



Nova Soberana do Recreio da Juventude

Eduarda Ruzzarin Menezes

PÁG.10



O PODER DO
PENSAMENTO
POSITIVO

PÁG.14



CONVÊNIO COM
INSTITUIÇÃO DE
ENSINO NORTE-
AMERICANA

PÁG.34

SAVONA
RESIDENZIALE

**Seu
sonho,
muito bem
localizado.**

**2 dormitórios
(sendo 1 suíte)**

Garagem p/ 2 carros.

Área privativa: 79,45 m².

Entrega: Junho/2016.

Bairro

Panazzolo

R. Luiz Pizzamiglio, 171

Vendas

IMÓVEIS
GONZATTO
IMÓVEIS

54 3025.4848 | 54 9909.4848

gonzattoimoveis.com.br

Imagens meramente ilustrativas. As unidades apenas serão comercializadas após o registro de Imóveis, nos termos da lei n° 4.591/64



VERNAZZA
RESIDENZIALE

**Naturalmente
Feito para quem
quer viver bem
e aproveitar o
melhor da vida.**

- **1 apartamento por andar.**
- **3 suítes (1 master)
opção p/ 4ª suíte.**
- **Garagem p/ 4 carros.**
- **Área privativa: 210m².**
- **Entrega: Fevereiro/2017.**

Bairro

Exposição

Av. Independência, 2189



Construção & Incorporação

 **EXACTA**
ENGENHARIA

VOCÊ É SÓCIO DE 23 CLUBES EM TODO O BRASIL

NAS 5 REGIÕES DO PAÍS

Você, que é associado de algum destes clubes, certamente conhece as inúmeras vantagens oferecidas por ele. Mas talvez não saiba que fazemos parte de um grupo que reúne os clubes mais representativos do País: o Conselho Interclubes – CI, órgão da Federação Nacional dos Clubes – FENACLUBES. E quem sai ganhando com isso é você e sua família! Sabe por quê? Porque

todos esses clubes estão integrados no Convênio Interclubes, criado para que vocês possam frequentar qualquer um deles gratuitamente, com todas as regalias reservadas aos sócios, quando estiverem viajando! Para isso, basta estar em dia com as mensalidades.

Aproveite e boa viagem!



REGULAMENTO: 1. Será permitido aos associados dos clubes integrantes do Intercâmbio Social e Desportivo frequentar as dependências dos demais conveniados, participando das atividades desportivas, sociais e culturais, nas mesmas condições oferecidas aos sócios. 2. Este convênio não é válido para os clubes da mesma cidade e região. 3. Para usufruir o intercâmbio, o associado deverá apresentar-se à secretária do seu clube, informar o clube que pretende visitar e solicitar o "Selo de Autorização" do convênio, que será anexado à sua carteira social. As carteiras de seus familiares, quando for o caso, também deverão receber o selo. 4. O selo conterà o período de validade e identificação do clube de origem. 5. A autorização também poderá ser obtida na secretária do clube que o associado deseja visitar, caso já se encontre em trânsito. Também neste caso é indispensável a apresentação da carteira social, para anexação do selo. Neste caso, a autorização deverá ocorrer num prazo máximo de 24 horas. 6. O associado visitante deverá submeter-se aos regulamentos do clube local para participar de qualquer atividade do mesmo. 7. Caso a convenção do clube local estabeleça atividades de uso exclusivo do associado, estas estarão vedadas ao visitante, que deverá ser comunicado da restrição. 8. O período de frequência do associado nos clubes de destino está limitado a um total de 30 dias por ano, preferencialmente em períodos de 3 dias cada, excetuando-se o mês de janeiro. Nada impede, no entanto, que esse período seja prorrogado, a critério exclusivo do clube de destino. 9. Qualquer infração disciplinar cometida pelo associado itinerante ou por seus familiares ensejará o cancelamento de sua autorização. 10. O associado itinerante estará obrigado a ressarir o clube de destino por qualquer prejuízo que vier a causar ao mesmo durante a sua permanência.

Apoio



CONSELHO INTERCLUBES



FNC
FEDERAÇÃO NACIONAL DOS CLUBES

ÍNDICE



NOVOS CONSELHEIROS 35



UNIVERSO CASUO 28



VERBA APROVADA 21



PEQUENOS ARTISTAS 08

13 FESTIVAL ITALIANO

13 JANTAR 103 ANOS

21 CLÍNICA DE PADEL

22 GRUPO DE CORRIDA

23 ESTADUAL DE HANDEBOL

26 VITÓRIA NA ÁGUA

30 ABERTURA DE TEMPORADA

31 BAZAR 15 ANOS

33 VESTIÁRIO FAMILIAR

Diretoria Executiva - Gestão 2014/2015

Presidente: Ary Aneo Tedesco
Vice-Presidente Administrativo e Financeiro: Eduardo Menezes
Vice-presidente Social: Fernando Bertotto
Vice-presidente de Esportes: Rafael Rihl Tregansin
Vice-presidente de Patrimônio: Fernando dos Santos R. Machado

Conselho Deliberativo - Gestão 2014/2015:

Presidente: Fernando Costi
1ª Vice-presidente: Marli Tonietto Brugalli
2º Vice-presidente: Rogério Joaquim Tondo

Conselheiros Eleitos:

Agenor Dalcorno, Aldair Carlos Fistarol, Augusto Giondo Letti, Carlos Zignani, Carlos Alberto Tedesco, Carlos Alberto Zugno, Carlos Eduardo Zanettini, Cristiano Branchieri Escola, Demian Antonio Bergamaschi, Diego Frederico Biglia, Eduardo João Sachet, Fernando Costi, Ivan Bolsoni, James Sirtoli, José Quadros dos Santos, Luiz Alberto Bertotto Maristella Mambrini Guerra, Marli Tonietto Brugalli, Osnir Flávio Micheli, Paulo César de Simone, Paulo Cesar Thimmig da Costa, Paulo Fernando Périco, Paulo Henrique Marchioro, Rafael Irineu Sebben, Rafael Morsch Lipp, Ricardo João Dall'agno, Riccardo Bianchi, Roberto Antonio Vergani, Roberto Ferreira, Roberto Tieppo, Rogério Joaquim Tondo, Sandro Adolfo Trentin, Silvio Fernando Angonese, Valter Augusto Webber, Victor Hugo De Lazzer e Wilson Riva.

Membros Natos Do Conselho Deliberativo:

Alvy Lenzi, Aurelio Barp, Darcy Locatelli, Francisco C. A. Maciel, Gilberto J. Reis, José Carlos Bassanesi, Mauro Henke, Mercio Antonio Saretta, Nestor Curra, Nestor Giusto, Naravan Juarez Figueiró Nervo, Paulo Antonio Spanholi, Paulo Roberto Zanettini, Plínio Caprara, Rachid Miguel, Selvino Segat, Valdir Larry Tregansin, Valtoir Perini e Vanius João Nesello

Membros Natos Do Conselho Executivo:

Ademir Somavilla, Edemir Giacomio Zatti, Gilmar Antonio Gianni, João Flavio Ioppi, Jose Carlos Bertotto, Jose Fiorindo Angeli, Luiz Paulo Rech, Mario Guilherme Sebben, Nilso Picinini, Odone Martin Gobbato, Raul Pedro Fedrizzi e Romeu Vitorio Rossi

Conselho Fiscal:

Presidente: Ivo Morando
Secretária: Inês Novello Ziliotto
Relator: Cícero Rech
Suplentes: Celestino Oscar Loro, Celso Luiz Corso e Nivaldo Della Giustina.

Expediente Revista Recreio da Juventude

Projeto Gráfico e Editorial: Departamento Social / Setor de Comunicação
Recreio da Juventude
Foto Capa: Daniel Herrera
Jornalista: Roberta Mattana (MTb/RS 13.954)
Impressão: Lorigraf Gráfica e Editora
Tiragem: 8.000 exemplares
Periodicidade: Trimestral
Fechamento: 16 de dezembro



Sede Campestre

Rua Atílio Andreazza, 3525
Sagrada Família
Caxias do Sul - RS



Sede Campestre Guarany

Rua Fúlvio Minghelli, 713
Bairro São Leopoldo
Caxias do Sul - RS



Sede Social

Rua Pinheiro Machado, 1762
Centro
Caxias do Sul - RS



Sede Social Guarany

Av. Júlio de Castilhos, 987
Centro
Caxias do Sul - RS

CONECTE-SE



/RecreioDaJuventude



/recreiodajuventude



@rjuventude



/recreiodajuventude



www.recreiodajuventude.com.br

Serviço de Atendimento ao Associado - SAA

saa@recreiodajuventude.com.br

Eventos e Comunicação

eventos@recreiodajuventude.com.br

Locações de Espaços

locacoes@recreiodajuventude.com.br

Venda de Títulos e Anúncios

vendas@recreiodajuventude.com.br

Administração:

Rua Atílio Andreazza, 3525
Sagrada Família - Caxias do Sul/RS
(54) 3028.3555

EDITORIAL

PODE VIR, 2016!

Não é clichê dizer que 2015 foi um ano de muitas realizações. Não mesmo! Ao longo deste ano, implementamos projetos de melhorias no nosso clube, visando a satisfação dos nossos mais de 16 mil associados.

Quase no apagar das luzes do ano, deu-se o anúncio de uma das mais significativas ações do Recreio da Juventude: a assinatura do convênio internacional com a instituição de ensino norte-americana Valencia College. Pioneiro na região serrana do Rio Grande do Sul, o acordo bilateral abre as fronteiras aproximando o caminho entre Caxias do Sul e os Estados Unidos, com a finalidade de proporcionar uma série de atividades intercambiais, troca de conhecimento e fruição cultural, além de promover o estreitamento de laços e oportunidades entre entidades e alunos.

Na sequência, comemoramos o fato de o Recreio da Juventude ter sido contemplado, mais uma vez, com recursos federais para incentivar o esporte e os atletas do clube. O programa “Formando a Juventude Olímpica” foi aprovado pela Confederação Brasileira de Clubes, com valor estimado em quase R\$ 1,5 milhão.

Importante pilar de sustentação do Recreio da Juventude é a área social. Como não poderia deixar de ser, as atividades desenvolvidas pela agremiação para congregar associados e sociedade caxiense foram dignas de reconhecimento.

Tiramos do papel a primeira edição do Festival Italiano, um jantar pautado pela gastronomia farta e típica da Serra gaúcha, consolidamos ainda mais a proposta cultural do Terça Cult, aplaudimos os 103 anos de fundação do Recreio da Juventude em um lauto jantar ambientado na sede social. Ainda, assistimos e participamos da estreia em sociedade das 20 meninas-moças que debutaram

pelo clube, e nos encantamos com a magia do espetáculo Universo Casuo especial de Natal. Aliás, nesta edição da revista você confere uma entrevista exclusiva com o empresário Marcos Casuo, que por muitos anos atuou na trupe canadense Cirque du Soleil, e da qual obteve know how para montar sua própria companhia circense.

A reportagem especial desta revista é sobre o incrível poder do pensamento positivo. Ao ler o texto, você aprende a adotar uma postura mais otimista no dia a dia, ao entender os benefícios para a saúde, para a qualidade de vida e para seus relacionamentos interpessoais. Nas próximas páginas, você também será apresentado ao atleta do RJ Osamu Takarada, de 73 anos, que se destaca por levar o nome do clube para campeonatos brasileiros e mundiais, cuja história revela ainda capítulos de superação.

Já demos a largada para a temporada de verão 2016!

Queremos receber a todos, para que desfrutem da nossa estrutura, nossas piscinas, nossa área verde e jardins, curtam a estação mais quente do ano no Recreio da Juventude, que dispõe de infraestrutura ideal para atividades esportivas, recreativas e de lazer.

No ano que vem, o clube terá Eduardo Menezes na presidência da Diretoria Executiva, tendo como vice-presidentes social, de patrimônio, administrativo/financeiro e de esportes, respectivamente, Fernando Bertotto, Fernando Machado, Diógenes Maggi De Ávila e Paulo Henrique Marchioro.

Aprendemos a aproveitar os benefícios do pensamento positivo e temos certeza que a nova gestão vai obter sucesso nos próximos anos. Desejamos, então, que possam compartilhar com nossos associados ainda mais realizações. Pode vir, 2016!

Diretoria Executiva
Recreio da Juventude



ARTES EM TODAS AS FORMAS

O Ateliê Isabel Sebben reuniu os principais feitos de suas alunas neste ano e transformou em exposição. Nas várias formas de arte, destaque para movelaria transformada, pratos decorados e os famosos manequins estilizados.

Coordenadas por Isabel Sebben, as artistas que apresentaram seus trabalhos no Espaço Multicultural foram: Ana Fortuna, Cristina Minghelli Bühler, Cristine De Lazzer,

Dalva Locatelli, Helena Travi, Isabel Celli Sebben, Janete Maria Mantovani, Leila Maria Loppi, Ligia Maria Sperb Gazzola, Liliana Zambon da Silveira, Maria Adélia Coelho, Maria Helena Faggion, Marília Rech Kerpen, Marli Martins de Souza, Mércia Bettoni, Neiva Cassina, Neiva Sartori, Silvia Boff, Solange Bastiani Biondo, Suzana Campagnolo, Suzete Pinheiro Machado, Terezinha Saba e Thais Zanettini.

PEQUENOS ARTISTAS

A brinquedoteca do Recreio da Juventude realizou em outubro o movimento cultural intitulado Pequenos Artistas, com crianças associadas do clube. O objetivo do foi realizar releituras de acrílico sobre tela das obras mais famosas de Romero Brito e Tarcila do Amaral. Além de expandir a criatividade, os pequeninos também aprenderam mais sobre a obra e vida desses grandes artistas.



TERÇA CULT AGRADA O PÚBLICO

Já consolidado como evento cultural do Recreio da Juventude, o Terça Cult finaliza suas atividades de 2015 com ótimo desempenho e grande aprovação apontada pela pesquisa de satisfação.

No dia 6 de outubro, o projeto trouxe ao palco da sede campestre, o espetáculo infantil, alusivo ao Dia da Criança. Nesta ocasião, a peça teatral alusiva aos grandes personagens da Disney, interpretou o musical Frozen, Alvin e os Esquilos e a sensação do momento, Peppa Pig.

Com um público de aproximadamente 860 crianças, o ginásio de esportes acolheu, além da atividade cultural, brinquedos infláveis e distribuição de comidinhas para as crianças de 0 a 10 anos.

No mês de novembro, o palco do salão social da agremiação recebeu o grupo caxiense Evento Mágico, que apresentou o show intitulado Bah!, com mágicas, música, stand up comedy, além de muita interação com o público.

Nesta edição, o projeto aproveitou para arrecadar produtos de higiene, alimentos e roupas que foram destinados aos desabrigados por conta da enchente que assolou o Rio Grande do Sul.

Na última edição do ano, realizada no dia 1º de dezembro, o projeto apresentou Fabiano Feltrin e seu pupilo Luis Felipe Romagno, no espetáculo musical *Elvis Tribute Artist*. O público teve o privilégio de assistir um dos mais respeitados covers de Elvis Presley do mundo. Neste espetáculo, em especial, foram retratadas as fases da carreira do Rei do Rock.



Dia da Criança

Foto: Guilherme Kannenberg



Espectáculo Bah!

Foto: Dandra Santos



Elvis Tribute Artist

O projeto Terça Cult retorna em março de 2016, na primeira terça-feira de cada mês, como de costume. Contamos com a participação de todos!

 **Monobox**
Aluguel de containers

Solução para armazenagem e obras

**Containers Legalizados
Semi-novos**

 (54) 9153.2929

 www.monobox.com.br

Aluguel e Venda de Containers



Containers de 6m e 12m



NOITE DOS SONHOS PARA 20 DEBUTANTES

O dia 3 de outubro de 2015 não sairá da memória das 20 meninas-moças que estrearam em sociedade nos salões da sede social do Recreio da Juventude. Familiares e amigos das debutantes prestigiaram o baile de gala que, nesta edição, evidenciou o charme e a beleza das divas da música pop contemporânea.

O elenco de beldades, formado por Amanda Maria Lopes, Amanda Sgarioni, Amanda Susin Nora, Antonia Angeli Gazola, Catherine Ferrarini Lorandi, Clara Bellini Albé, Danusia Pergher Goedel, Fernanda Slomp, Francesca Dal Sochio Gobbato, Gabriela Radaelli Schio, Giovana Boniatti Freitas, Giulia Bertussi, Jaqueline Sasset Cara,

Júlia Eberhardt, Júlia Seibert Perozzo, Manuela Canever Kersting, Martina Vergani, Sofia Brizoto Camassola, Victoria Liz Becker e Vitória Rech foi apresentado à sociedade caxiense pelo casal presidente executivo da agremiação, Ary e Marli Tedesco – que, ao lado do vice-presidente social, Fernando Bertotto, foram os anfitriões da noite.

O Debut Concept 2015 se valeu da proposta “Celebre sua juventude! Enjoy” e iniciou com a apresentação individual das debutantes. O projeto de ambientação, assinado pelo cerimonialista e designer Sidnei Staudt, teve decoração inspirada na elegância da realeza, com evidência



Fotos: Daniel Herrera

na cor do ano, o marsala, para a concepção da decoração. Com uma identidade marcante, mas sem perder a configuração clássica dos salões da agremiação centenária, as

debutantes protagonizaram um desfile coletivo ao som da trilha sonora Diamonds, da cantora pop Rihanna, coreografado por Cristina Dall'Agno Demori.





Apresentação da Rainha 2015/2016, Eduarda Ruzzarin Menezes

Fotos: Daniel Herrera

Para a composição floral, o designer Fernando Weber utilizou alstromérias, lírios e bocas de leão, que ilustraram a sofisticação da noite e ganharam destaque em espelhos venezianos e peças em cristais. Uma das novidades do tradicional Baile de Debutantes foi a utilização do mapping, uma projeção em 3D com imagens confeccionadas especialmente para a ocasião.

A celebração da passagem dos 15 anos foi completada quando as 20 debutantes dançaram a tradicional valsa com seus pais e pares. A beleza das jovens ganhou brilho extra com as joias com que foram presenteadas, um pin-

gente em forma de asa de anjo, tema do baile.

A noite ainda marcou a coroação de Eduarda Ruzzarin Menezes para reinar como soberana do Recreio da Juventude, nos anos 2015/2016, e a despedida da rainha Lúcia Brustolin, da gestão 2014/2015.

Após o cerimonial, apresentado pelos jornalistas Marisol Santos e Rômulo D'Ávila, o baile contou com os ritmos oitentistas da banda Sunset Riders e sonoplastia dos DJs da Progressiva Som e Luz.



Sidnei Staudt

Planejamento e execução de decoração
e assessoria em eventos

(54) 3025.2327 | 9996.9213
Rua Visconde de Pelotas, 1017 - Sala 02
sidneistaudtcontato@hotmail.com

GASTRONOMIA TÍPICA EVIDENCIADA NO PRIMEIRO FESTIVAL ITALIANO

No dia 23 de outubro, o Recreio da Juventude tirou do papel a primeira edição do Festival Italiano. O jantar contou com o prestígio de 300 pessoas, que se deliciaram com as iguarias da farta gastronomia da Serra gaúcha em ambiente tipicamente decorado, no Salão Verde da sede campestre da agremiação.

No cardápio, o famoso Menarosto foi o destaque, servido com carnes de coelho, codorna, galeto e porco, além de polenta, radicci com bacon, macarrão com molho tradicional, maionese, pão colonial e vinho.

A animação e a descontração deram o tom do evento!



Foto: Juliano Vizenzi

JANTAR CELEBRA OS 103 ANOS DE FUNDAÇÃO DO RECREIO DA JUVENTUDE

Na noite de 27 de novembro, o casal presidente executivo do Recreio da Juventude, Ary e Marli Tedesco, e o casal presidente do Conselho Deliberativo, Fernando Costi e Gisela Cardoso, foram os anfitriões do Jantar do Conselho, festividade que reuniu a família esmeralda para celebrar os 103 anos do RJ. O jantar, realizado na sede social do clube, contou com apresentação da banda Voga.

Durante o evento, a beldade Lúcia Brustolin, soberana na gestão 2014/2015, foi homenageada com o descerramento de sua foto, na galeria das ex-rainhas. Ainda nesta noite a rainha do ano de 1955, Teresinha Spinatto foi homenageada pela presidência executiva, pelos 60 anos de sua coroação, na ocasião da inauguração da Sede Social.



Rainha Teresinha Spinatto homenageada pela diretoria



Rainha Lúcia Brustolin no descerramento de sua foto

Foto: Juliano Vizenzi



O INCRÍVEL PODER DO PENSAMENTO POSITIVO

POR ROBERTA MATTANA

Mesmo que a ciência ainda não consiga explicar de maneira tão clara, acredite: as energias do campo mental coordenam a saúde física. Assim, atitudes otimistas e de fé podem melhorar nossa vida e, inclusive, nos curar de doenças. Compreendendo que o pensamento positivo atua na vontade das pessoas, fica fácil adotar uma postura otimista frente à vida.

Imagine a seguinte cena: você está no hospital e há um ente querido na UTI. O médico se aproxima de você e diz: “reze, reze bastante”. Bom, eu posso imaginar o que vai se passar pela sua cabeça... Talvez você pense que a situação está gravíssima ou que o quadro do paciente apresentou uma piora. A boa notícia – e que a ciência ainda não consegue explicar de maneira clara – é que o pensamento positivo e a prece emanados a alguém que se encontra enfermo têm bastante poder.

Sabe-se de estudos realizados em UTIs que provaram que pessoas que receberam orações intercessórias – sem saber que tais pensamentos posi-

tivos eram endereçados a elas – comparadas a um grupo que não recebeu preces, obtiveram menos complicações hospitalares. Ou seja, não houve queda na mortalidade, mas as complicações que poderiam ser evitadas apresentaram impacto significativo na estatística. Vale lembrar que pensamentos bons emanados para outras pessoas desenvolvem também no indivíduo que envia, emoções de bem-estar.

Nesta mesma linha, pesquisadores da Universidade de Stanford, em 2005, analisaram pares de pessoas com vínculo afetivo entre si. Enquanto um indivíduo da dupla (emissor) era orientado a emitir intenção de cura

e oração ao seu par (receptor), este era monitorado por ressonância magnética para identificar atividade das áreas cerebrais durante os intervalos de tempo em que a oração era emitida. Detalhe: os indivíduos não sabiam que estavam recebendo preces. Ao final, constatou-se que regiões importantes do lobo frontal e do sistema límbico foram as mais ativadas, evidenciando melhor funcionamento de áreas responsáveis pelo raciocínio, discernimento, tomada de decisões e equilíbrio das emoções.

O neurocirurgião e professor universitário Marcelo Mattana não tem dúvida de que pacientes em leito de hospital que recebem orações – mes-

mo sem saber – apresentam menos complicações, o que influencia diretamente no tratamento. “Creio que os pacientes que recebem correntes de pensamento positivo e energias de grupos de pessoas sentem as orações, o que provoca evolução na recuperação”, exprime.

Há, porém, um caso em específico em que o poder do pensamento positivo é determinante para a cura. Chama-se efeito placebo. De acordo com estudo da Sociedade Beneficente Israelita Brasileira Albert Einstein, em 1811, o dicionário médico Hoopers definia placebo como “qualquer medicamento dado mais para agradar do que para beneficiar o paciente”. Em outras palavras, efeito placebo é qualquer resultado positivo atribuído a uma pílula ou procedimento, mas não a suas propriedades farmacodinâmicas. Trata-se da resposta positiva do paciente, que ao tomar um comprimido de farinha, com efeito inócuo, por exemplo, apresenta o benefício da cura.

Segundo estudos da neurociência, a expectativa positiva gerada pela fé, por estados de meditação e ao serem utilizados medicamentos inertes (efeito placebo) ativam as mesmas regiões do cérebro. Ou seja, não há como explicar o que ocorre no cérebro quando se fala em efeito placebo se não for pela via do pensamento positivo.

Estudos comprovam uma série de casos de recuperação, de aumento da longevidade, entre outros, quando o paciente coordena sua sintonia mental para que seja estímulo de mudanças e melhora. Uma abordagem espiritualista contemporânea afirma,

inclusive, que o médico tem consciência de que a cura é atributo do enfermo e não do terapeuta.

Nesse sentido, Mattana comenta que, ao longo de sua experiência médica, se depara com casos repetidos, de pacientes com a mesma doença, no mesmo lugar. E, ao se comparar a atitude deles, é possível notar que os pacientes otimistas e com fé no seu pronto restabelecimento se curam de fato mais rápido. Além disso, o médico encoraja seus pacientes a pensarem positivo, sabendo das consequências de tal ato.

“Ser otimista no enfrentamento do problema ajuda a resolver etapas de recuperação que poderiam ser mais demoradas, e isso faz toda a diferença”.

Vale registrar que pesquisas recentes demonstraram que a espiritualidade pode ser um caminho para melhorar a qualidade de vida dos enfermos, assim como estimular maior rapidez no processo de cura e/ou enfrentamento das doenças. Então, quando um médico se aproxima da família de alguém que está na UTI do hospital e disser “vamos orar”, não significa uma medida de emergência nem que tudo está perdido. Pelo contrário. O pensamento positivo, não somente conosco mesmos mas para com os outros, têm embasamento e pode, inclusive, melhorar o quadro do paciente.

COORDENANDO A SINTONIA MENTAL: O EFEITO NO CÉREBRO

Da ótica da física quântica, o pensamento é onda eletromagnética. For-

mulando-se em ondas, o pensamento age de cérebro para cérebro, tal qual, no caso da televisão, a corrente de elétrons age de transmissor para receptor.

Graduado e mestre em física pela Universidade de São Paulo (USP), o professor universitário André Luiz Oliveira Ramos afirma que a física quântica funciona como uma lente da ciência, por meio da qual é possível compreender os mecanismos ocultos da natureza, porém reais no cotidiano. “Desde o último século, a física descortinou a intimidade da matéria revelando, entre outros aspectos, a influência de observador consciente no estado quântico das partículas. Além disso, contribuiu para avançarmos no estudo do cérebro por meio dos modernos equipamentos de diagnóstico por neuroimagens, os quais permitem visualizar atividade cerebral em tempo real”, explica.

Nessa linha, o físico destaca o estudo realizado por pesquisadores da Universidade de Oregon, que investigou a não-localidade quântica entre cérebros humanos correlacionados por meditação. “Os resultados do experimento sinalizaram para a possibilidade de ocorrerem correlações entre atividades cerebrais de duas pessoas separadas, e regiões cerebrais específicas poderem ser ativadas”, analisa. Isso quer dizer que quando você emana boas vibrações para alguém – de alguma maneira inexplicável, porém muito especial – essa corrente é sentida.

Ramos assegura que tal estudo abre caminho para compreender os efeitos do pensamento positivo no cérebro, tanto de quem irradia, quanto de

quem é objeto da intenção, mesmo à distância. Dessa forma, sentimentos como alegria, confiança, amor, afeto, otimismo, compaixão, entre tantos outros, são medicamentos para o bom funcionamento do cérebro e da saúde do ser humano. E aqui, o professor convida para uma reflexão: “Como ficaria o cérebro de pessoas que não gostamos ou de relacionamento conflitante se, ao invés de pensarmos mal, emitirmos orações ou intencionalidade de felicidade e paz?”.

COM QUE TIPO DE INFORMAÇÕES VOCÊ ALIMENTA SEUS PENSAMENTOS?

Marcelo Mattana define o pensamento positivo como “a atitude de ver as coisas pelo lado bom, podendo fazer disso um comportamento, uma filosofia de vida”. Conforme o médico, não existem bases neurobiológicas para explicar o efeito do pensamento positivo no cérebro, mas se sabe que o mecanismo cerebral funciona diferente em quem está depressivo e em quem está feliz. “Ver as coisas pelo lado positivo faz com que vários neurotransmissores, entre eles a noreadrenalina e a serotonina, mudem sua concentração em determinadas áreas

do cérebro, fazendo-o reagir melhor, funcionando melhor. Isso impacta diretamente nas funções cognitivas do ser humano. Portanto, estar de bem com a vida, ter uma atitude positiva e de felicidade faz com que o cérebro processe melhor as informações”, explicita o médico.

Da mesma forma que o físico André Luiz Ramos, a bioquímica Samira Turconi não só acredita e pratica o pensamento positivo, como também promove palestras sobre o assunto. “O pensamento é uma emissão de energia e como tal propaga-se no universo conforme as leis físicas, ora como ondas, ora como partículas. Assim, ao emitirmos um pensamento, emitimos a energia como partículas sobre o nosso corpo, que serão reconhecidas pelo cérebro. E, por meio do seu comando, emitirá a produção de neurotransmissores para o fortalecimento ou enfraquecimento dos diversos sistemas do organismo, produzindo, assim, saúde ou doença. Do mesmo modo, a energia na forma de ondas leva o pensamento ao universo, inundando-o com nossas vibrações de felicidade ou de infelicidade. Assim, aquilo que eu penso cria uma espécie de psicofera ao meu redor, boa ou má, de acordo com o teor dos pensamentos, produzindo bem-estar

ou não a todos os que convivem comigo”, afirma.

De acordo com Samira, com a força do pensamento, é possível conquistar tudo o que estiver ao alcance das possibilidades, de acordo com a lei de causa e efeito. “Peça ao universo, por meio do pensamento, trabalhe para conseguir e tudo conquistará”, assegura a palestrante.

A estudante de psicologia Karina Furlin concorda com Mattana, ao acreditar que pensar positivo é um comportamento, e também procura nutrir uma atitude positiva frente à vida.

“Manter o pensamento positivo no cotidiano é uma escolha, uma filosofia de vida. Eu acredito e tento sempre manter a motivação diária de maneira otimista”.

E, assim como Samira, Karina confia na lei de causa e efeito. “Os pensamentos emitem uma frequência energética importante, capaz de nos modificar interna e externamente. De acordo com esse raciocínio, se entende que o pensar positivo cria possibilidades e reações positivas, eis a relação de causa e efeito ou ação e



Foto: Pix Searching

reação, tão faladas atualmente”, lembra ela. A estudante acredita, ainda, que a maior conquista com o exercício do pensamento positivo é para a saúde mental.

“A partir do momento que se percebe a vida por meio de um olhar positivo, cria-se uma postura saudável para lidar com o cotidiano, com as pessoas, acontecimentos e sonhos. Eu confio muito nisso”, conclui

Coach e master practitioner em programação neurolinguística (PNL), Fernanda Farias conceitua o pensamento positivo como “o nosso diálogo interno, nossa linguagem mental”. Para ela, trata-se do que nós dizemos para nós mesmos. A PNL contribui nesse processo, ao ensinar que ‘querer é poder’. “É uma ferramenta que nos auxilia com um conjunto de técnicas de controle da mente, que possibilita nos tornarmos mais conscientes em relação aos nossos pensamentos, sendo útil para nosso aperfeiçoamento pessoal e profissional”, menciona. Fernanda compreende que, com a força do pensamento, podemos conquistar tudo aquilo que planejamos. “Gosto muito de uma frase que diz: Se você pensa que pode, você pode. Se você pensa que não pode, você tem razão. A escolha é sua”.

EDUQUE A MENTE, DISCIPLINE OS PENSAMENTOS, ORDENE AS IDEIAS

Elaine Ourives estuda o poder da mente há 15 anos. Possui formação em física quântica e em PNL, e atua como neuropsicoterapeuta vi-

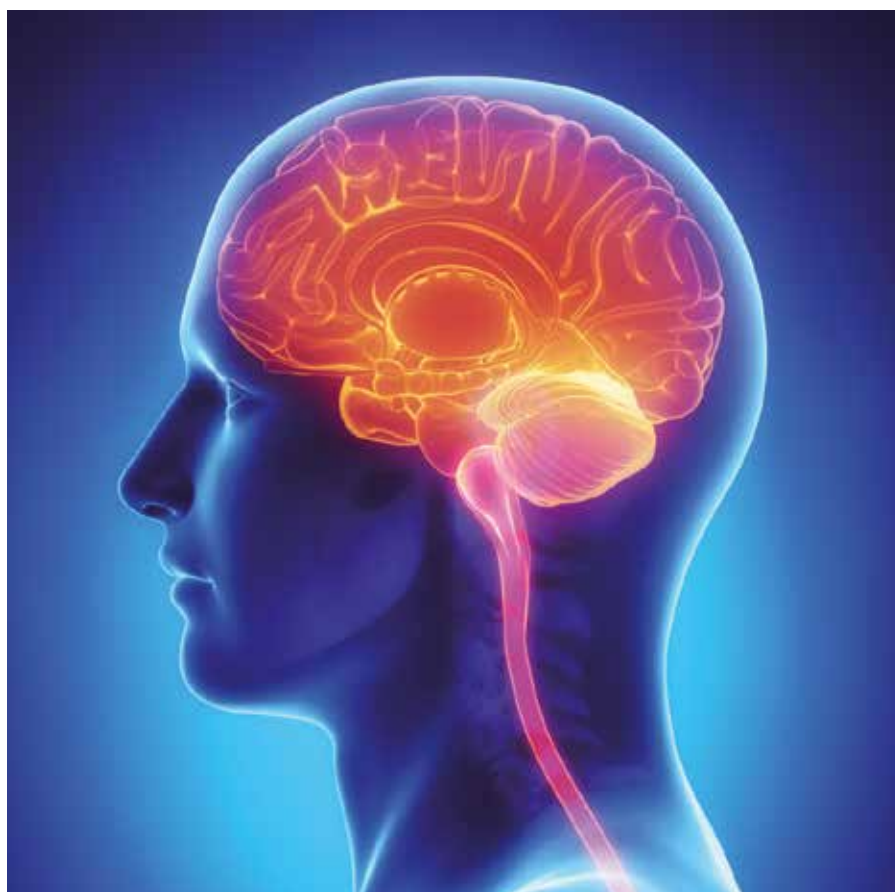


Ilustração: neurocienciestuff.tumblr.com

bracional quântica. Segundo ela, o pensamento positivo funciona sim, mas sozinho não tem força de manifestação. “Somos criadores da nossa realidade e criamos o nosso mundo por meio do pensamento. Quando pensamos em algo que queremos, uma avalanche de sinais nervosos se desencadeia no cérebro. No córtex (camada periférica dos hemisférios cerebrais), milhares de neurônios são acionados e trocam informações em frações de segundo. Arquivos de memória são vasculhados e, sem que você possa controlar ou prever, uma imagem surge em sua mente. De uma casa, por exemplo. Então, você deve sentir um bem-estar, uma vontade de possuir essa casa de verdade”, exemplifica ela, acrescentando que o inconsciente precisa ser impressionado por meio da frequência vibracional que você realmente deseja aquilo.

Elaine informa que, ao longo do tempo, a pessoa passa a ser vítima do esquema montado pelo próprio sistema de pensamentos, sem perceber essa ligação. “Funciona assim: me mantendo em frequência elevada, consigo ter dias equilibrados e de acordo com aquilo que planejei antes de levantar. Por meio da meditação e do pensamento, gero sentimento e emoção de acordo com o que eu quero. Isso chama-se de frequência vibracional de alegria, e então tudo flui”, explica.

A palestrante Samira Turconi afirma, veementemente: a ação do pensamento sobre o corpo é poderosa. “As forças vivas da mente estão sempre construindo, recompondo, perturbando ou bombardeando as células responsáveis pela saúde ou pela doença. O pensamento salutar e edificante flui pela corrente sanguínea



como tônus revigorante das células, passando por todas elas e mantendo-se em harmonia. O oposto também ocorre. Realizando o mesmo percurso, o pensamento negativo produz agentes químicos que perturbarão o equilíbrio celular de todo o organismo, produzindo alterações e condições para a instalação de doenças”, elucida.

Ela ensina a buscar somente o lado bom de tudo o que nos rodeia. “Para abreviar o tormento que nos flagela de vários modos a consciência, é imprescindível trabalhar na renovação mental, pois assim encontraremos consolação e paz, adquirindo ânimo e entusiasmo para prosseguir”, pontua, acrescentando que o pensamento é a força dinâmica capaz de descobrir maravilhas, levando-nos à felicidade, ou de projetar a sombra, de acordo com a natureza boa ou má do seu conteúdo.

Elaine Ourives, por sua vez, é enfática ao responder o que é possível conquistar com o poder do pensamento: “Tudo”, diz ela, “quem limita o poder somos nós”. Ela declara, ainda, que pessoas que pensam e sentem positivo, e buscam seus sonhos na frequência da alegria e do amor, podem tudo. “A simples reorganização dos pensamentos disfuncionais pode fazer uma diferença muito grande em nossas vidas”, destaca.

A coach Fernanda Farias acrescenta que os pensamentos criam nossa atitude mental, e ela determina nossos comportamentos. “Acredito muito que o que pensamos interfere diretamente no que sentimos. Logo, o que sentimos interfere em como e o quê fazemos. Sabendo do efeito do pensamento positivo no cotidiano, passamos a aplicá-lo no sentido de gerar resultados mais desejados em todos os aspectos das nossas vidas”.

Para encerrar, Samira convida para a reflexão: se quisermos sofrer menos ou estruturar uma saúde perfeita, faz-se necessário disciplinar os sentimentos, pois são eles que geram os pensamentos. “Quem educa as ideias, está servindo como médico de si mesmo, está tomando medicamentos bem indicados para todos os tipos de males, está vivendo mais porque começa a sentir a própria felicidade”.

DICAS PARA DESENVOLVER O PENSAMENTO POSITIVO

Existem diversos motivos pelos quais vale muito a pena deixar o pessimismo de lado e pensar mais positivo, por questões de saúde, trabalho, relacionamentos e bons sentimentos.

No que diz respeito à saúde, está mais do que provado que otimistas aprendem a lidar melhor com situações difíceis e adversas, tendo fé em sua recuperação. Nos negócios, os otimistas estão sempre mais motivados e por isso tendem a render e produzir mais no trabalho. Aliás, importantes empresários ressaltam o pensamento positivo como fundamental para o sucesso nos seus negócios.

Já nos relacionamentos, é verdade que ninguém aguenta ficar do lado de alguém pessimista durante muito tempo. Assim, fica fácil concluir que os pensamentos negativos acabam sobremaneira com romances e amizades.

Enfim, você deve estar convencido de que pensar de maneira positiva muda a sua vida, não é? Então, vamos por em prática!



DICAS PARA ADOPTAR UMA POSTURA OTIMISTA NO DIA A DIA

MUDE SUA FORMA DE FALAR

As palavras seguem mão dupla, elas influenciam a pessoa que as ouve, mas influenciam muito mais quem as fala. Quando você diz coisas do tipo "eu não consigo", "nada dá certo para mim", está exprimindo o que pensa, mas também está reforçando esse modo de pensar. Evite dizer frases negativas e, principalmente, que menosprezem a você mesmo. Comece a trocar as suas falas negativas por outras mais otimistas. Evite se referir negativamente aos grupos ao qual pertence, como sua família, sua cidade, etc. Passe a se monitorar, observe se você possui o hábito tão comum que é evidenciar os próprios defeitos e desprezar as qualidades. Se sim, acabe com isso o mais rápido possível!

CONVERSE COM PESSOAS MAIS OTIMISTAS

De modo geral, fazemos amizade com pessoas com as quais nos identificamos. Por esse motivo, pessoas negativas tendem a ter muitos amigos pessimistas. E dos encontros desses grupos, dificilmente surgem ideias de motivação e esperança. O mais intrigante é que pessoas negativas que vivem se queixando dos problemas da vida costumam ganhar mais atenção. Elas são sempre as "coitadinhas" e, com esse rótulo, elas preferem continuar ganhando atenção do que mudar de vida. Se o seu desejo é mudar a sua forma de pensar, cerque-se de pessoas que pensam e agem de maneira mais positiva.

ACUMULE PENSAMENTOS POSITIVOS

Ao invés de assistir noticiários sensacionalistas e sangrentos, procure por programas que te façam rir e despertem pensamentos positivos. Assista comédias (mesmo as românticas), filmes que falem sobre histórias de superação e otimismo, leia livros de autoajuda, escute músicas animadas. Espante os pensamentos negativos e deixe espaço para a alegria reinar na sua vida.

ACEITE OS PRESENTES DA VIDA

Alguém te elogiou? Foi paquerado por alguém interessante? Acredite que você merece essas coisas da mesma forma que qualquer outra pessoa. Ao invés de inventar desculpas do tipo "meu chefe está querendo alguma coisa" ou "aquela gata estava sorrindo para um cara atrás de mim", tome posse da sua vitória.

ABANDONE OS SENTIMENTOS NEGATIVISTAS

Quando começar a sentir que está sendo inundado por sentimentos de tristeza, autopiedade ou pessimismo, reflita qual foi o pensamento que deu início a essa sensação e decida abandoná-lo. Diga a si mesmo que não quer mais pensar de forma negativa e que quer mudar. Isso fará muito bem para você, sua saúde, seus relacionamentos e sua vida!

Fonte: psicologosp.com





**MITSUBISHI
MOTORS**

Por terra ou por asfalto, com um Mitsubishi você vai mais longe.



MITSUBISHI ASX 2016

Versões com câmbio automático a partir de

R\$ 98.490



MITSUBISHI LANCER 2016

Versões a partir de

R\$ 69.990



MITSUBISHI NEW OUTLANDER 2016

Versões a partir de

R\$ 121.990



MITSUBISHI L200 TRITON HLS 2016

Versões a partir de

R\$ 85.490



MITSUBISHI PAJERO 4x4 2016

Versões a partir de

R\$ 155.490



MITSUBISHI PAJERO FULL 3D 2016

Versões a partir de

R\$ 176.990



Matriz

RST 453, Km 1,8, nº 4390
Desvio Rizzo, Caxias do Sul/RS



54 2992.1600



Filial 1

Av. Rubem Bento Alves, nº 3468
São José, Caxias do Sul/RS



54 3290.0300



Filial 2

Av. Rubem Bento Alves, nº 750
Sagrada Família, Caxias do Sul/RS



54 3238.0800

 betiolo.com.br

FAÇA REVISÕES EM SEU VEÍCULO REGULARMENTE.

ASX 2016 versões com câmbio automático a partir de R\$ 98.490,00. Lancer 2016 versões a partir de R\$ 69.900,00. Outlander 2016 versões a partir de R\$ 121.990,00. L200 Triton HLS 2016 a partir de R\$ 85.490,00. Pajero 4x4 2016 versões a partir de R\$ 155.490,00. Pajero Full 3D 2016 versões a partir de R\$ 176.990,00. Imagens meramente ilustrativas. As imagens podem não ser da versão anunciada. Ofertas válidas para veículos em estoque na concessionária.

 **Grupo
Betio**





Representantes do clube no Congresso da CBC

“FORMANDO A JUVENTUDE OLÍMPICA” FOI APROVADO PELA CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE CLUBES

O Recreio da Juventude receberá, mais uma vez, verba do Governo Federal, a fim de incentivar o esporte e os atletas do clube. Nos dias 20, 21 e 22 de novembro, durante o Congresso Brasileiro de Clubes, realizado em Campinas (SP), o Recreio da Juventude teve o projeto “Formando a Juventude Olímpica” aprovado com o valor estimado em R\$ 1.488.454,15.

A iniciativa contemplará a aquisição de aparelhos e equipamentos de última geração, que são atualmente utiliza-

dos em campeonatos mundiais e jogos olímpicos, para a ginástica artística, além de blocos de partida e sistema de cronometragem eletrônica para a piscina olímpica da Sede Guarany.

Este é o segundo projeto do Recreio da Juventude aprovado em 2015, por meio do qual os clubes filiados à Confederação Brasileira de Clubes recebem verba federal da Lei Pelé.

CLÍNICA DE PADEL

O Departamento de Padel do Recreio da Juventude promoveu, nos dias 2, 3 e 4 de outubro, a clínica de padel para os associados do clube.

A oficina foi ministrada pelo professor argentino Gervásio Del Bono, naturalizado brasileiro, que já morou na Espanha e viveu do padel como atleta profissional e agora como professor. Atualmente, o atleta da Seleção Brasileira de Padel reside em Porto Alegre.

A aula, dividida em teórica e prática, foi realizada para um grupo de padelistas do RJ, com exercícios e os principais fundamentos do padel.



Fotos: Arquivo RJ

GRUPO DE CORRIDA DO RJ PARTICIPA DE MARATONA EM CURITIBA



Foto: Arquivo RJ

O Running Recreio da Juventude, grupo de corrida do clube, participou da Maratona de Curitiba que ocorreu no dia 15 de novembro. O grupo foi representado por 20 corredores.

Acenir Fátima de Lima, Ana Paula Carre Rissi, Anadir Roveda, Andreia Oliveira Bertoluz, Alessandra Spianorello, Eduardo Rodrigues da Fonseca, Eliege Cristina Longhi, Eloir Elizeu Oliveira dos Santos, Fabiana Giacomet, Fábio Marques, Gerson Paulo Ruschel, Gislaine Regina Soares da Anunciação, Joice Fabiana Agonese, Miriam Constante, Paulo Neri Sales da Silva, Reges Luiz Moschen, Sandra Santini, Sandra Thomé, Simone Giacomet e Vilma Amalia Cecconello foram os competidores do Running Recreio da Juventude que participaram da corrida, com a orientação dos técnicos Vanessa Jaconi Boeira, Sandra Ribas Crespan de Oliveira e Diego Menegassi.

A equipe participou da prova com o apoio e parceria da Transportadora Plimor, de Farroupilha.

O empresário Paulo Neri Sales da Silva, 59 anos, foi um dos atletas que viajou para a capital paranaense para disputar a maratona. Embora lesionado, percorreu 10 km em 53min 20seg. “Dos 961 corredores, fiquei em 200º na classificação geral. Senti-me gratificado com esse resultado”, declarou, enfatizando o companheirismo do grupo e o papel dos professores para sua conquista. “Eles nos transmitem seus conhecimentos e, com isso, sentimos satisfação em cumprir nossa meta”.

Paulo declara-se um apaixonado pela corrida. “Fui convidado pelos professores Vini e Diego para integrar o grupo. E decidi participar pela amizade e parceria, pelo envolvimento de todos”, diz. Antes de começar a correr, Paulo tinha sobrepeso e problemas de saúde. Com a entrada no grupo de corrida, passou a gostar da atividade, e, com a prática frequente, começou a emagrecer. “Melhorei minha situação de saúde, peguei gosto pela prática esportiva. Foi então que recebi o convite dos professores para me unir ao grupo. Hoje, não tomo mais nenhum remédio, emagreci ao todo mais de 30 kg em dois anos e meio, sem fazer dieta”, revela.

O empresário salienta que a atividade física tem profundo impacto no seu dia a dia. “Eu era um cara bastante estressado e agora me sinto mais sociável, sou mais companheiro. O dia que eu vou correr, é como se eu me livrasse de todo o estresse. E aí começo o dia seguinte tranquilo, calmo e sereno”, expõe.

Da mesma forma que Paulo, a empresária Acenir Fátima de Lima, 50 anos, mais conhecida como Zuca, inicialmente começou a correr sem pretensões. Mas, com o passar dos treinos, foi se sentindo realizada pela atividade. “A corrida é um esporte solitário. Por querer estímulo de outras pessoas, entrei para o grupo de corridas, por meio do qual fiz muitos amigos”, comenta ela. Sobre a participação na Maratona de Curitiba, Zuca diz que foi “inesquecível”. “Senti muita honra em poder presenciar tanta garra e superação”, menciona, agradecendo ao Recreio da Juventude por proporcionar as condições necessárias para o esporte, e também aos professores pelo empenho e dedicação.



EQUIPE DE VOLEIBOL FEMININO DO RJ PARTICIPA DA 15ª TAÇA PARANÁ

Fotos: Arquivo RJ



Representado pelas atletas das equipes mirim, infantil e infante feminino, comandadas pelos técnicos Ivan Reis-

dorfer e Rodrigo Santos, o Recreio da Juventude participou, nos dias 10 a 15 de novembro, da 15ª Taça Paraná de voleibol, em São José dos Pinhais, interior do Estado. A categoria mirim ficou entre as cinco melhores equipes do Brasil. As meninas disputaram oito jogos e perderam um na classificatória para o Flamengo (RJ). Já nas quartas de final, a equipe da agremiação caxiense perdeu para o campeão Fube (SC), no terceiro set com parcial de 15x13 a favor do adversário do clube.

A jogadora do Recreio da Juventude Luana Tedesco foi considerada a melhor atleta da competição. Para participar do evento esportivo, o Recreio da Juventude contou com apoio financeiro da Confederação Brasileira de Clubes (CBC).

EQUIPE DE HANDEBOL É VICE-CAMPEÃ DO CAMPEONATO ESTADUAL



A equipe de handebol, categoria cadete masculino, do Recreio da Juventude sagrou-se vice-campeã na segunda etapa do Campeonato Estadual de Handebol, que ocorreu no ginásio Municipal de Esportes de Santa Maria e no ginásio do SEST/SENAT, entre os dias 5 e 8 de novembro.

Para essa etapa, 11 equipes disputaram a competição, divididas em duas chaves. Os atletas do Recreio da Juventude obtiveram cinco vitórias e uma derrota, conquistando o vice-campeonato.

CAMPEONATO BRASILEIRO DE TÊNIS



Mais de 150 tenistas participaram, entre os dias 18 e 22 de novembro, do 1º Open de Tênis Recreio da Juventude/Festa da Uva, realizado em Caxias do Sul.

O torneio promoveu disputas nas categorias nove a 18 anos, masculino e feminino, simples e duplas, todas válidas pelo ranking da Confederação Brasileira de Tênis (Grupo 1).

EQUIPE DE NATAÇÃO DO RJ VOLTA COM MEDALHAS DO CAMPEONATO ESTADUAL DE VERÃO



Fotos: Arquivo RJ

A equipe competitiva de natação do Recreio da Juventude conquistou 50 medalhas no Campeonato Estadual de Verão Mirim a Sênior, que ocorreu na piscina olímpica do Clube Grêmio Náutico União, em Porto Alegre, nos dias 7 e 8 de novembro.

Foram, no total, seis medalhas de ouro, 14 de prata e 30 de bronze, além da conquista do troféu de Vice-campeão na categoria Mirim, Vice-campeão na categoria Petiz e

troféu de terceiro lugar na categoria Infantil.

A comitiva congregou os nadadores e os professores Enio Guimarães, Maricel Vieira, Arthur Moschen e Erika Stella.

O Recreio da Juventude contou com auxílio financeiro do Projeto Juventude Olímpica, da Confederação Brasileira de Clubes (CBC).

MEETING SUL BRASILEIRO INTERCLUBES

Os atletas do judô do Recreio da Juventude conquistaram quatro medalhas, sendo uma de ouro e três de bronze, no Meeting Sul Brasileiro Interclubes. Participaram do evento, que ocorreu nos dias 6 e 7 de novembro, em Blumenau (SC), judocas das classes Infantil, Sub 13 e Sub 15.

A campeã que conquistou o ouro foi a atleta Maria Angelina Andreola da Rosa Cardoso dos Reis, na classe Sub 15 (- 48 quilos). Voltaram da competição, em terceiro lugar, os judocas João de Oliveira Fontana, classe Infantil (- 36 quilos), Nicolas Gyovanno Zolet, classe Sub 13 (- 42 quilos) e Caio Giacomelli Kuse, classe Sub 15 (- 53 quilos).

Os técnicos que acompanharam os atletas foram Miguel Kuse e Gustavo Grazziotin. A agremiação caxiense contou com apoio financeiro da Confederação Brasileira de Clubes (CBC).



Maria Angelina conquistou o ouro da categoria Sub 15



Colônia de Férias



Faixa etária: 06 a 12 anos

- 11 a 15 de janeiro
- 25 a 29 de janeiro
- 18 a 22 de janeiro
- 01 a 05 de fevereiro

13h30min às 18h

Inscrições na Secretaria Principal
da Sede Campestre



Recreio da Juventude

(54) 3028.3555 / www.recreiodajuventude.com.br

A ÁGUA É TESTEMUNHA DA VITÓRIA

por Roberta Mattana

.....
Braçada após braçada, cada centímetro avançado são milésimos de segundos que valem medalhas e títulos. Campeão nas piscinas, o japonês Osamu Takarada, 73 anos, é destaque entre os nadadores do Recreio da Juventude, da categoria master. Já conquistou incontáveis medalhas de ouro em campeonatos brasileiros, sendo também medalhista sul-americano, pan-americano e mundial. Mas sua história revela ainda capítulos de superação.

Um senhor simpático, sorridente, mas com aquela timidez típica de japoneses. Assim é Osamu Takarada. Nascido no Japão, foi lá que ingressou na faculdade de engenharia, mas fez carreira profissional como projetista de guindastes, na qual atuou por mais de 30 anos.

Certo dia, decidiu vir para o Brasil. “Assisti um vídeo sobre São Paulo, mas não me interessei muito em morar naquela cidade. Aí procurei na lista telefônica uma empresa caxiense que fabricava guindastes e liguei, me oferecendo para trabalhar. Quando cheguei em Caxias do Sul, não falava nada de português e pedi para o táxi me levar até a Marcoplan (hoje Madal Palfinger). Quando chegamos no destino, só via ônibus. Foi aí que me dei conta que o taxista havia me levado na Marcopolo”, conta ele, rindo da situação.

Pois bem, era final de 1975 quando Takarada trocou o

Japão por Caxias do Sul. Casado, teve dois filhos e uma filha. Também seguiu sua carreira profissional como gerente de projetos. Mas o gosto desde a infância pela natação também foi cultivado.

Por aqui, decidiu procurar uma academia de natação para praticar o esporte. Foi na Pranadar que iniciou as aulas, onde teve afinidade com professores da escola que, na sequência, passaram a atuar no Recreio da Juventude – e ele veio junto. Hoje, é fácil encontrar Takarada pela piscina térmica do clube, onde frequenta três vezes por semana.

A adversidade

Aos 29 anos, no Japão, durante um teste de uma máquina projetada por Takarada, algo saiu fora do controle. O equipamento lhe cortou por inteiro o braço direito.

Ele já apreciava a natação antes do acidente, que não o desmotivou. “Eu nadava o estilo livre e fazia mais ou menos 30 segundos em uma piscina de 50m. Após o ocorrido, a diferença foi de seis segundos. A partir daí, não me desanimei e passei a treinar com mais intensidade. Hoje em dia, disputo as competições com pessoas que têm os dois braços e esse tempo já não faz mais diferença para meus resultados”, revela.

Takarada passou por uma situação inusitada por conta disso, que hoje ele conta aos risos. Em 2003, durante o

33º Campeonato Master de Natação, sediado em Brasília, ele disputou a modalidade peito e venceu. Mas as regras obrigam que o atleta, assim que conclui a prova, bata na borda da piscina com as duas mãos. Dessa forma, mesmo chegando em primeiro lugar, o fiscal da prova anulou seu resultado. Takarada trouxe a medalha de ouro, mas sua pontuação não constou no resultado oficial da disputa. Apesar do constrangimento, a situação serviu para que a Associação Brasileira Master de Natação fizesse uma revisão na tradução das regras oficiais da FINA para este tipo de prova.

As conquistas

A falta do braço direito não impediu que Takarada seguisse praticando a natação. Nos últimos 15 anos, já participou de três campeonatos mundiais, dos quais ele cita: São Francisco (Estados Unidos), de onde voltou sem medalhas; Riccione (Itália), onde ficou em 10º lugar; e Kazan (Rússia), de onde trouxe três medalhas do FINA *World Masters Champions*, nas modalidades peito e borboleta.

Ao todo, recorda-se de ter disputado em torno de 150 competições, nas quais conquistou mais de 700 medalhas. Dessas todas, expõe como as mais importantes as premiações nos mundiais e nas competições pan-americanas. “Pretendo seguir nadando. Meu desejo é trazer medalha da competição mundial que vou disputar em 2017, em Budapeste, na Hungria”, sonha ele.

Já são mais de 15 anos nadando pelo Recreio da Juventude, levando com orgulho e sempre com sorriso no rosto, o nome da agremiação aos quatro cantos do mundo.



Medalhas conquistadas por Takarada

Foto: Roberta Mattana

Na cidade somos todos pedestres.
0800-011 8038

O VERÃO ESTÁ CHEGANDO!
CURTA COM SUA FAMÍLIA E SEU CITROËN

Venha fazer um Test Drive e consulte condições especiais.



CRÉATIVE TECHNOLOGIE
EIFFEL
JE T'AI ME CITROËN

CAXIAS DO SUL | RS | AV. RUBEM BENTO ALVES, 1192 54 3025 0222
BENTO GONÇALVES | RS | ESTRADA DA VINDIMA, 40 54 3055 1222
GRAMADO | RS | AV. DAS HORTÊNSIAS, 3917 54 3286 6220
eiffelcitroen.com.br [f](#) /citroen.eiffel [t](#) @eiffelcitroen

Magia e encanto do espetáculo Universo Casuo especial de Natal



Com o objetivo de divertir e surpreender o público de Caxias do Sul com o colorido e a atmosfera lúdica que o circo proporciona para crianças e adultos, o Recreio da Juventude sediou a apresentação do espetáculo inédito Universo Casuo – Especial de Natal. A atração ganhou espaço no ginásio de esportes da sede campestre na noite de 13 de novembro.

O show apresentou um lugar onde todos os dias é Natal, onde só se chega por meio do encantamento. É lá que vivem o amor, a compreensão, a ternura, a alegria, o perdão e todos os sentimentos bons que, juntos, fazem a magia do Natal. O espetáculo apresentou o Natal por meio de um universo paralelo regado de cores, sonhos e fantasias, com efeitos especiais e apresentações acrobáticas, malabares, clown, música ao vivo, dança, além de muita interação com o público.

Na trama, o lugar mágico foi invadido por guerreiros sombrios que se alimentam de bons sentimentos. Toda a população, antes feliz e amorosa, caiu numa apatia profunda, que pode comprometer a festa natalina de todos os outros povos do planeta. Só com a ajuda do sonho e da imaginação, bem como da energia proporcionada pelo riso e pela emoção, poderão salvar a data.

Mais de mil pessoas prestigiaram o espetáculo e se emocionaram com a apresentação.



Fotos: Juliano Vicenzi



“O circo está no coração do povo”

por Roberta Mattana

A companhia circense Universo Casuo é fruto de um sonho acalentado pelo empresário Marcos Casuo. O brasileiro atuou durante oito anos no elenco da famosa trupe canadense Cirque du Soleil, onde foi motivo de crítica pela sua audácia e criatividade nas performances, chamando a atenção da mídia e do público em geral.

Após 21 anos de picadeiro, foi no final de 2008 que Marcos Casuo decidiu abrir mão da estabilidade e prestígio para realizar seu sonho. Voltou ao Brasil e montou seu próprio circo. Nascia, assim, o Universo Casuo, que hoje figura entre os 10 mais respeitados do mundo no gênero.

O idealizador do Universo Casuo interpreta o palhaço da atração. Homem visionário, empresário e empreendedor, Marcos Casuo conversou com a revista do Recreio da Juventude minutos antes da apresentação de Natal, no dia 13 de novembro, em palco montado no ginásio do clube.

“Nosso objetivo é encantar e surpreender. Quem assiste o espetáculo, sonha de olhos abertos”.

Vivendo na estrada e há 28 anos atuando em circos, Casuo contou que a companhia dispõe de 90 profissionais para todo o espetáculo e faz mais de 200 shows por ano. “Para 2016, realizaremos uma turnê internacional, levando o riso e a alegria para além do Brasil”, projeta.



Artista Marcos Casuo

Fotos: Juliano Vicenzi

Em Londres, no Royal Albert Hall, Marcos Casuo foi reconhecido como um dos 10 melhores clowns do mundo. Para ele, o título é motivo de entusiasmo, pois “o aplauso é como o beijo na alma do artista”.

Esta foi a segunda vez que o Universo Casuo se apresentou no Recreio da Juventude. Definitivamente, assegura o artista, “o Universo Casuo entrou no coração dos caxienses”!





Fotos: Juliano Vicenzi

DADA A LARGADA PARA A TEMPORADA DE VERÃO 2016

A superfesta de abertura da temporada verão 2015/2016 do Recreio da Juventude contou com diversas atrações culturais e de recreação centralizadas na sede campestre. No sábado, dia 14 de novembro, o clube recebeu os associados em uma estrutura de 240 mil m² composta por áreas verdes, jardins, árvores nativas, aliados a uma infraestrutura ideal para atividades esportivas, recreativas e de lazer.

Neste dia, as piscinas abriram às 10h e a tarde. A programação contou com show da banda caxiense Hot

Pants para animar os associados. Brinquedos infláveis foram instalados para a recreação dos jovens e das crianças. Ilhas de alimentação compostas com frutas da estação, pipoca, picolé, algodão doce e refrigerante foram também distribuídas pelo clube.

Vale lembrar que, nos sábados, domingos e feriados durante a temporada, o RJ, em parceria com o Condomínio VilleNeuve, vai oferecer aos associados um estacionamento alternativo, para que todos possam desfrutar com tranquilidade o verão do Recreio da Juventude.



BAZAR CRIANDO COM ARTE COMEMORA 15 ANOS



Foto: Guilherme Kannenberg

A 15ª edição do Bazar Beneficente Criando com Arte, realizado pelo Grupo Confraria Esmeralda do Recreio da Juventude, ocorreu nos dias 5 e 6 de dezembro e recebeu mais de três mil visitantes. Neste ano, o evento realizado na sede social da agremiação caxiense arrecadou mais de R\$ 39 mil, que será revertido para o Centro Assistencial Voluntários Sem Fronteiras.

Durante os dois dias, cerca de 80 expositores reuniram seus talentos e comercializaram suas obras artesanais. Além disso, os visitantes participaram de workshops e leilões de obras de arte.



Foto: Anderson Cívandi

Ao centro, a coordenadora do Bazar Criando com Arte, Isabel Sebben, juntamente com o presidente executivo do RJ, Ary Aneo Tedesco e voluntários da entidade beneficiada.



O QUE SE FAZ AQUI É EDUCAÇÃO

Aqui no Colégio Mutirão levamos a educação para além dos portões. Levamos para a vida toda.

Aprender e ensinar precisam ser experiências inspiradoras.

No Colégio Mutirão o aluno está em primeiro lugar. Na trajetória da sua vida escolar trabalhamos juntos para que desenvolva a autonomia, a resiliência, a autoria de pensamento, a criatividade, a argumentação, a ética, o trabalho em equipe, a responsabilidade e a solidariedade.

Nesse contexto, o espaço escolar se constitui essencialmente num local de aprendizagem, de compartilhamento, saberes e relacionamento, onde o professor ocupa o lugar de proponente de desafios e promotor de autonomia.

Isso tudo faz com que o Colégio Mutirão, em sua atuação no Ensino Fundamental e Médio, desenvolva uma proposta pedagógica consistente e dinâmica, proporcionando um aprendizado significativo.



VESTIÁRIO FAMILIAR

Uma sugestão que partiu dos associados já é realidade no Recreio da Juventude. No final de novembro, as obras do banheiro familiar, o projeto desenvolvido pela arq. Rovená Vaccaro, foram concluídas na sede campestre. Trata-se de um vestiário direcionado para crianças de até oito anos e pessoas com necessidades de acompanhamento especial.

Desenvolvidas e adaptadas para crianças, as duchas medem 1,5 metros de altura. Além disso, há espaço para mobilidade e troca de roupa de banho para passeio.

O novo espaço se encontra na área das piscinas externas do clube, com entrada ao lado do vestiário feminino.

Foto: Guilherme Kamenberg



**Nossa participação na
Abertura Oficial da Temporada
de Verão foi linda!
Confira mais fotos em nossa FanPage:
YangModeladoresRS
e no site do recreio da Juventude.
Nos faça uma visita!
Aguardamos por você!**



Contate-nos!
Fone: (54) 3025-5004
Jaci: (54) 9113-5862
www.yangmodeladores.com.br


YANG
MODELADORES

RJ PROMOVE OPORTUNIDADES POR MEIO DE ACORDO INTERNACIONAL



Ary Tedesco ao lado da vice-presidente da Valencia College, Lisa Eli, do diretor do COG Intercâmbio Julio Grison e do vice-presidente da CBC, Fernando Cruz

Foto: Guilherme Kamenberg

Em coletiva de imprensa realizada no auditório da sede campestre, na manhã do dia 3 de dezembro, o Recreio da Juventude anunciou e assinou solenemente o convênio internacional firmado com a instituição norte-americana Valencia College, que possui sede em Orlando, no Estado da Florida (EUA).

Por meio do acordo bilateral, dá-se início a uma série de atividades intercambiais, a uma rica troca de conhecimento e a fruição cultural, bem como o estreitamento de laços e oportunidades entre entidades e alunos. O convênio consiste em programas de imersão nas áreas de estudos, esportes e negócios, com a finalidade de criar

oportunidades os mais de 16 mil associados do RJ. Com o intercâmbio, será possível estudar e praticar esportes, além de ter a chance de conquistar bolsas em universidades americanas.

A vice-presidente da Valencia College, Lisa Eli, veio dos EUA para a coletiva de imprensa. Em seu discurso, expôs a satisfação de assinar o convênio com o clube. “Estamos empolgados com os programas de intercâmbio e estamos felizes por poder receber os associados do RJ na nossa instituição. Sabemos que será um sucesso essa abertura de fronteiras, diminuindo o caminho entre Caxias do Sul e Orlando. Espero vê-los em breve”, disse.

Oportunidades de Intercâmbio oferecidas nos EUA

Estudos

Intensivo de inglês: programa de imersão no idioma para estudantes a partir de 15 anos de idade, com módulos a partir de duas semanas, para níveis básico, intermediário e avançado.

Intensivo de inglês para adolescentes: projetado para estudantes com idades entre 12 e 14 anos, proporciona melhor compreensão do idioma com a imersão na cultura americana. Níveis de aprendizado do iniciante ao avançado com cursos de duas a quatro semanas.

Graduação nos EUA: prepara os bacharelados para as universidades parceiras. São mais de 60 cursos com duração de dois a quatro anos.

Esportes

Brazilian Sports Program: proporciona preparação de atletas de alto rendimento, treinamento para estudantes e atletas amadores de todas as idades. Gera oportunidades para a elegibilidade das bolsas de estudos em faculdade e universidades americanas.

Negócios

Missão empresarial para EUA: voltado para empresários, executivos e educadores brasileiros, tem por objetivo construir alianças e a vivências de modelos de negócios praticados em empresas na região central da Florida por meio de parcerias duradouras, promovendo colaboração e crescimento.

CONHEÇA OS NOVOS MEMBROS DOS CONSELHOS DO RECREIO DA JUVENTUDE



Fotos: Arquivo RJ

Assembleia geral realizada no dia 23 de novembro de 2015 aclamou os novos conselhos Executivo, Deliberativo e Fiscal do Recreio da Juventude.

Para o biênio 2016/2017, Eduardo Menezes assumirá a presidência executiva do clube. A nominata tem nas vice-presidências social, Fernando Bertotto, de patrimônio Fernando dos Santos Rocha Machado, administrativo e financeiro Diógenes Maggi De Ávila e de esportes Paulo Henrique Marchioro.

Eleito para o triênio 2016-2018, o presidente do Conselho Deliberativo será Rafael Rihl Tregansin, que terá Diego Frederico Biglia e Marli Tonietto Brugali nas vice-presidências. A chapa única para renovação de 1/3 do Conselho foi composta pelos associados Augusto Giongo Letti, Rafael Rihl Tregansin, Vilson Riva, Marli Tonietto Brugalli, Carlos Alberto Zugno, Victor Hugo De Lazzer, José Quadros dos Santos, Riccardo Bianchi, Rogério

Joaquim Tondo, Paulo Fernando Périco, Ivo Morando e Aurélio Marques.

O Conselho Fiscal da agremiação para o biênio 2016/2017, terá Evandro Poletto na presidência, Rudimar Francisco Antonelli como secretário e Antonio Carlos Lentz da Silva como relator. Os suplentes são Josmar Antonio Zolet, Elio Masiero e André Vicente Voltolini.





Carnaval interclubes

2ª Edição

09 DE FEVEREIRO / 22 HORAS
SEDE SOCIAL DO RECREIO DA JUVENTUDE

**Adquira a camiseta para o evento
na Secretaria de seu clube!**

**CONTATO E
INFORMAÇÕES**

CLUBE JUVENIL - (54) 3221.5225 | www.juvenil.org.br
RECREIO CRUZEIRO - (54) 3208.5546 / (54) 3208.5547 | www.recreiocruzeiro.com.br
RECREIO DA JUVENTUDE - (54) 3028.3555 | www.recreiodajuventude.com.br