



Informando

nº 519 - dezembro / janeiro 2005/2006

Perfil:

Conheça a história de Glória Sadala.

NIPA em Ação:

Nesta coluna a Administração informa o andamento da ampliação da Sala de Musculação e a iluminação do Campo de Futebol, além da mudança da concessionária do Restaurante, Bar, Lanchonete e Padaria do Condomínio.

Espaço Jovem:

Conheça a nova coluna do Informando que abre espaço para os jovens.

Você Sabia:

Um artigo do cirurgião plástico Carlos Roxo conta tudo sobre queimaduras.

Talentos de NIPA:

Conheça a história do brownie de Nova Ipanema que virou notícia no Jornal do Brasil.



Eventos:

- Papai Noel chega voando em Nova Ipanema.
- NIPA comemora chegada de 2006 em grande estilo.

Espaço Aberto:

- Conheça algumas histórias dos filhos de NIPA pelo mundo.





Na primeira edição do ano do Informando trazemos algumas novidades. A partir desse número, passaremos a publicar a coluna "Espaço Jovem". Nela, a juventude de Nova Ipanema terá uma página especial para publicar suas idéias, sugestões e impressões sobre a vida no Condomínio. A voz da coluna, nesta edição, é de Marcellus Serpa, que nos brinda com um delicioso artigo. Também fazemos alguns convites para os condôminos. A idéia é movimentar os espaços de NIPA com partidas de peteca e com as atividades para a garotada.

Nesta edição você vai saber, também, como foi a chegada de Papai Noel. O Bom Velhinho dispensou as renas e pousou de helicóptero no Bosque, para a alegria de crianças e adultos. Vai ver os flashes da Festa de Ano Novo que contagiou a todos com muita animação, dança, comida gostosa, abraços, sorrisos, brindes e uma bela queima de fogos. E mais, todas as comemorações e festinhas que marcaram a despedida de 2005 nas várias atividades do Condomínio.

O Informando traz, ainda, o perfil de Glória Sadala, um artigo interessante do Dr. Carlos Roxo, cirurgião plástico, sobre "Queimaduras", e uma matéria sobre o talento da moradora Adriana Andrade, que ganhou destaque nas páginas da revista Domingo, do Jornal do Brasil, em virtude do sucesso de seu brownie artesanal.

E depois de muita pesquisa, publicamos algumas histórias de filhos de moradores de NIPA que partiram para o exterior em busca de trabalho, estudo e aventuras. A redação do Informando entrou em contato com várias pessoas e publica alguns relatos na matéria "Os Filhos de NIPA no Mundo".

Boa Leitura e um bom começo de ano para todos!



Perfil	04/05
• O Condomínio como Suporte da Vida	
NIPA em Ação	06/07
Espaço Jovem	08
Esportes	09/12/13/14
• Que tal uma Partida de Peteca?	
• Aulão de Hidroginástica	
• Escolinha de Futebol e Recreação Infantil	
• Confraternização de Final de Ano	
• Taça Futebol Soçaite	
• Churrasco do Barril	
• Aulão de Musculação	
Eventos	10/11
• Papai Noel Chega Voando em Nova Ipanema	
• Festa de Ano Novo de Nipa vai ficar na Memória	
Espaço Aberto	15/17
• Os Filhos de Nipa no Mundo	
• Talentos de Nipa	
Reciclagem	16
• Porque Reciclar	
Você Sabia?	18
• Queimaduras: Verdades e Mentiras	

EXPEDIENTE

Presidente Executivo
Mário Szheer

Diretor Administrativo
Oscar Freire

Projeto Gráfico
marcia machado design
(21) 2557 4948 / 2557 5491
e-mail: marciamc@veloxmail.com.br

Jornalista Responsável
Lígia Viegas – Mtb: 17668/RJ
Produção Editorial - W3 Comunicação
(21) 2286-4691 – www.dablio3.com

Comissão Editorial do Informando - CED
Ana Paula Pellicione Araújo
Carlos Roxo
Heloisa Aragão (colaboradora)
Manoel Raymundo M. S. Pereira

Márcio Linhares
Sérgio Torres
Suely Abramo

Impressão
Zit Gráfica e Editora

Fotos
Dante Belluti

Os artigos assinados são de responsabilidade de seus autores, não refletindo necessariamente a opinião do condomínio.
Tel. Adm.: 3325-8788 / Fax: 3325-4121 • e-mail: novaipanema@novaipanema.com.br



O Condomínio como **Suporte da Vida**

O perfil do primeiro Informando de 2006 é de Glória Sadala. Psicanalista e Psicóloga, Glória nos conta que NIPA foi um grande aliado em sua vida. Moradora da Zona Sul, Glória resolveu se mudar para a Barra da Tijuca há 26 anos com seu marido, o arquiteto Nelson Sadala, e os filhos. Na época, buscavam um lugar que reunisse qualidade de vida e uma boa infra-estrutura. Glória e Nelson trabalhavam muito e precisavam de um suporte para conciliar suas atividades

profissionais com a criação dos filhos. Foi esse o grande atrativo de Nova Ipanema. "O Condomínio me dava suporte em termos de segurança, colégio, transporte e atividades complementares para meus filhos e isso facilitava muito a minha vida", conta Glória.

Com o suporte de NIPA, Glória conseguiu seguir em frente na carreira e criar os filhos. Fez especialização e aperfeiçoamento profissional. Kursou mestrado e doutorado e transferiu boa parte de suas



Foto: arquivo pessoal

UVA Barra VESTIBULAR 2006



Não há nenhum lugar no Rio como a Barra. E um bairro com personalidade única não poderia deixar de ter uma universidade como a Veiga de Almeida. Aliando 70 anos de tradição com as mais modernas técnicas de ensino, a UVA oferece em sua unidade da Barra uma série de cursos diferenciados, desenvolvidos especialmente para ajudar na inserção dos estudantes no mercado de trabalho. **Sua vida profissional começa na UVA.**

- Administração
- Psicologia
- Moda
- Design de Jóias
- Design de Interiores
- Paisagismo
- Ilustração e Animação em 3D
- Gestão Empresarial
- Gestão Imobiliária
- Gestão em Petróleo, Gás e Energia

Inscriva-se já.



www.uva.br

2574 8888

Tijuca, Barra e Cabo Frio

UVA
Universidade
Veiga de Almeida



atividades para a Barra da Tijuca. "Hoje eu concentro na região da Barra toda a minha vida. Minha moradia, minhas atividades pessoais e minhas atividades profissionais. Me desloco apenas para a PUC, que também não é longe. O que é uma facilidade para mim", complementa.

Psicanalista e Psicóloga, Glória atua em várias instituições. Além do consultório no Centro Médico Richet, onde atende crianças, adolescentes, adultos e casais, trabalha em algumas Universidades. Na PUC-Rio, ministra aulas no Curso de Pós-Graduação/Especialização em Psicologia Clínica. Na Universidade Veiga de Almeida é Coordenadora do Curso de Pós-Graduação/Especialização em Teoria Psicanalítica e Prática Clínico-Institucional. Coordena, também, o curso de graduação em Psicologia, onde atua como professora e supervisora, da Universidade Veiga de Almeida.

Glória já teve participação ativa no Condomínio. Foi membro do Colegiado, participou da comissão do jornal de NIPA, organizou várias comemorações do Dia das Crianças no Bosque, com atividades recreativas e culturais, e foi Diretora Social em duas gestões. Também organizou visitas à Feira do Livro e foi uma das fundadoras da Biblioteca Monteiro Lobato criada em NIPA. "A inauguração da Biblioteca foi em grande estilo com a presença da escritora Laura Sandroni que

ministrou uma palestra para os moradores sobre "A Importância da Leitura na Família", conta Glória.

Hoje acredita que atue como uma "integradora". "Como organizo muitos eventos na minha área de atuação, acredito que estou fazendo uma ligação entre a universidade e parceiros como BarraShopping, Aliança Francesa, Marina Barra Clube e Nova Ipanema. É uma satisfação muito grande quando vejo vizinhos, amigos e jovens de NIPA nessas atividades culturais", completa.

Um suporte para a Criação dos Filhos

Durante toda entrevista com Glória Sadala a palavra mais ouvida foi "suporte". Foi em Nova Ipanema que Glória encontrou suporte para criar os filhos, se aperfeiçoar na carreira, continuar trabalhando e para que

os filhos seguissem em frente na vida. "Criar meus filhos em Nova Ipanema sempre me deu tranquilidade. A vida no Condomínio permitiu que eles fossem adquirindo autonomia gradativamente", explica.

Mãe de Adriana, Tatiana e Rodrigo, Glória acrescenta que o Condomínio propicia uma convivência mais próxima entre as pessoas e ajuda na educação dos filhos. "Eu acho fantástico moradias como Nova Ipanema. Pela tranquilidade, qualidade de vida, pela proximidade e pelas opções de atividades que uma criança precisa para se desenvolver".

Seus filhos também seguiram os passos dos pais e criaram ligações com Nova Ipanema, estruturando suas vidas próximas ao Condomínio. Adriana, 28 anos, é arquiteta. Iniciou seus estudos no Colégio Anglo Americano e hoje atua profissionalmente com um escritório no Casa Shopping. Já participou em projetos e reformas em residências em Nova Ipanema, onde viveu desde pequena.

Tatiana, 21 anos, está terminando o curso de Comunicação Social na PUC/Rio. Também iniciou seus estudos no Colégio Anglo Americano. Seu primeiro estágio tem ligação direta com NIPA. Foi na Comunicarte, empresa de um morador de Nova Ipanema que conheceu Tatiana ainda pequenina. "É muito interessante ver que um vizinho que conheceu minha filha ainda pequena e acompanhou seu desenvolvimento viu que poderia dar uma oportunidade a ela na vida adulta profissional. Em Nova Ipanema Tatiana passou por todas as fases da vida e deslança na profissão, tendo sido vencedora do Desafio PUC na sua área em dezembro de 2005", conta orgulhosa.

Rodrigo, 18 anos, acaba de entrar para a Universidade para cursar Arquitetura. Vai seguir os passos do pai e da irmã mais velha. Também estudou no Anglo Americano, mas concluiu seus estudos no Colégio Santo Agostinho. "Para ir para o colégio, Rodrigo desfrutava da facilidade de locomoção com o ônibus de NIPA. Como você pode ver, minha vida sempre contou com o suporte de Nova Ipanema", conclui Glória.

“Eu acho fantástico moradias como Nova Ipanema. Pela tranquilidade, qualidade de vida, pela proximidade e pelas opções de atividades que uma criança precisa para se desenvolver.”

AGORA EM NOVA IPANEMA

CJ - 250 / ABADI



Sergio Castro
IMÓVEIS

A EMPRESA QUE RESOLVE.

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

VENDA - ADMINISTRAÇÃO DE BENS - LOCAÇÕES - AVALIAÇÃO ESPECIALIZADA

3328-6312 / 3328-6314

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



Sala de Musculação

As obras de ampliação da Sala de Musculação começam no final de janeiro. Com a reforma, a sala será ampliada oferecendo mais conforto para os condôminos praticarem seus exercícios. O projeto, elaborado pela arquiteta Fátima Freire, preservará o layout anterior, com algumas adaptações. A previsão é que até o final de março tudo esteja pronto.

Iluminação do Campão

O Campo de Futebol de Nova Ipanema ganhará uma nova iluminação devendo a sua instalação se iniciar até o final de janeiro. A partir de então, os jogadores terão mais conforto para suas partidas noturnas. O projeto incluiu a reorganização e modernização dos holofotes, mantendo a cor da iluminação anterior.

Nova Concessionária

Quem passa pelo Restaurante, Bar, Lanchonete e Padaria do Condomínio já deve ter reparado que os serviços estão sendo oferecidos em regime emergencial. Isso está acontecendo porque desde o dia 3 de janeiro um novo concessionário assumiu o serviço e ainda está efetuando adaptações, reformas e mudanças. Em breve, o atendimento será restabelecido completamente. Vamos aguardar as novidades!

Novo Catálogo Telefônico

A Administração informa que a versão 2005 do Catálogo Telefônico de Nova Ipanema já foi distribuída para todos os condôminos no início de 2006.



Nota de Falecimento



A Administração comunica o falecimento do funcionário Jorge Pinto Correia, ocorrido dia 20 de dezembro de 2005. Seu Jorge, como era conhecido no Condomínio, trabalhou durante 25 anos em Nova Ipanema. Dedicado e leal, era próximo de todos e um conhecedor profundo da infra-estrutura de NIPA. Foi auxiliar de praticamente todas as diretorias da Administração, sempre comprometido com o bem-estar dos moradores e com o bom funcionamento do Condomínio. Um excelente funcionário. Ao longo de sua trajetória, foi aprendendo e se aprimorando em suas tarefas com muita criatividade. Um verdadeiro autodidata. Português de nascimento, Jorge passou um tempo em Angola até vir para o Brasil. Dedicou sua vida ao trabalho, à esposa e à criação e educação de suas duas filhas. Sem dúvida, seu Jorge vai deixar saudades.

Festa de Fim de Ano dos **Funcionários**

Uma grande confraternização marcou a Festa de Fim de ano dos funcionários de Nova Ipanema, que aconteceu dia 19 de dezembro em um sítio em Vargem Grande. Durante o evento, organizado pelos próprios funcionários, os 90 participantes aproveitaram a infraestrutura de lazer do sítio com piscina, campo de futebol e churrasqueira, para realizar brincadeiras e jogos em total clima de alegria e descontração. O "Rei do Churrasco", responsável pelo almoço, garantiu as delícias do dia. A festa foi completa, com animação, DJ, alegria, comida gostosa, presentes e cortesia até na hora do transporte, realizado pela Rei Tur. O já tradicional amigo oculto encerrou o evento com muita brincadeira durante a troca dos presentes.



Foto: divulgação

Decoração de Natal

A Decoração Iluminada de Natal de Nova Ipanema, com um Papai Noel em um trenô puxado por duas renas, levou o clima de Natal para o Condomínio. A decoração foi instalada na portaria principal da entrada de NIPA, em dezembro, e contava com um detalhe que chamava a atenção de quem passava: Papai Noel e as renas faziam movimentos encantando a todos.



Foto: divulgação

Boa Vizinhança: VELOCIDADE

Como toda cidade, Nova Ipanema também conta com uma sinalização para ordenar o trânsito de veículos. O objetivo é manter a ordem e garantir a segurança e o conforto de todos. Por isso, observe as placas de sinalização do Condomínio. Mantendo a velocidade baixa, respeitando as placas e dirigindo com cautela você vai evitar acidentes e garantir a tranquilidade de adultos e crianças que caminham pelo Condomínio. Fique atento.



Fala Galera!

Por: Marcellus Serpa
poof@rjnet.com.br

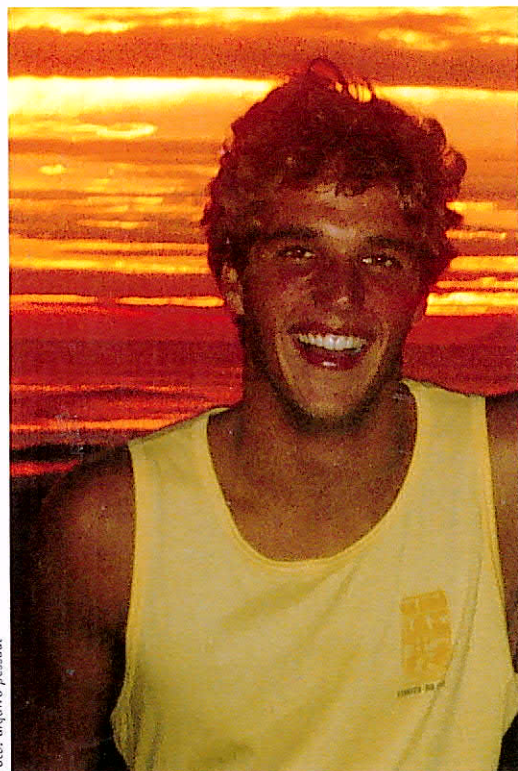


Foto: arquivo pessoal

Meu nome é Marcellus Serpa, eu tenho 18 anos e estudo publicidade na faculdade Estácio de Sá. Na edição passada, o Informando publicou uma nota-convite àqueles que cursavam Comunicação Social para integrar a equipe de edição do informativo. Eu não consegui resistir a tal convite e fui até a Administração para me recrutar. Agora sou o colunista responsável por todos os "mais jovens" do Condomínio. E prometo fazer o leitor esperar ansioso a cada próxima edição para descobrir o que a juventude de NIPA tem a dizer.

A coluna "Espaço Jovem", assim como a coluna "Talentos de Nipa", tem como objetivo mostrar as atividades e hobbies de moradores, a diferença é que nesta

vamos traçar um panorama da juventude. Quero representar esse universo, por isso, espero a colaboração de todos. Ou seja, qualquer um pode me enviar sugestões ou críticas. Vamos juntos mostrar as atividades pelas quais nos interessamos e o que mais nos agrada no Condomínio.

Nessa primeira edição da coluna, vou falar sobre um esporte que é indiscutivelmente a paixão nacional, o esporte número um no país e no condomínio também: o futebol. E como juntar futebol e Nova Ipanema sem que se cite um certo nome de peso, Carlinhos, talvez mais conhecido como Barril? Um "pai" de certa forma para todos aqueles que passaram por sua escolinha, jogaram campeonatos e participaram de atividades promovidas pelo futebol. Assim como muitos outros (e quando digo muitos é

porque são muitos mesmo!), defendi as cores do Condomínio em torneios como USA Cup, Taça Rio, inúmeras copas de futebol soçaite e campeonatos internos. Tenho orgulho em dizer, a qualquer um que pergunte, que sempre joguei sob o comando do Barril. Talvez você leitor não saiba mas existe uma comunidade no tal "Orkut" dedicada ao nosso querido professor. O nome da comunidade é "Filhos do Barril" e conta com mais de 480 membros. A descrição atual não faz justa homenagem ao personagem quase folclórico por suas inúmeras histórias e anedotas, mas providenciarei junto ao criador da comunidade uma nova e melhor elaborada descrição.

O Sede Social do Condomínio oferece o que existe em termos de excelência em

campo de futebol, o nosso querido Campão. Existe uma mágica envolta na estrutura de tal obra divina, pois quando soa o apito e a bola rola, cheiro, nome, sexo, idade e nacionalidade saem de cena dando lugar apenas à disputa entre os "com camisa" contra os "sem camisa". As quadras, geralmente mais requisitadas pelos mais jovens ainda, ou quando não há número de jogadores suficiente para que se jogue no campão, não deixam a desejar em termos de competitividade entre times, sejam eles divididos na hora ou escalados dias antes.

Esse é apenas um registro de como nosso querido Barril faz parte da juventude de NIPA. E de como o Condomínio abriga essa paixão nacional: o futebol.

Espero poder ter prendido sua atenção por alguns instantes e que você tenha gostado do que leu. Quero deixar muito claro que sou apenas uma voz da comunidade jovem e que quaisquer opiniões e idéias que jovens ou nem tão jovens assim tiverem, por favor entrem em contato comigo, seja por e-mail, código Morse, telefone, fax, sinal de fumaça...

Abraços.

Marcellus Serpa

Que tal uma **Partida de Peteca?**

Colaboração: Marcio Linhares
meclinhares@hotmail.com

Nova Ipanema conta com várias quadras poliesportivas. Que tal se uma fosse usada como quadra de peteca? Pois saiba que o jogo já teve muitos adeptos no Condomínio. Aproveitamos o início do ano para convidar a todos para um jogo de peteca. A idéia é reviver os grupos que praticavam o esporte no condomínio. Para isso, queremos trazer de volta os adeptos deste jogo tão exigente e agradável, que migraram aos poucos para outras quadras, outros condomínios, outras praias, e convidá-los para uma partida desse animado esporte. Vamos nos reunir e aproveitar os espaços que NIPA oferece para uma partida de Peteca?

Se você tem interesse em voltar a praticar o jogo de peteca entre em contato como o Márcio Linhares (Tel: 3326-2603) e reorganizem as duplas.

Curiosidades:

A origem da peteca ainda é discutida. Alguns historiadores apontam as tribos Tupis brasileiras como os primeiros jogadores de peteca (em tupi, "bater" é "peteca", em guarani, é "petez"). A atividade teria se propagado em áreas povoadas por índios Tupis, como Minas Gerais. Hoje, dificilmente um prédio em Belo Horizonte não conta com uma quadra de peteca e o Parque das Mangabeiras tem um conjunto de 40 quadras totalmente ocupadas a cada fim de semana.

Em 1985 o jogo de peteca passou a ser considerado esporte oficial, genuinamente brasileiro. Inicialmente, a peteca era confeccionada em palha de milho, com enchimento de areia ou serragem, e com penas de galinha. Hoje, aparece padronizada com discos de borracha sobrepostos e quatro penas brancas.

A história conta que antigamente o jogo de peteca era utilizado para treinamento militar. O objetivo era melhorar as habilidades físicas do soldado. Na Coréia, os mercadores ambulantes jogavam as petecas uns para os outros pra se aquecerem do frio.

Em competições oficiais a peteca deve ser a atual, confeccionada tendo por base discos de borracha e as quatro penas. Em verdade essa é a peteca comumente jogada hoje nas quadras mineiras, capixabas, paulistas e do Distrito Federal. Os

jogos oficiais são realizados entre duplas ou partidas individuais (um jogador contra outro). Nas praias do Rio joga-se a peteca de "Três contra três, sem rede" e com uma peteca grande, cheia de areia...

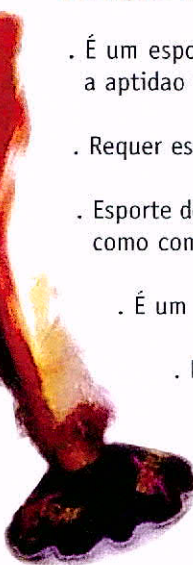
Os interessados que não conhecem as regras poderão chegar ao grupo que logo, logo, entenderão e aprenderão as regras que são simples e fáceis de se assimilar. Caso queira já chegar com TODO conhecimento sobre a matéria pode se antecipar e fazer uma visita ao site

<http://petecabrasil.vilabol.uol.com.br/regras.htm>.

Só pra finalizar eis aí algumas boas razões para re-inscrevermos este esporte entre nossa ampla gama de interesses em Nova Ipanema;

Vantagens do jogo de peteca:

- . É um esporte aeróbico, sem choque, portanto, aumenta a aptidão física de seus praticantes;
- . Requer espaço pequeno para a sua prática;
- . Esporte de massas, pois não há limites de idade (mesmo como competição);
- . É um esporte barato para se praticar;
- . Esporte salutar, movimentado e agradável, proporcionando grande satisfação a quem o pratica;
- . Esporte que aprimora os reflexos, o golpe de vista e a vigilância;
- . Esporte que é "máquina de se fazer amigos";



Para os torneios, copas e campeonatos, são estabelecidos padrões limitativos por faixa de idade;

- . Infantis, Juvenis e Adultos;
- . Excelente meio de descarga de tensões;
- . Utilizado como recreação é muito útil como passatempo, alegre, agradável e descontraído.

Papai Noel Chega Voando em Nova Ipanema



Em tempos de modernidade, o Bom Velhinho não fez por menos: chegou de helicóptero no dia 18 de dezembro surpreendendo a todos em Nova Ipanema.

As crianças esperavam com ansiedade a chegada de Papai Noel quando viram um helicóptero se aproximando. Era o Bom Velhinho que chegava em grande estilo para animar a Festa de Natal de Nova Ipanema. O evento realizado no Bosque do Condomínio dia 18 de dezembro reuniu crianças e adultos que aproveitaram a oportunidade para tirar várias fotos e entrar no clima de Natal.

A festa reuniu cerca de 200 crianças, além de pais e acompanhantes que também participaram da recreação, um dos pontos altos da festa. Realizada pelo grupo Brincadeira de Criança, a recreação teve brincadeiras e um teatro com os personagens Peter Pan, Capitão Gancho e a Fada Cininho. Entre as guloseimas, os participantes puderam degustar cachorro-quente, pizza, algodão doce e muito mais. Nem depois que Papai Noel foi embora a festa acabou. A recreação estava tão animada que a garotada só foi embora depois das 14h.



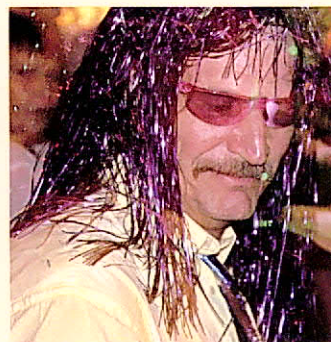
Festa de Ano Novo de NIPA vai ficar na Memória

Cerca de 500 pessoas brindaram a chegada de 2006 durante a Festa de Reveillon de Nova Ipanema. Organizada pela Administração, a festa reuniu condôminos, familiares e convidados em um evento de muita alegria e descontração. Várias gerações se encontraram nos ambientes montados no Salão Social, no Restaurante e na Pérgula da Piscina para dançar, se abraçar e saudar a chegada do novo ano.

Tudo foi cuidadosamente organizado para que convidados de todas as idades se divertissem. Enquanto o DJ Matarazzo colocava todo mundo para dançar ao som de sucessos nacionais e internacionais, a garotada se divertia na recreação sob o co-

mando do grupo Brincadeira de Criança. As 75 crianças presente participaram de gincanas, brincadeiras e muita diversão. Um barzinho montado na Pérgula da Piscina deu um toque especial ao evento com drinques e coquetéis preparados na hora. A ceia, com um buffet variado, fez sucesso entre os convidados. O ponto alto da festa ficou por conta da queima de fogos, quando todos brindaram a chegada de 2006.

A Administração aproveita este espaço para fazer um agradecimento especial para Bárbara Coutinho, pela bela festa, e para Vivian Pires de Souza e sua sócia Patrícia Junqueira, donas da Dirah 7, pelo show de fogos de artifício e efeitos especiais que deu um brilho especial ao evento de NIPA.



Aulão de Hidroginástica

Para marcar o fim do ano e o início de mais uma temporada de verão os professores da Hidroginástica, Sheila e Alex, organizaram no dia 17 de dezembro de 2005 um animado "Aulão de Hidroginástica". O sábado ensolarado serviu de cenário para a aula, que contou com a energia e animação dos participantes. Além da atividade esportiva, o evento foi marcado por uma palestra especial sobre atividades físicas, nutrição e como perder ou manter peso fazendo exercícios, apresentada pela Dra. Tatiana Plais de Castro Linhares, médica endocrinologista, com pós-graduação em medicina do esporte.

O evento serviu, ainda para reunir os participantes em torno de uma ação solidária. Durante a aula, os alunos foram convocados a colaborar com brinquedos para doação a uma entidade carente carioca. A convocação foi prontamente atendida. Os professores arrecadaram mais de 60 presentes novos, que foram encaminhados às crianças.

A palestra, apresentada pela Dra. Tatiana Plais de Castro Linhares no Salão Social, foi um sucesso. Durante 45 minutos, os



Profas Sheila, Alex e Dra. Tatiana

participantes puderam conhecer um pouco mais sobre a relação entre saúde, atividades físicas, dietas e bem-estar. Temas como a visão moderna e atual de um apropriado planejamento de saúde; e a relação entre os exercícios físicos e a alimentação para uma qualidade de vida rica e feliz, foram debatidos. A Dra. Tatiana apresentou, ainda, conceitos sobre saúde, peso adequado, hábitos alimentares, exercícios mais apropriados para as diversas faixas de idade e o que

é melhor: a liberdade que cada pessoa tem para se alimentar bem, com sabor, com qualidade, com prazer e sem culpa! Tudo isso, tendo por base a "Pirâmide Nutricional" que se compõe de uma base com 60% de carboidratos, 25% de proteínas e 15% de lipídios, além de água em abundância e de um adequado programa de exercícios físicos prazerosos e de resultados. Um programa imperdível para quem queria colocar em dia os conhecimentos para iniciar 2006 com saúde.

O evento foi encerrado em grande estilo com a já tradicional "frutada", oferecida pela Administração, que pode ser degustada por todos presentes. Sem dúvida, o evento foi um sucesso.



Foto: divulgação

Escolinha de Futebol e Recreação Infantil

Em tempo de férias nada melhor para a garotada do que atividades recreativas. Por isso, a Administração convida a todos para participar da Escolinha de Futebol e da Recreação Infantil que acontece todo sábado, das 10h às 12h, nas quadras polivalentes do Clube. As atividades são abertas a todas as crianças do Condomínio, com idades entre 5 e 13 anos, e têm como objetivo integrar os pequenos moradores de NIPA. Para participar, basta passar pelas quadras polivalentes do Clube nos sábados e entrar na brincadeira. Se você ainda não conhece as atividades confira os horários e dê um pulinho nas quadras do clube. A garotada agradece.

Escolinha de Futebol Infantil

Sábado – das 10h às 10h45 - Crianças entre 5 e 8 anos.

Sábado – das 11h às 12h – Crianças entre 9 e 13 anos.

Recreação Infantil

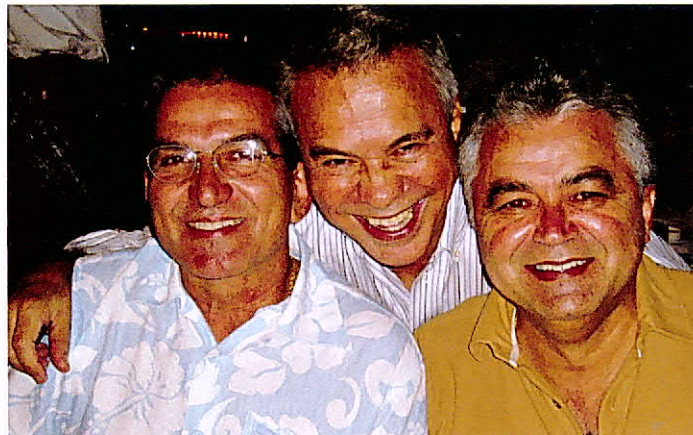
Sábado – das 10h às 10h45 - Crianças entre 5 e 8 anos.

Sábado – das 11h às 12h – Crianças entre 9 e 13 anos.

Confraternizações de Final de Ano

Festa de Final de Ano da Porrinha

A turma que se reúne todo final de semana no Porrinhódromo organiza todo ano uma confraternização especial para comemorar e fazer a despedida do ano. Em 2005, o evento reuniu 70 pessoas no Barra Brasa que com muita animação, descontração e alegria lembraram os melhores momentos do ano, colocaram o papo em dia e fizeram planos para novas confraternizações em 2006. Foram muitos abraços e sorrisos, em uma festa que, sem dúvida, é a prova de como uma atividade social de um condomínio pode servir de base ao nascimento de boas amizades.



Crepe do Tênis

Uma animada noite de Crepe marcou a festa de final de ano do Tênis de Nova Ipanema. Cerca de 63 pessoas aproveitaram o evento para colocar o papo em dia, trocar experiências, lembrar das competições que movimentaram as quadras do Condomínio em 2005 e saborear os deliciosos Crepes do Cabral. O evento realizado dia 16 de dezembro no Tênis marcou o encerramento das atividades sociais da Coordenação do Tênis em 2005. Além da alegria e descontração, o evento contou com um animado sorteio de brindes como bolas de tênis e CDs.



Taça de Futebol Soçaite

Com uma equipe de jogadores novos, ainda em fase de entrosamento, Nova Ipanema não conseguiu um bom resultado na 11ª edição da Taça Barra da Tijuca de Futebol Soçaite. O time não se classificou para as oitavas de final, encerrando sua participação na competição. O resultado não abalou a equipe, que já se prepara para uma campanha melhor em 2006.

Participando da competição desde sua criação, em 1995, a equipe de NIPA já venceu a Taça por dois anos consecutivos e, mesmo com o resultado, continua em segundo lugar no ranking geral, posição que garante o time de NIPA na competição deste ano sem precisar passar pela fase classificatória.

Na 11ª edição da Taça Barra da Tijuca de Futebol Soçaite o Pelada venceu o Panela por 2 a 1, acabando com a chance do time de Edmundo conquistar o tri no campeonato. Em 2005, o campeonato contou com mais de 50 equipes, nas categorias Chupetinha, Fraldinha, Prémirim, Mirim-Infantil, Júnior, Pro, Feminino, Veterano e Master. Algumas personalidades do esporte, como os jogadores Romário e Edmundo, partici-

param dos jogos, elevando ainda mais o nível das partidas que aconteceram nas quadras do Mandala, Novo Leblon, Costa Brava, Caça e Pesca e na Rio Sport Center.

Se você quer saber mais sobre a competição, conferir os resultados e a classificação de cada equipe, visite o site oficial da Taça Barra da Tijuca de Futebol Soçaite - www.amc.com.br.



Churrasco do Barril

Mais de 150 pessoas participaram do tradicional Churrasco de Final de Ano do Barril. O evento, realizado no dia 16 de dezembro na Churrasqueira do Futvôlei, reuniu alunos, ex-alunos, pais de alunos e convidados em uma festa de muita animação, descontração e espírito esportivo. O ponto alto do churrasco foi a série de "peladas". Segundo Carlinhos, o "Barril", o evento é fundamental para integrar todas as gerações do Condomínio. As equipes se alternavam no campo com partidas entre as crianças, jogos dos adolescentes, peladas de alunos contra ex-alunos, e partidas de

alunos contra pais de alunos. Os veteranos também entraram em campo em jogos memoráveis. O sucesso do Churrasco do Barril foi tão grande que a turma sugeriu que Carlinhos realizasse duas edições ao ano: uma no meio do ano e outra no final do ano. Vamos aguardar.

Durante o evento dois funcionários foram sorteados para receber cestas básicas. Os contemplados foram a enfermeira D. Maria de Lurdes Pereira Vaz e o funcionário Anailton Jesus dos Santos.

"Gostaria de aproveitar esse espaço para agradecer a Administração e a todos que ajudaram a realizar esse evento. Em especial aos moradores Bruno, Rafael e Juliano Balbi, e os convidados Roberto Moerdeck, Rodrigo Suassuna e Carlos Augusto Montenegro", agradece Barril.

Aulão de Musculação

A turma da Musculação também fez sua comemoração de final de ano com muita animação. O Aulão de Musculação aconteceu no dia 31 de dezembro e serviu para unir os alunos que se exercitam na academia do Condomínio. Entre um aparelho e outro, a turma se abraçava e fazia planos para colocar o corpo em forma em 2006. Ao final da aula, todos se reuniram para uma frutada e um brinde com champanhe. Segundo Flávio Cassilatti, professor de musculação de NIPA, o entusiasmo dos alunos durante o Aulão era tão grande que 2006 promete ser um ano de muito exercício.

Os Filhos de NIPA no Mundo

Desde o ano passado estamos pesquisando histórias de moradores e filhos de moradores de Nova Ipanema que partiram para o exterior em busca de estudo, trabalho ou aventuras. Nesta edição, publicamos algumas histórias dos filhos de NIPA que enviaram mensagens de várias partes do mundo.

Começamos nosso giro pela mensagem enviada por Marcelo Muniz Matos, o Muniz, filho de Fábio Soares e Alcione Muniz de Matos (Giacometti 1602). Vocês lembram dele? Ele nos conta que há três anos partiu para Xangai, na China, a trabalho. De lá, foi transferido para Brisbane, na Austrália, onde há quase um ano atua como Diretor-Gerente do escritório da Vale do Rio Doce.

Ele foi para a China em 2002 com o objetivo de prospectar e desenvolver novos negócios para a Vale do Rio Doce. Na terra dos olhinhos puxados Muniz fez negócios e conheceu sua esposa, uma acupunturista brasileira que fazia cursos de especialização na China. O encontro se deu na casa de uma amiga em comum que trabalhava no Consulado do Brasil e promovia jantares para integrar os brasileiros. Dois anos depois, em 2004, voltaram ao Brasil para se casar. E no ano passado, o casal curtiu o nascimento do primeiro filho, Pedro, que nasceu na terra do canguru.

Para matar as saudades do Brasil, dos familiares, dos amigos e de Nova Ipanema, Muniz conta que a família vem ao Brasil uma vez por ano de férias. Quando estão por aqui, se dividem entre Nova Ipanema e Criciúma, SC, terra de sua esposa. Mas o contato mesmo acontece pela Internet, via webcam (Messenger e Skype). "Falo praticamente todos os dias com minha família".

E o que mais você sente falta do Brasil e de Nova Ipanema? Pergunto.

"Não existe nenhum lugar como o Brasil. É único e não temos como comparar. Cada país e cidade tem suas qualidades específicas. Aqui na Austrália, por exemplo, a qualidade de vida é fantástica, e estamos adorando. Mas sentimos falta das famílias, dos amigos, do calor humano brasileiro, das comidas (churrascaria), chopp na esquina com petiscos...e das facilidades de ter uma babá ou empregada para nos ajudar com o Pedrinho. De Nova Ipanema, sinto falta dos amigos, chopp no clube, sauninha, e por aí vai...".

Quer falar com o Muniz, mande um e-mail para ele: marcelo.matos@cvrd.com.br.



Foto: arquivo pessoal

Nossa segunda história vem do Texas. De lá recebemos a mensagem da Isabela Campos, filha de Cláudio B. de Mendonça Campos e Maria Inês Martinez de Mendonça Campos (Bellini 1204) Ela nos conta que está morando nos EUA há 3 anos. Os primeiros 20 meses, Isabela passou em Hanover, no estado de New Hampshire. Desde agosto de 2004, entretanto, está morando em Austin, no Texas.

Sua história é muito interessante. Isabela trabalhou durante toda sua gravidez como voluntária no Hospital em que sua filha Maria Luiza nasceu, há dois meses. Lá, conheceu pessoas de todos os

tipos e idades e praticou línguas. Uma experiência única.

Desde que a Maria Luiza nasceu, Isabela dedica-se exclusivamente ao papel de mãe. Para matar as saudades do Brasil, fala com os pais e irmãs quase todos os dias pelo Skype, por telefone ou email. Quando pode, também vem ao Brasil. Só no último ano esteve em Nova Ipanema três vezes.

E quais as saudades de NIPA: "As minhas grandes amigas da vida toda são de Nova Ipanema. Como eu estou de férias aqui no Brasil, adoro descer pra passear com a neném e encontrar com as pessoas que me conhecem há muitos anos no elevador, na portaria do prédio, na rua, no clube e em qualquer parte do condomínio. Eu tenho 26 anos de NIPA. Aqui eu me sinto em casa."

Isabela completa: "Sinto saudades de quase tudo por aqui, da família, amigos, das "facilidades" da vida brasileira e até do caos que é morar no Rio. Acho que morar fora é uma super experiência, mas eu não troco a vida que a gente tem aqui por nada!".

Outro que nos manda notícias é o Kiko, Carlos Frederico Rezende, filho de Carlos de Araújo Resende e Helga Resende (Marino Marini 0304). Há dois anos morando em Porto Rico, Kiko nos conta que trabalha como Gerente de Vendas da ESSO. Sua ligação com Nova Ipanema vai além dos contatos constantes com a família via internet. Kiko é casado com Cristianne Shimdt, doutora em economia que trabalha no Governo de Porto Rico. Para matar as saudades das famílias, o casal manda fotos dos netos pela internet.

Bom, por enquanto é só. Continuaremos em contato com os filhos de NIPA que estão pelos quatro cantos do planeta para contar suas experiências.

Porque Reciclar

Por: Jussara Serpa
jserpa@rjnet.com.br

A quantidade de lixo produzida diariamente por um ser humano é de aproximadamente 5Kg.

Se somarmos toda a produção mundial, os números são assustadores.

Só o Brasil produz 240 000 toneladas de lixo por dia.

O aumento excessivo da quantidade de lixo se deve ao aumento do poder aquisitivo e pelo perfil de consumo de uma população. Além disso, quanto mais produtos industrializados são consumidos, mais lixo é produzido como embalagens, garrafas, etc.

Em torno de 88% do lixo doméstico vai para o aterro sanitário. A fermentação produz dois produtos: o chorume e o gás metano.

Menos de 3% do lixo vai para as usinas de compostagem (adubo).

O lixo hospitalar, por exemplo, deve ir para os incineradores.

Apenas 2% do lixo de todo o Brasil é reciclado!!

Nos países desenvolvidos como a França e Alemanha, a iniciativa privada é encarregada do lixo. Fabricantes de embalagens são considerados responsáveis pelo destino do lixo e o consumidor também tem que fazer sua parte. Por exemplo, quando uma pessoa vai comprar uma pilha nova, é preciso entregar a usada.

Uma garrafa plástica ou de vidro pode levar 1 milhão de anos para decompor-se. Uma lata de alumínio, de 80 a 100 anos. Porém todo esse material pode ser reaproveitado, transformando-se em novos produtos ou matéria prima, sem perder as propriedades.

Separando todo o lixo produzido em residências, estaremos evitando a poluição e impedindo que a sucata se misture aos restos de alimentos, facilitando assim seu reaproveitamento pelas indústrias. Além disso, estaremos poupando a meio ambiente e contribuindo para o nosso bem-estar no futuro, ou você quer ter sua água racionada, seus filhos com sede, com problemas respiratórios.

Algumas Vantagens:

- Cada 50 quilos de papel usado, transformado em papel novo, evita que uma árvore seja cortada. Pense na quantidade de papel que você já jogou fora até hoje e imagine quantas árvores você poderia ter ajudado a preservar.
- Cada 50 quilos de alumínio usado e reciclado, evita que sejam extraídos do solo cerca de 5.000 quilos de minério, a bauxita.
- Quantas latinhas de refrigerantes você já jogou fora até hoje?
- Com um quilo de vidro quebrado faz-se exatamente um quilo de vidro novo. E a grande vantagem do vidro é que ele pode ser reciclado infinitas vezes.

Agora imagine só os aterros sanitários: quanto material que está lá ocupando espaço poderia ter sido reciclado!

- Economia de energia e matérias-primas. Menos poluição do ar, da água e do solo.
- Melhora a limpeza da cidade, pois o morador que adquire o hábito de separar o lixo, dificilmente o joga nas vias públicas.
- Gera renda pela comercialização dos recicláveis. Diminui o desperdício.
- Gera empregos para os usuários dos programas sociais e de saúde da Prefeitura.
- Dá oportunidade aos cidadãos de preservarem a natureza de uma forma concreta, tendo mais responsabilidade com o lixo que geram.

Talentos de NIPA

O Informando começa 2006 apresentando um perfil delicioso na coluna "Talentos de NIPA". Nosso personagem é Adriana Andrade moradora de Nova Ipanema que ganhou destaque nas páginas da revista Domingo, do Jornal do Brasil, em virtude do sucesso de seu brownie.

Há quase 3 anos, em um dia chuvoso, Adriana Andrade e a afilhada Bruna resolveram fazer brownies. Compraram forminhas, bolaram embalagens a brincadeira virou negócio. Inicialmente os bolinhos eram vendidos para os amigos de colégio da afilhada. Depois vieram as encomendas. Hoje a executiva da DTM, empresa especializada em marketing de relacionamento, divide seu tempo entre os negócios da DTM e a cozinha de casa, onde produz os brownies artesanais. O sucesso dos bolinhos é tão grande que o tema saltou de Nova Ipanema para as páginas do JB, em matéria da revista Domingo.

"Os brownies realmente mudaram a minha vida. E para melhor. É um grande prazer açucarar a vida das pessoas. Além disso, como o trabalho é artesanal é fantástico para higienizar a mente, depois de um dia lotado de reuniões", conta Adriana. Pergunto sobre os planos futuros, sobre a possibilidade de profissionalização e produção do produto em escala industrial. Adriana, reticente, ainda não sabe. Diz apenas que, por enquanto, quer dar um passo de cada vez.

"Moro em NIPA há muitos anos e fiz muitas amizades que duram até hoje. O Condomínio é um lugar super acolhedor, mas com este dia-a-dia tão corrido, tenho pouco tempo para curtir. Recentemente, consegui praticar as aulas de spinning da Carla Maffei e recomendo para manter a forma, afinal, preciso verificar a qualidade dos brownies a cada fornada (risos)", completa Adriana.

Quem quiser encomendar os brownies da Adriana é só ligar para Tel.: 2431-0474 ou enviar mensagem para: browniedadidi@yahoo.com.br. As encomendas devem ser feitas



Foto: arquivo pessoal

com 24 horas de antecedência. Os clientes podem optar por brownies básicos, com nozes ou amêndoas, além de escolher o formato. Entre as opções estão: coração, retangular, oval, estrela ou redondo. Os brownies devem ser aquecidos no microondas por 15 minutos, antes de servir. Para acompanhar, Adriana indica sorvete de creme.

CURIOSIDADES SOBRE O QUE É UM BROWNIE:

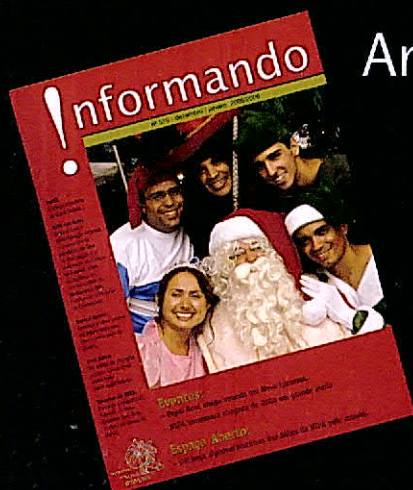
Brownie, uma lenda, um ser encantado...

Há muitos e muitos anos, na região montanhosa da Escócia, o Brownie se caracterizava como um homem pequeno, peludo, enrugado e marrom. Media pouco mais de 62 centímetros e aparecia vestido com trapos marrons.

Ele geralmente, adotava uma casa, da qual então tomava conta. Era muito responsável e saía à noite para verificar os animais da fazenda, levar recados e cortar a grama.

Em troca do seu trabalho o Brownie espera uma tigela de creme ou do melhor leite e um bolo coberto de mel. Na verdade, se alguém lhe oferecer qualquer coisa além disso, ele fica ofendido e vai embora. Como é um ser encantado, a simplicidade é uma forte característica.

Naturalmente seu comportamento é imprevisível e certamente deve-se tomar cuidado para não ofendê-los. Certa vez, um brownie, cuja tarefa fora criticada, vingou-se atirando toda a colheita da fazenda num precipício.



Anuncie no Informando

Ligue agora para:

3325 8788

e reserve seu espaço

visite o nosso website!

www.novaipanema.com.br

TRADUTORA PÚBLICA JURAMENTADA

Inglês - Espanhol - Alemão

Versões e Traduções
Correção, Pontualidade e Sigilo

INGEBORG K. MENDONÇA

Henri Laurens, 104 e/ou Centro
Tel/Fax: 3325-8642 / 3326-2100



Queimaduras: Verdades e Mentiras

Por: Carlos Roxo
médico cirurgião plástico
drcroxo@rjnet.com

"Queimaduras" este é um assunto que sempre deveria ser abordado por todo tipo de pessoa e com muita seriedade, afinal, só quem se queimou um dia sabe a dor de uma queimadura, por menor que ela seja, e o desespero que causa pela quantidade de "palpites" sobre o que fazer.

As queimaduras podem ser físicas (incluindo-se as elétricas) ou químicas. Também estão divididas em vários graus de profundidade (1, 2, 3). Chegam a ser tão complexas que existe um capítulo da cirurgia plástica apenas para o seu tratamento. Nesse artigo, abordaremos de forma didática e superficial as queimaduras mais corriqueiras que, lamentavelmente, ocorrem no nosso dia a dia, como as queimaduras por chama direta e por líquidos aquecidos.

Quando uma pessoa sofre uma queimadura ocorre uma troca de calor entre os tecidos. Esse calor vai se espalhando do ponto de contato (onde ocorreu a queimadura) para os tecidos vizinhos, até que a temperatura se dissipe. Por isso, o tratamento imediato mais inteligente e eficaz é o de esfriar esse processo com água corrente, interrompendo desta forma a propagação do calor. Muitas vezes, o resfriamento da área queimada consegue reverter danos ainda não estabelecidos completamente nos tecidos,

além de propiciar alívio a dor que se instala após qualquer queimadura. Em alguns casos, o procedimento deve ser mais demorado pois é necessário esfriar todo o tecido atingido.

Quando temos uma queimadura de maior profundidade ou extensão, o correto, após esfriar o local com água corrente, é procurar ajuda em um hospital que disponha de centro de tratamento de queimados ou pelo menos de serviço de cirurgia plástica.

Para o transporte da pessoa queimada o ideal seria limpar bem a área atingida com água fria e cobrir com um pano limpo. Não aplique tratamentos ou produtos caseiros como pasta de dentes, manteiga, folhas de bananeira, gel de lidocaína (provoca alergia em muitas pessoas),

Picrato de Butresim, etc.

Recentemente, a Internet divulgou uma "fórmula milagrosa" para o tratamento de queimaduras. O "modismo" indicava a utilização de "clara de ovo" no tratamento. Realmente é impressionante o que uma fantasia sem nenhum fundamento científico pode fazer com pessoas de boa fé. Não existe nenhuma comprovação de que uma proteína animal impura (suja)

possa trazer algum benefício ao tratamento de uma pessoa queimada. Existe sim a possibilidade de se contaminar a ferida com bactérias presentes na clara do ovo.

Por isso, fique atento. O melhor tratamento para queimaduras é a prevenção. Se evitarmos a presença de crianças na cozinha, já teremos diminuído em 90% os casos de queimaduras domésticas, que ocorrem frequentemente neste local em virtude do contato com líquidos aquecidos.

Se colocarmos protetores de tomadas, teremos evitado a maior parte das queimaduras elétricas que ocorrem dentro de casa. Afinal, as crianças têm curiosidade e sempre colocam os dedos nas tomadas podendo provocar graves queimaduras.

Se tomarmos cuidado com o álcool evitaremos a causa da maior parte de todas as queimaduras graves em acidentes domésticos. No churrasco, por exemplo, o ato de acender a churrasqueira com álcool pode provocar explosões e queimaduras nos que estão próximos, geralmente as crianças.

E, por fim, tome muito cuidado com as fórmulas de bronzear caseiras. Principalmente no verão, quando acontecem muitos casos de queimaduras graves por foto sensibilização, como, por exemplo, pela utilização de bronzeadores a base de folhas de figueira.

Se seguirmos a lista de cuidados acima, teremos evitado mais de 80% das queimaduras leves e também graves que dão entrada em nossos hospitais e, certamente, teremos contribuído em muito para tornar nossa vida mais segura.

“Recentemente, a Internet divulgou uma "fórmula milagrosa" para o tratamento de queimaduras. O "modismo" indicava a utilização de "clara de ovo" no tratamento. Realmente é impressionante o que uma fantasia sem nenhum fundamento científico pode fazer com pessoas de boa fé.”