carregada de muita complicação, que é lidar direito com pessoas de trato diverso, mas que se gostam. Eu falo meio arrevesado, mas o senhor entende. Dava muito aperreio para Ele ficar enfiando na cabeça da gente a trava lheira de um cuidar do outro. Então inventou esta coisa meio misteriosa que liga a gente a outras pessoas que não sou eu, mas é como se fosse. Pessoas de quem eu gosto no natural, mas encravadas em mim feito ferraduras em cascos de jumento. A gente, quando fica ajuntada, acaba sendo um braço de Nosso Senhor. Digo isto sem intenção de beatice. É coisa sem explicação. Por que eu gosto do meu irmão, ahn? heim? Dá pra explicar? É gente do mesmo sangue? Mas a gente é da água pro vinho. Ele é meio raivento, e eu meio pacato no trivial, então é custoso de

ficar de acordo. Digo e redigo: família é um modo arrumado por Deus porque Ele sempre soube que sozinho ninguém viceja. Está na natureza viver junto, assim, ligado em grude de coração, que deve existir. Não que a gente tenha mesmo que ficar neste estatuto. Pode desgrudar. Mas o tempo e as diferenças de nervosias separam cada um e a gente se espalha. Pensa que longe a gente não diverge nem sofre. Mentira. Longe a gente agonia na falta até de discutir por bobagem, que é o que sustenta as diferenças. É, ou não é? Cada um é um. É o que eu digo. Junto ou separado, continua sendo o mesmo. No mais, a gente se espalha. Toma o rumo que Deus assopra e sai mundo a fora. Fica tudo no seu canto. Isto não é o costume, mas acontece. Os bichos tudo costumam cuidar das crias. Ao depois que eles crescem, tomam cada um seu caminho que é como dizem, para aprumar chão de território. Acho que os bichos não fazem parentela feito gente. Sei não. Eu, pelo menos, nunca vi. De mesmo jeito nós não fazemos assim? Pois fazemos, compadre. É o que eu digo: cada qual no seu canto com suas crias. Mas então, por dever de religião já digo de pronto que a gente somos diferentes dos bichos porque Nosso Senhor Jesus Cristo disse que o Pai dele preza a gente como filhos. E se a gente é filho de Deus,

taí o nosso parentesco. Agora, então o milagre é maior porque dura até pra depois de morrer, segundo dizem. Eu mesmo não digo nada. Então Nosso Senhor botou no coração das pessoas a ideia de uma ligação

de muita força. O senhor veja uma coisa: a gente nasce sozinho e morre sozinho. No entremeio, não vive sozinho. Mesmo que seja separado, feito meu povo. Já então, falando de minha gente, destranco a língua e desfaço meu natural. Eu falei meu povo assim, como se fosse muito. É não. Ainda viventes tenho meu irmão Inácio, que não vejo desde do tempo do fim da guerra. A gente nunca mais se visitou, mas ele telefona na venda do Aristeu, aqui do lado, e manda me chamar. A gente proseia sempre. Tenho Rosária que escreve carta e eu respondo de volta. Então a gente se junta neste costume. Já Margaria, quando viva, ficou em casa como cuidadeira, consolo e arrimo de mãe, depois que pai morreu, lá pelos anos 70. Tudo parece coisa de costume, mas não. Família é negócio do coração. Coisa que nem é da gente o exato acontecer. É mais porque Deus fez essa arrumação que as pessoas aceitaram na vida e que é o certo. Eu penso assim: família é coisa sagrada, com feito de religião porque um olha o outro, cuida e assim vai, como Deus é servido. É não? O senhor pode não achar, mas eu, de minha parte, sustento. Perto ou longe, não tem importância porque o sangue é que diz que tipo de gente que a gente é. Então, Deus põe tento e abençoa. Não tem outro cabimento. A gente somos nascidos lá em São Pedro das Taboas, que era distrito de Januária. É de lá que a gente veio e pertence. Os afetos são criados ali mesmo, regendo na feitura de família, que também é coisa de sangue onde tudo está. E tome tento: o sangue é que ajunta as



peessoas no verdadeiro liame de ar-rocho. Só que com mais sentimento de chegada. Acha não? Inácio reside na vila de Itumbiara, em Goiás, na beira do Paranaíba, divisa com Minas. Rosária está por Valadares, marido e filhos. Eu tinha Margarida, que acabou morrendo solteira, coitada. A caçula. Sem pre foi a melhor de nós quatro. E eu aqui, neste ar-

ranchado de fim de vida, fico pensando que o melhor de tudo quanto fiz e vivi está amarrado nesta gente que enfileirei: meus pais e meus irmãos. Tivemos nosso tempo juntos e continuamos atrelados nesse querer bem. O senhor releve minha fala meio estremecida. É que família é coisa que mexe comigo por demais. Por muito demais.



### Que tempo que foi, que tempo será?

Maria Isabel Gomes de Matos

Que tempo que foi, que tempo será, nas voltas-vertigens que o mundo dá?

A criançada rodava com a antiga cantiga, Rubi e Joli no momento alegre da rua que era minha e era sua.

Que tempo que foi, que tempo será, nas voltas-vertigens que o mundo dá?

Ingênua adolescência, em doces serenatas, estrelas de esperança, amizades gratas, amores puros, sonhos futuros.

Mas de repente  
Com unhas e garras ao peito da gente investiu o destino, em desatino, levando da família o céu de luar e sonhos ainda a sonhar.

Que tempo que foi, que tempo será, nas voltas-vertigens que o mundo dá?

Constantes restamos na lida, sem à dor dar guarida. Então, benesses de outro jeito. O eco refeito à vida incorpora a roda de outrora.

Que tempo que foi, que tempo será?  
Na última volta-vertigem, ferrugem o mundo não trará, há só de lustrar e relustrar, sem nódoas ou mágoas, a colheita do amor e da fé na coletiva aprendizagem: eternidade depois da passagem.



## Agenda

Em abril tem cinema e tarde dançante; aula de culinária especial das mães será em 5 de maio

**DIA 13/4** 14h  
**QUARTA-FEIRA** : **SESSÃO DE PRATA | FILME: "UM CORPO QUE CAI", DE ALFRED HITCHCOCK (SESSÃO COMENTADA).**  
Sala de Cinema 1 do Centro Cultural Unimed-BH Minas. **Exclusiva para sócios maiores de 60 anos. | Inscrições a partir de 4 de abril: 3516-2084. É obrigatório o uso de máscara.**

**DIA 27/4** 16h  
**QUARTA-FEIRA** : **TARDE DANÇANTE - ANIVERSARIANTES DE ABRIL MÚSICA AO VIVO E SORTEIO DE UM BRINDE ENTRE OS ANIVERSARIANTES.**  
Salão da Sede - Minas I. **Será obrigatório apresentar comprovante de vacinação e usar máscara. Mais informações: 3516-2084.**

**DIA 5/5** 16h  
**QUINTA-FEIRA** : **PANELA DE PRATA - ESPECIAL DIA DAS MÃES RESTAURANTE DO MINAS II**  
Inscrições a partir de 25 de abril, nas Centrais de Atendimento. **Será obrigatório apresentar comprovante de vacinação e usar máscara. | Mais informações: 3516-2084.**





## Abril divertido

Festa da Páscoa é destaque da agenda que tem atrações para toda a família

No dia 10 deste mês, a criançada minastenista tem encontro marcado com o coelhinho da Páscoa, no Espaço da Criança do Minas I, no gramado central do Minas II, no gramado próximo ao muro de escalada no Minas Country e também no Náutico. Nos quatro clubes a festa será realizada das 10h às 15h e terá brinquedos infláveis, cama elástica, oficinas de Páscoa, gincana, distribuição de pipoca e algodão doce e, é claro, a chegada do coelho da Páscoa.

E vai ter contação de história para os pequenos minastenistas, no dia 30, às 10h45, no Espaço da Criança do Minas I, e no dia 1º de maio, no mesmo horário, no Espaço da Criança do Minas II. Para a turma que gosta de aventura, as dicas são o arborismo e o muro de escalada, sempre aos domingos, das 10h às 14h30, no Minas Country. A família toda se diverte unida na hidrodance, aos sábados e domingos, na piscina de aprendizagem, próxima ao Espaço da Criança, no Minas I.



### Arborismo e Muro de Escalada

- **Minas Country** – Domingos – 10h às 14h30

### Hidro dance

- **Minas I** – Sábados e Domingos – 11h às 12h – Piscina de caminhada.

### Espaço da Criança

**Minas I - mezanino (até 12 anos):** diariamente, das 9h às 19h; piso térreo: horário de funcionamento do Clube.

**Minas II** - horário de funcionamento da Unidade.

**Minas Country** - diariamente, das 9h às 17h.

### Contação de história

**Minas I** – Sábado – 30 de abril – 10h45

**Minas II** – Domingo – 1º de maio – 10h45

## Agenda semanal - Espaço da Criança - Mezanino Minas I

Dias da semana	Atividades	Horários
segunda-feira	teatro de fantoches	16h30
	cirandinha	16h15
terça-feira	teatro de fantoches	10h30 e 16h30
	brincadeiras com corda	10h e 16h
quarta-feira	modelagem de balão	15h
	teatro de fantoches	16h30
quinta-feira	teatro de fantoches	10h30 e 16h30
	cirandinha	10h45 e 16h15
sexta-feira	teatro de fantoches	10h30 e 16h30
	hora de dançar	10h45 e 16h
sábado	oficina de pintura facial	11h30 às 15h30
domingo	brincadeiras	10h30 e 16h30
	oficina de balões de modelagem	11h às 13h e 15h às 16h30





## Esporte recreativo

Sócios contam com treinos orientados de natação e corrida de rua e apoio em competições

Confira, a seguir a programação de treinos das equipes de corrida de rua, natação e triathlon do Minas, que têm caráter recreativo. Informações sobre como participar podem ser obtidas no Departamento de Recreação, que funciona no piso 2 do Centro de Treinamento JK, no Minas I.

### Corrida de rua

No dia 30 de abril, das 7h às 10h, acontece a primeira palestra Unimed-Minas da temporada 2022. A fisioterapeuta especialista em fisioterapia esportiva e terapia manual e certificada em osteopatia Bárbara Valente falará sobre "Fáscias musculares e corrida de rua", no Restaurante do Minas I.

#### Equipe Unimed-BH Minas | Abril 2022



DIA	EVENTO	LOCAL	HORÁRIO
2 (sábado)	meet point	Belvedere	7h às 10h
4 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>5 (terça)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
6 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>7 (quinta)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
9 (sábado)	meet point	Minas I	7h às 10h
11 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>12 (terça)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
13 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>14 (quinta)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
18 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>19 (terça)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
20 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
23 (sábado)	meet point	Belvedere	7h às 10h
25 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>26 (terça)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
27 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
<b>28 (quinta)</b>	<b>meet point</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 9h</b>
<b>30 (sábado)</b>	<b>1ª palestra unimed minas 2022</b>	<b>Minas I</b>	<b>7h às 10h</b>

### Natação máster

Para os associados maiores de 20 anos, ex-nadadores ou que praticam a natação e têm desejo de competir em caráter recreativo, o Minas oferece a oportunidade de participar da equipe máster, que treina com profissional especializado, de segunda a sexta-feira, na piscina olímpica da Unidade II.

Mais informações podem ser obtidas diretamente com o instrutor Welbert Goulart, nos horários dos treinamentos, ou no Departamento de Entretenimento, que funciona no piso 2 do Centro de Treinamento JK ou pelos telefones 3516-1300 / 3516-1301/ 3516-1302 / 3516-1303.

## Treinos

Piscina olímpica Minas II	2ª e 3ª feira	6h15 e 7h10
	4ª, 5ª e 6ª feira	6h15, 7h e 7h45

## Triathlon



O Minas também oferece treinos de natação e corrida para associados que participam de provas de triathlon, biathlon ou águas abertas.

Todas as informações sobre como fazer parte do grupo podem ser obtidas diretamente com o instrutor Eduardo Teixeira, nos horários dos treinamentos, ou no Departamento de Entretenimento, que funciona no piso 2 do Centro de Treinamento JK ou pelos telefones 3516-1300 / 3516-1301/ 3516-1302 / 3516-1303.

## Natação

Piscina olímpica Minas I	2ª, 4ª e 6ª feira	6h30 e 12h30
--------------------------	-------------------	--------------

## Corrida

Os treinos são em conjunto com a equipe de corrida de rua Unimed-BH Minas (veja a agenda na página 36).

## Torneios recreativos



### Torneio Interno de Tênis

Começou em março, com a 2ª classe simples, e será realizado até novembro o Torneio Interno de Tênis. Este mês está sendo disputada a 3ª classe simples. Os jogos acontecem nas quadras do piso 7 do Centro de Lazer (CL7), às segundas, quartas e sextas-feiras, das 18h40 às 22h; e aos sábados e domingos, das 14h às 19h.

Nos próximos meses, serão disputadas as categorias simples mistas 5ª classe, 4ª classe, iniciantes e + 60 anos. As inscrições podem ser feitas até uma semana antes da competição. Mais informações: 3516-1301.



### Torneio Interno de Futebol Soçaito

Até o dia 20 de abril estão abertas, no Departamento de Entretenimento (piso 4 do Centro de Treinamento JK, no Minas I) e nas salas de empréstimo de materiais do Minas I (Espaço da Criança) e do Minas II (ao lado do Espaço da Criança) as inscrições para o Torneio Interno de Futebol Soçaito. A competição terá início no dia 30 de abril, com jogos a partir das 8h, no campo da Unidade II.

Podem ser feitas inscrições de equipes com no máximo sete atletas na categoria livre (15 a 39 anos) e inscrições individuais na categoria máster (40 anos e acima). Mais informações pelo telefone 3516-1301



# Leve sua raquete

Minas oferece curso em seu Centro de Excelência de Tênis para sócios de 17 a 75 anos



Associados contam com novo curso de tênis no Minas Country

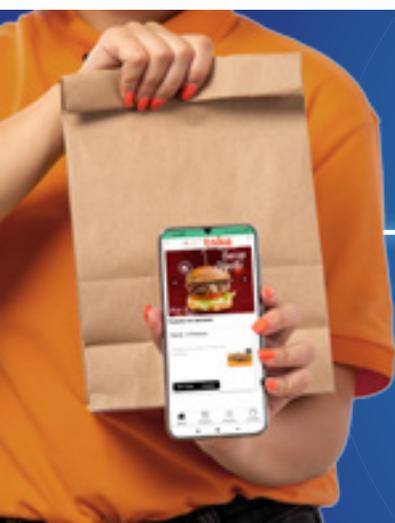
O Centro de Excelência de Tênis do Minas, localizado no Country, é reconhecido nacionalmente como um dos mais completos e modernos do país. E será numa de suas quadras que acontecerão, a partir deste mês, as aulas do novo curso, no nível aprendizagem, que o Clube está oferecendo para sócios de 17 a 75 anos.

As vagas são limitadas. Há quatro turmas disponíveis, cada uma com apenas quatro alunos. As aulas acontecem duas vezes por semana (terça e quinta-feira ou quarta e sexta-feira), com opções de horários às 11h e às 12h e duração de 55 minutos. O aluno deve levar sua raquete. As bolinhas são disponibilizadas pelo Minas.

O valor da matrícula é R\$ 208,28, e a mensalidade custa R\$ 267,54. As inscrições podem ser feitas pelo aplicativo Minas Tênis Clube ou na Área do Associado do site [minasteniclube.com.br](http://minasteniclube.com.br) ou presencialmente, nos guichês específicos de Cursos e Academia das Centrais de Atendimento.

O valor da matrícula é R\$ 208,28, e a mensalidade custa R\$ 267,54. As inscrições podem ser feitas pelo aplicativo Minas Tênis Clube ou na Área do Associado do site [minasteniclube.com.br](http://minasteniclube.com.br) ou presencialmente, nos guichês específicos de Cursos e Academia das Centrais de Atendimento.

Curso de Tênis - Minas Country				
Faixa Etária	Turma	Horário	Matricula	Mensalidade
17 a 75 anos	3ª e 5ª feira	11h	R\$ 208,28	R\$ 267,54
		12h		
	4ª e 6ª feira	11h		
		12h		



## Tenha o seu próprio aplicativo de delivery com zero taxas!

O **EATTAKE** da Teknisa é a solução ideal para você ter o seu **PRÓPRIO APP DE DELIVERY**. E o melhor, sem as taxas altas dos marketplaces.



Saiba mais



# EXAMES DE CAMBRIDGE

Inscrições abertas para os  
Exames de Cambridge!

Eles estão entre as certificações  
de proficiência em inglês com  
mais credibilidade e aceitação em  
todo o planeta e podem garantir  
sucesso no seu futuro.

Não perca tempo e prove para  
o mundo que você sabe inglês  
de verdade!

Entre em contato com uma de  
nossas filiais e descubra qual é  
o exame mais indicado para você.



» SAIBA MAIS:

[exames@culturainglesamg.com.br](mailto:exames@culturainglesamg.com.br)

**INSCRIÇÕES ABERTAS**  
03/03 a 16/04



Fique tranquilo, os exames serão aplicados  
seguindo rigoroso protocolo sanitário.



Visite o site

(31) 3264-2500  
[culturainglesamg.com.br](http://culturainglesamg.com.br)

## Minas e UniBH

Parceria entre as duas instituições inclui ações no esporte, na educação e no lazer

O Minas e o grupo Ânima Educação agora são parceiros no esporte, na educação e no lazer. Por meio do UniBH, um dos seus centros universitários, o grupo se tornou mais um patrocinador da equipe de vôlei masculino Fiat/Gerdau/Minas e da equipe de basquete 123 Minas, além de deter o naming rights do ginásio do Centro de Treinamento Juscelino Kubitschek, agora denominado Arena UniBH.

Na educação, os associados de 4 a 14 anos que buscam apoio no Programa Acompanhamento Escolar do Minas serão atendidos por graduandos de pedagogia, letras e matemática do UniBH, que, ao ajudar a garotada nos estudos, terão a oportunidade de colocar em prática as habilidades exigidas pelo mercado de trabalho. O Acompanhamento Escolar foi criado pelo Minas nos anos 1990, e a prestação do serviço não tem ônus para os associados.

Para os adolescentes minastenistas, o Espaço UniBH, localizado na Unidade I, oferecerá uma ampla e variada programação de atividades para incentivar a criatividade, o raciocínio lógico, a promoção da saúde e o desenvolvimento cultural.

Sendo o Minas uma referência na medicina esportiva, e o UniBH, reconhecido pela qualidade do ensino em cursos voltados para a saúde, está prevista a realização de ações também nessa área.

“Recebemos de braços abertos o UniBH e todo o seu time, que vem agregar ainda mais aos nossos quatro pilares de atuação, que são o esporte, a educação, a cultura e o lazer. Tenho certeza que será uma parceria duradoura e que vamos alcançar resultados incríveis juntos”, destaca Ricardo Vieira Santiago, presidente do Minas Tênis Clube.

Rafael Ciccarini, diretor de operações da Regional Minas Goiás do Ecossistema Ânima e reitor do UniBH, comemora os benefícios do acordo entre as instituições. “Unificamos, nessa parceria, nossas fortalezas para colocar em prática iniciativas que, de fato, vão fazer diferença para os diversos públicos impactados: fãs do esporte, atletas, associados da agremiação e seus dependentes e nossos estudantes. Estamos felizes e honrados com essa parceria. Vamos construir uma cooperação de excelência, em todas as frentes contempladas”, afirma.



O reitor do UniBH, Rafael Ciccarini, e o presidente do Minas, Ricardo Santiago, comemoram a parceria

## Decisão à frente

Fiat/Gerdau/Minas foca na sequência da Superliga em busca do quinto título nacional

A temporada 2021/22 vai chegando ao fim, e o mês de abril será de jogos decisivos para a equipe Fiat/Gerdau/Minas. Depois de conquistar a inédita Copa Brasil, em janeiro, o time do técnico Nery Tambeiro passou a sonhar com o quinto título do Minas na Superliga, competição que venceu nas edições 1999/2000, 2000/01, 2001/02 e 2006/07. Na temporada passada, o Fiat/Gerdau/Minas ficou com o vice-campeonato.

O Clube é o maior vencedor do vôlei masculino nacional. Além das quatro Superligas, faturou o tricampeonato brasileiro nas temporadas 1984/1985, 1985/1986, 1986/1987 e bicampeonato em 1962 e 1963.

Em março, a fase de classificação da Superliga foi encerrada com a equipe Fiat/Gerdau/Minas na liderança, somando 31 pontos e 90,9% de aproveitamento. No fechamento desta edição, o time minastenista disputava as quartas de final contra o Funvic Natal, valendo vaga na semifinal.

O técnico Nery Tambeiro destaca os bons resultados na temporada e ressalta que o time está confiante para a sequência da Superliga. "Muitas equipes fizeram investimentos altos, enquanto o nosso time foi montado com a missão de lançar os atletas revelados na base do Clube. Nós fomos ao mercado para fazer contratações pontuais, mas a nossa essência é a nossa base. E isso mostra a grandeza do Minas Tênis Clube. Nós chegamos em todas as finais que disputamos na temporada e vencemos a inédita Copa Brasil. Estamos em nossa melhor temporada, desde que cheguei aqui, há oito anos. Seguimos confiantes no grupo e no trabalho que estamos desenvolvendo", ressalta o treinador minastenista.

### Torneio Continental

Em março, o Fiat/Gerdau/Minas ficou em segundo lugar do Campeonato Sul-americano de Clubes, disputado no Ginásio do Riacho, em Contagem (MG). O time minastenista chegou à final sem perder nenhum set.

### Apoio

Os atletas do vôlei masculino são beneficiados por projetos aprovados pelo Comitê Brasileiro de Clubes (CBC). O técnico Nery Tambeiro, o fisioterapeuta Filipe Augusto e o preparador físico Davidson Alves participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e Comitê Brasileiro de Clubes (CBC). O Campeonato Brasileiro de Voleibol - Superliga Masculina 2021/2022 - faz parte do calendário de campeonatos interclubes CBC 2021, conforme o Termo de Compromisso nº 01 - Ciclo Olímpico 2021/2024, e os atletas e a comissão técnica do Minas participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, Termo de Execução no 25/2020, parceria Minas e CBC.

Na decisão do título, os comandados de Nery Tambeiro enfrentaram o Sada Cruzeiro, que venceu por 3 a 0 (25/18, 25/17, 25/18). Em terceiro lugar na competição ficou o Vôlei Renata, um dos times de maior investimento do Brasil e que foi eliminado, na semifinal, pelo Fiat/Gerdau/Minas.

No final do torneio continental, três minastenistas foram indicados para a seleção do campeonato: Leandro Visoto (melhor oposto); Maique (melhor líbero) e Juninho (melhor central).



Visoto, Maique e Juninho: destaques minastenistas no Sul-americano

## Ela está de volta

Recuperada de lesão na fíbula, Thaisa Daher comemora retorno às quadras

Para um atleta, ficar fora das quadras por lesão é algo angustiante. Principalmente para aqueles que têm “sangue nos olhos”, como a central e bicampeã olímpica Thaisa Daher, um dos principais nomes da equipe Itambé/Minas. A jogadora, que defende o Clube pelo segundo ano seguido, estava afastada das quadras desde dezembro de 2021, por causa de uma lesão na fíbula direita. Como determinação é característica marcante da atleta, depois de quase três meses e muita fisioterapia, ela voltou à quadra e está 100% pronta para defender a Itambé/Minas na reta final da temporada 2021/22.

A reestrea da jogadora foi no dia 8 de março, contra o Osasco São Cristóvão Saúde, na Arena UniBH, ainda pela fase de classificação da Superliga. O jogo foi emocionante, e Thaisa foi o destaque. Eleita a melhor jogadora em quadra, ela recebeu o troféu Viva Vôlei, comemorou seu retorno e dedicou o prêmio à fisioterapeuta Bruna Melato, uma das responsáveis pelo traba-

lho de recuperação da jogadora. “Estou muito feliz em voltar a jogar. Aos poucos estou melhorando e espero ajudar o time nos play-offs. Quero agradecer à Bruna, que esteve ao meu lado e me deu muita força, com um profissionalismo incrível”, destacou Thaisa.

A equipe Itambé/Minas encerrou a fase de classificação da Superliga em segundo lugar. No fechamento desta edição, o time comandado pelo técnico Nicola Negro disputava as quartas de final contra o Barueri Volleyball Club (7º colocado). Acesse o site [minastenisclub.com.br](http://minastenisclub.com.br) e confira os resultados.

### Parabéns, Yara!

A Diretoria homenageou, no último mês, a minastenista Yara Ribas, ex-atleta, ex-técnica e ex-diretora de vôlei feminino, presença garantida em todos os jogos da Itambé/Minas, na Arena do Minas. Além de multicampeã com as camisas do Minas e da seleção brasileira, Yara foi a responsável por revelar vários talentos do vôlei brasileiro, como Sheilla Castro, Fabiana Claudino, Ana Flávia, Luiza Machado, Walewska, entre outras.



Em ato de carinho e reconhecimento, na reestrea da temporada, Thaisa entregou o Troféu Viva Vôlei à fisioterapeuta Bruna Melato



Yara Ribas recebeu homenagem do Clube pelas mãos da diretora Keyla Monadjemi e da ex-atleta Sheilla Castro

### Apoio

As atletas do voleibol feminino do Minas são beneficiadas por projetos vinculados ao Comitê Brasileiro de Clubes (CBC). O Campeonato Brasileiro de Voleibol - Superliga Masculina 2021/2022 - faz parte do calendário de campeonatos interclubes - CBC 2021, conforme o Termo de Compromisso no 01 - Ciclo Olímpico 2021/2024 e os atletas e comissão técnica do Minas participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, Termo de Execução no 25/2020, parceria Minas e CBC.





## Momentos decisivos

123 Minas entra forte nas etapas finais do NBB e da BCLA em busca dos pódios



DIVULGAÇÃO/FIBA

Equipe 123 Minas disputa, de 6 a 9 de abril, a etapa final da BCLA 2022

Neste mês o futuro da equipe 123 Minas será definido na temporada 2021/22. O time comandado pelo técnico Léo Costa terá dois momentos decisivos: na etapa final da Basketball Champions League Americas (BCLA), que terá sede no ginásio do Maracanãzinho, no Rio de Janeiro (RJ), de 6 a 9 de abril; e no Novo Basquete Brasil (NBB), com dois jogos para encerrar a fase de classificação da competição nacional, nos dias 12 e 14.

No primeiro momento decisivo, o 123 Minas entra em quadra, no dia 6, contra o Flamengo para a disputa das quartas de final da BCLA. Em março, a equipe minastenista encerrou a participação na fase de classificação e fechou a primeira etapa do torneio continental em segundo lugar do grupo C, com nove pontos. Foram três vitórias e três derrotas (50 % de aproveitamento). O Flamengo ficou em primeiro lugar no grupo D e é o atual campeão do torneio.

Além de 123 Minas e Flamengo, estão classificados para as quartas de finais da BCLA: Cangrejeros, de Porto Rico; Real Estelí, da Nicarágua; São Paulo, terceiro representante brasileiro; Quimsa e Boca Juniors, ambos da Argentina; e Biguá, do Uruguai. No fechamento desta edição, os horários das partidas ainda não estavam definidos pela Federação Internacional de Basket (Fiba).

Acesse [minasteniclube.com.br](http://minasteniclube.com.br), confira a programação e acompanhe os resultados.

O técnico Léo Costa avalia a atuação da equipe na etapa classificatória. "Lutamos bastante para nos classificar em primeiro lugar do grupo, mas acabamos sentindo as ausências do Alexey, que estava lesionado, e de Tavarío Miller, na última etapa, disputada em março. Eles são jogadores que têm sido os pilares da nossa equipe, muito importantes. Mas, agora, é focar na sequência da competição. Sabemos que será difícil, mas estamos preparados e vamos entrar em quadra para buscar as vitórias e tentar avançar na BCLA", comenta o treinador minastenista.

Depois das finais da BCLA, o time minastenista volta à disputa do NBB. No dia 12 de abril, enfrenta o Bauru Basquete, em Bauru, no interior de São Paulo, às 20h, com transmissão do canal ESPN. Já no dia 14, às 20h, o duelo será na capital paulista contra o Pinheiros, pela última rodada da fase de classificação.

Dono de uma bela campanha na temporada, os minastenistas esperam manter o ritmo para fechar a fase de classificação entre os quatro primeiros colocados. Se isso se confirmar, o 123 Minas garante vaga direto nas





## A força da base

Minas conquista seis medalhas no Meeting Nacional e tem atleta no Pan de Lima

A temporada nacional do judô brasileiro mal começou e já tem minastenista no pódio. Em março, foi realizado, em Porto Alegre (RS), o Meeting Nacional Sub-18 e Sub-21, com atletas do Minas conquistando duas medalhas de ouro e quatro de bronze. O destaque da competição foi Kayo dos Santos que se sagrou campeão da classe até 100 kg, no sub-21, e garantiu vaga no Campeonato Pan-americano da categoria. A competição será disputada no período de 7 a 12 deste mês, em Lima, no Peru.

A segunda medalha de ouro do Minas no Meeting Nacional da base veio com Pedro Henrique Mitsuaki Paes (60kg), na categoria sub-18. Já as medalhas de bronze foram conquistadas por Eduarda Rangel Bastos (57kg) e Laura Viana do Nascimento (70kg), ambas na categoria sub-18, e Layla Belarmino (57kg) e Kaillany Valentim (63kg), na sub-21.

## Copa São Paulo

O judô minastenista também brilhou na tradicional Copa São Paulo, sagrando-se campeão geral, com 25 medalhas, sendo 11 de ouro, seis de prata e oito de bronze. A competição foi realizada no final de março, em São Bernardo do Campo (SP), e o Clube foi representado por 61 atletas, sob a orientação dos treinadores Fulvio Miyata, Floriano Almeida, Hugo Pessanha,



Campeão no Meeting Nacional, Kayo dos Santos garantiu vaga no Pan de Lima

Adriano Rodrigues e Sarah Bezerra. Também fizeram parte da delegação o fisioterapeuta Vitor Reis e o supervisor técnico Sérgio Cota.



A equipe minastenista, campeã da Copa São Paulo de Judô

## Equipe reforçada

Referência no judô brasileiro, tanto nas categorias da base quando da ponta, o judô do Minas quer se manter na briga por medalhas e continuar subindo em pódios no Brasil e no mundo. Para isso, a equipe treinada pelo técnico Fúlvio Miyata recebeu, nos primeiros meses do ano, oito reforços que prometem defender a cores do Minas com muita disposição. Um dos novos minastenistas é William Souza (100kg), campeão brasileiro sênior, que já conquistou vaga na seleção brasileira principal para as competições de 2022.

O judoca afirma que já se sente casa e comemora a oportunidade de fazer parte da equipe do Minas. "Estou muito feliz por ter a chance de representar o Minas e estou muito empolgado com a evolução que eu vou ter por aqui, pois é um Clube de estrutura incrível e com profissionais de muita qualidade técnica. Espero evoluir bastante e trazer os melhores resultados para o Minas", destaca William, que foi vice-campeão da seletiva olímpica.

Além de William, já estão em treinamento os judocas Matheus Rikiya (60kg), Diego Ismael (60kg), Thiago Ismael (66kg), Matheus Akio (73kg), Marco Barros (81kg), Kaique Silva (+100kg) e Valeska Ismael (63kg).

## Treinamento de campo

Em março, a nata do judô europeu e sul-americano desembarcou nos Centros de Treinamentos da Confederação Brasileira de Judô (CBJ), no Rio de Janeiro (RJ) e em Pindamonhangaba (SP), para o primeiro Treinamento de Campo Internacional desde março de 2020. E lá estavam 16 judocas do Minas, convocados pela CBJ para fazer parte da seleção brasileira, participando do intercâmbio com atletas das seleções da França, Holanda, Bélgica, Portugal, Argentina e Paraguai.

Entre os nomes estrangeiros, alguns chamaram a atenção pelo currículo vitorioso, como o francês Teddy Riner (+100kg), dono de dez títulos mundiais e três ouros olímpicos; os holandeses campeões mundiais Frank de Wit (81kg), Noel Van't End (90kg), Michael Korrel (100kg) e Roy Meyer (+100kg); e as medalhistas olímpicas francesas Amandine Buchard (52kg), Priscilla Gneto (57kg).

A equipe minastenista participou dos treinamentos com Amanda Lima (48kg), Maria Taba (52kg), Gabriela Conceição (52kg), Jaqueline do Nascimento (52kg), Eduarda Rangel (57kg), Gabriella Mantena (63kg), Kaillany Cardoso (63kg), Ana Júlia Neri (78kg), Victoria Archina (78kg), Milena Silva (70kg), Júlio Koda Filho (73kg), Guilherme Schimidt (81kg), Matheus Oliveira (90kg), William Souza Jr (100kg), Kayo Santos (100kg) e Juscelino Nascimento Jr (+100kg).



Minastenistas participaram de treinamentos com estrelas do judô mundial

### Apoio

Os atletas do judô do Minas contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes e são beneficiados com recursos do Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por Meio da Integração das Ciências do Esporte, aprovado na Lei Federal de Incentivo ao Esporte, processo nº 71000.048620/2021-19. Os técnicos Adriano Rodrigues e Floriano Paulo de Almeida, o preparador físico André Ferreira e o fisioterapeuta Vitor Reis participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e Comitê Brasileiro de Clubes (CBC).



Ver o pôr do sol no Arpoador, passear de canoa nas Filipinas ou tomar um gelato em Veneza.

Acreditamos que viajar deve ser pra todo mundo.

Inovamos pra que mais pessoas acumulem experiências, descomplicando sua viagem do início ao fim.

**Pensou em viajar?  
É só escolher o seu próximo  
destino e #partiu em 123.**

**Porque Viajar é Pra Todos!**

Acesse [www.123milhas.com.br](http://www.123milhas.com.br)



**123** milhas





## Palavra de especialistas

Treinadores falam sobre fatores essenciais na formação de ginastas vencedores

Não existe receita de sucesso e não é tão simples como fazer o bom e mineiro pão de queijo. A produção é mais séria: formar atletas campeões. Talento, dedicação, disciplina e foco precisam estar entre as principais características de qualquer iniciante na ginástica, seja artística ou de trampolim. E o Minas conta com profissionais qualificados para identificar e lapidar o potencial de futuros ginastas que, muitas vezes, começam a demonstrar interesse pelo esporte brincando, fazendo piruetas, saltando de um sofá para o outro ou “plantando bananeira”.

Alguns exemplos de talentos revelados no Clube são Bernardo Actos, Rayan Castro, Alice Hellen, Camila Siqueira, Mateus Camilo e Gustavo Pereira. Eles chegaram ao Minas bem cedo, franzinos, tímidos, mas determinados, adquiriram força e qualidade técnica e hoje já representam o Minas e o país em competições nacionais e internacionais.

A idade ideal para começar os treinamentos na ginástica artística e de trampolim é 6 anos. “Nessa idade, as

crianças vão desenvolver as principais características, como coordenação, força, equilíbrio, orientação espacial. São, no mínimo, dez anos de formação até chegar ao adulto”, esclarece o técnico principal da equipe adulta Antonio Lameira.

Também é necessário ter muita determinação para encarar as jornadas de treinamento, que, no Minas, variam de acordo com a categoria. Os iniciantes treinam de duas a três horas por dia, quatro vezes por semana. À medida que os ginastas vão se desenvolvendo e mudando de categoria, a carga de treinos aumenta, chegando até a seis horas e meia, de segunda a sexta-feira, e mais quatro horas, aos sábados. “Para tudo isso acontecer, temos que ter uma equipe técnica qualificada e uma equipe multidisciplinar completa, com médicos, fisioterapeuta, psicólogo, nutricionista, preparador físico. Essa estrutura é uma realidade em poucos lugares. Temos o privilégio de ter tudo isso aqui, no Minas”, destaca Antonio Lameira.

“Para desenvolver um atleta de ginástica artística, primeiro, precisamos do interesse e da disciplina da criança e do compromisso dos pais. Um aspecto importante é a relação pais, atleta e treinador. Aqui no Minas, por exemplo, as crianças passam muito tempo com os treinadores e a nossa influência na disciplina, valores morais, amor ao próximo, trabalho em equipe e respeito é muito valorizada. Também é preciso muita coragem para encarar a rotina de treinos.”

*Antonio Lameira, técnico da equipe de ginástica artística adulta*



“Existem vários fatores que influenciam na formação e no desenvolvimento de um ginasta vencedor, mas acho que, primeiramente, ele deve se apaixonar pela modalidade. É um caminho muito longo e difícil para se alcançar os objetivos, e as coisas se tornam mais fáceis e prazerosas quando se tem paixão pela modalidade. A família tem muito a contribuir. Quando criança, os atletas passam por vários momentos em que as dificuldades irão aparecer e o suporte em casa vai contar muito.”

*Ricardo Yokoyama, assistente técnico da equipe de ginástica artística adulta*



“Um atleta campeão é a soma de algumas características. Ele precisa atender às demandas físicas da modalidade, mas também deve ser muito mais que isso. Um corpo atlético compõe o atleta, mas não leva o atleta a lugar algum se ele não tiver disciplina, determinação e resiliência. Ele precisa ter inteligência emocional para conseguir lidar com as derrotas e vitórias que terá pela frente. Isso deve ser trabalhado desde cedo. É preciso também saber até onde aguentar as dores físicas dos treinamentos para saber evitar possíveis lesões.”

*Fernanda Finco, técnica da equipe de ginástica artística feminina*



“Acredito que três fatores são determinantes para fazer um campeão. Em primeiro, o físico. Querendo ou não, o atleta que tem um físico melhor se beneficia. Em segundo lugar, a paixão. Acredito que, sem paixão, o atleta não tem foco para ir além no esporte que ele ama. E, por fim, e mais importante, o psicológico. O maior treino do atleta é o psicológico. Não adianta ter todas as qualidades e não ter um treinamento psicológico bom. Acredito que a psicologia faz a diferença no processo de formação do atleta.”

*Alexandre Rungue, técnico da equipe de ginástica de trampolim*

### Apoio

Os atletas da ginástica artística e de trampolim contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes e são beneficiados com recursos de projetos aprovados da Lei Federal e na Lei Estadual (MG) de Incentivo ao Esporte: Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por meio da Integração das Ciências do Esporte, processo nº 71000.048620/2021-19, e Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas do Tênis e da Ginástica, nº 2018.02.0048, Decreto nº 46.308/2013. Os técnicos Alexandre Rungue, Silton Furiati, Fernanda Finco, Guilherme Moschen e Rodrigo Thurler e o preparador físico Pedro Augusto participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e Comitê Brasileiro de Clubes (CBC).



Lei de Incentivo ao Esporte

SECRETARIA ESPECIAL DO ESPORTE

MINISTÉRIO DA CIDADANIA



GA/MIG



MINAS GERAIS GOVERNO DIFERENTE. ESTADO EFICIENTE.

vivo



# CURTA

**O MINAS  
TAMBÉM  
NAS REDES  
SOCIAIS**

@minastenisclube

@mtccultura

@mtceducacao

@mtcesporte

@mtcbasquete

@mtcfutsal

@mtcuolei

@mtcnatacao

@mtcienciasdoesporte





## Ídolos ao vivo

Jovens tenistas do Minas vão ao Rio de Janeiro assistir à etapa brasileira da Copa Davis

Estar próximo de ídolos é sempre uma inspiração a mais para qualquer jovem atleta. Com esse pensamento, o Minas levou 28 tenistas para assistir à etapa brasileira da Copa Davis – desafio Brasil x Alemanha, realizada em março, na Arena do Tênis, no Parque Olímpico do Rio de Janeiro (RJ). Além de assistirem aos jogos, os atletas minastenistas tiveram a oportunidade de encontrar tenistas consagrados, como o alemão Alexander Zverev, número 3 do mundo, e Thiago Monteiro, melhor brasileiro do ranking nacional.

O técnico principal da base Henrique Quintino foi um dos responsáveis pela ação que envolveu os jovens atletas minastenistas. “A ideia dessa ida à Copa Davis foi para propiciar aos atletas a oportunidade de assistir e se aproximar dos grandes tenistas que disputaram o evento. A referência de atletas de alto nível é fundamental para o desenvolvimento da equipe de base”, explica o treinador.

Segundo Henrique Quintino, durante os jogos da Copa Davis, os atletas minastenistas puderam comparar as

jogadas dos profissionais brasileiros e alemães em quadra com as instruções que recebem dos técnicos do Clube, no dia a dia de treinamentos, no Centro de Excelência de Tênis, no Country. “Os nossos atletas tiveram a oportunidade de observar como os tenistas colocam em prática as suas técnicas de golpe e de movimentação, decisões táticas, posturas durante as partidas, relacionando-as com as nossas instruções. Esse momento foi importante e também serviu de aprendizado para os jovens em formação”, afirma o treinador.

Para a minastenista Mariana Ramos, 12 anos, a experiência de assistir ao vivo uma competição profissional internacional foi marcante. “Achei a Copa Davis muito legal. Acredito que tivemos momentos importantes de aprendizado que, com certeza, vão contribuir para o meu desenvolvimento. Algumas das ações táticas dos atletas me servirão de treinamento e vou me esforçar cada dia mais para melhorar em quadra”, conta a jovem tenista.

Durante uma partida e outra, nas chegadas das delegações, os atletas corriam para conseguir um registro



Ao centro, Thiago Monteiro, melhor brasileiro do ranking, com atletas do Minas





Leo Burnett™



FIAT

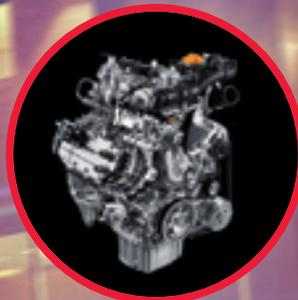
# PULSE



SEGURANÇA  
COM O ALERTA  
DE SAÍDA  
DE PISTA.



PERFORMANCE  
COM O MOTOR  
TURBO 200 FLEX.



**O SUV QUE PULSA COM VOCÊ ACABA DE FAZER  
O NOSSO CORAÇÃO BATER MAIS FORTE.**

**FIAT PULSE. ELEITO O CARRO DO ANO DE 2022 E O MELHOR MOTOR ATÉ 2.0.**



JUNTOS SALVAMOS VIDAS.



MONTE O SEU.





## Apoio garantido

Dois projetos incentivados são renovados para execução este ano

Os quase 900 atletas da base das equipes minastenistas de basquete, futsal, ginástica artística, judô, natação, tênis e voleibol continuarão sendo beneficiados pelo Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por meio da Integração da Ciências do Esporte (processo nº: 71000.048620/2021-19), que teve sua aprovação renovada na Lei Federal de Incentivo ao Esporte, para execução no período de março a dezembro.

Foram captados pelo Minas R\$ 1.946.103,40, de pessoas físicas e jurídicas que destinaram ao projeto parte do imposto de renda devido ao governo federal. Os recursos garantem treinamento esportivo e desenvolvimento integral aos jovens atletas em formação,



Henrique Quintino, técnico principal do tênis do Minas



Perdigão: projeto é fundamental para a formação de atletas no futsal

com o suporte de equipe multidisciplinar de medicina e ciências do esporte, além da mais moderna infraestrutura e participação nos principais campeonatos regionais, estaduais e nacionais.

No Minas, a equipe de tênis tem cerca de 40 atletas, exclusivamente nas categorias infantil e juvenil (até 18 anos). “Por meio do projeto, a comissão técnica pode contar com todo o apoio de profissionais da saúde, de preparação física e medicina do esporte, que são fundamentais para o desenvolvimento completo dos nossos jovens tenistas”, destaca o técnico principal Henrique Quintino.



## Adeus, Sternick

Homenagem ao conselheiro nato e ex-diretor Alberto Sternick, um minastenista de coração

A família minastenista perdeu, em fevereiro último, um dos seus mais queridos integrantes. Faleceu aos 92 anos o conselheiro nato Alberto Sternick, sócio do Clube desde 1962. Casado com Esther Kraiser Sternick e pai de Hugo, Arthur e Luiz Carlos, Sternick era engenheiro civil, teve atuação destacada na construção do Minas II e participava ativamente das ações voltadas para o desenvolvimento do Minas. Ele também foi diretor de tênis de 1982 a 1986. A Diretoria e o Conselho Deliberativo reconhecem e agradecem a relevante contribuição desse genuíno minastenista de coração à trajetória de sucesso do Minas. Descanse em paz, Sternick!



1982 – O diretor de tênis Alberto Sternick (1º à direita) em cerimônia de entrega de prêmios de torneios da Federação Mineira de Tênis e do Clube aos minastenistas Waldomiro Salles, Ariosualdo de Campos Pires, Constantino Caporalli e Fernando Pavan.



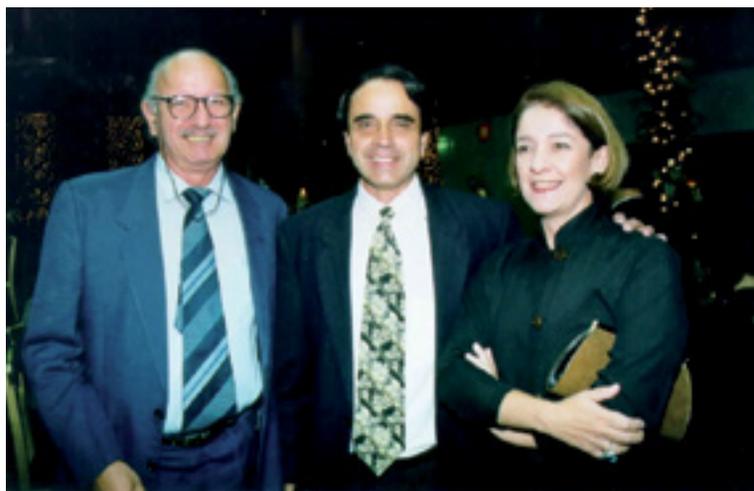
1984 – Alberto Sternick diante das placas comemorativas da inauguração da praça de esportes do Minas II



1986 – Inauguração da sede social do Minas II e eleições da diretoria, conselho deliberativo e comissão fiscal. O diretor Alberto Sternick acompanha o governador de Minas Gerais, Hélio Garcia



1988 – O chef Sternick ministra aula de culinária para integrantes do Programa Cabeça de Prata



1998 – Alberto Sternick com o casal Cândida e Gil Marcos de Araújo Silva, no jantar anual do Conselho e da Diretoria do Minas



*Ser mãe é saber que  
seu amor faz a diferença*

Uma homenagem da PORT a todas as mães!

**Aqui você encontra as melhores marcas em  
Informática, Papelaria, Escritório e Utilidades!**

**STORE IN STORE TRAMONTINA E MULTILASER !**

Somente nas lojas Prado e Contagem.

**ATÉ 40% OFF**

Válido para linha  
Tramontina e Multilaser  
até 07/05/22

• Prado Av. Tereza Cristina, 107 | Belo Horizonte/MG  
• Cidade Industrial Dentro do Só Marcas Auto Shopping  
Av. Babita Camargos, 1.295 | Contagem/MG

Lojas:  
Belo Horizonte | Contagem | Betim | Brasília  
[www.portinfo.com.br](http://www.portinfo.com.br)

# PETRA 1275

## LANÇAMENTO

O MELHOR  
DE **LOURDES**  
EM FRENTE  
AO **MINAS 1**

## 4 QUARTOS

## 4 VAGAS

## 1 APARTAMENTO POR ANDAR

VISITE NOSSO STAND 

R. ANTÔNIO DE ALBUQUERQUE,  
1275 - LOURDES

SAIBA MAIS:



Imagens meramente ilustrativas.  
Incorporação registrada sob  
o n.º R-3 e Patrimônio de  
Affectação averbado sob o n.º  
Av-4 matrícula 135.989 sob o  
protocolo 305.820 do 5º Ofício  
de Registro de Imóveis de Belo  
Horizonte, nos termos da lei n.º  
4.591/64.

 31 9 8451.9004

 [TRENACONSTRUTORA.COM.BR](http://TRENACONSTRUTORA.COM.BR)

 **TRENA**  
CONSTRUTORA

 **pentagna**  
INCORPORADORA

  @TRENACONSTRUTORA