N° 38 - JUNHO - 2017

Fellows Branco Assistance CCC

MUSICA CON LA CON LA CON LA CON E BATERIA STOW GDÊNCIA EXPLOSIVA CON GIUMR DO GIVACO E ZEZÉ DO PANDEIRO

17/96 - 14H SALÃO CRISTAL

VENDA DE INGRESSOS NA SECRETARIA * BEBIDAS À PARTE

Confira, nesta edição, o perfil do colaborador Ricardo Almeida, nosso entrevistado do mês. Página 2 A cobertura completa do fim de semana das mães você confere aqui!

Páginas 4, 5 e 6

Rodas de Samba conquistam sócios, aos sábados!
Página 8

Confira a coluna Esporte e Saúde, com o professor Leonardo. **Página 10** CCC recebe Clube Dom Pedro II, de Conselheiro Lafaiete, em torneio externo de sinuca. Página 10 Fique por dentro da programação social de junho do CCC! Confira as atrações deste mês. Página 12

Cascatinha COUNTRY CLUB

Por um Clube ainda melhor! Gestão 2016/2019

Perfil

Ricardo de Oliveira Almeida, 32 anos, é filho de Mário Marques e Célia Rosária, irmão de Cristiane e noivo de Káttia Cristina. Nascido em Juiz de Fora, mora no bairro Fábrica. É graduado em Educação Física, pela UFJF, e pós-graduado em Treinamento Esportivo. Desde 2012, trabalha no Cascatinha como Coordenador de Recreação e Esportes.

Criou a CIA Alegri, empresa que presta serviços de recreação. É voluntário na ONG Dia de Magia, que desenvolve um trabalho social com grupos em estado de vulnerabilidade social. Ricardo conta um pouco do que gosta de fazer nas horas vagas, fala sobre o trabalho desenvolvido no CCC e a importância do trabalho social na sua vida. Acompanhe!

Ricardo Almeida... por ele mesmo!

Gosto muito de trabalhar com crianças: elas têm muito carinho com a gente, são realmente transparentes e se a criança gosta ou não de algo ela vai falar. Eu tento trazer a leveza da recreação para dentro do clube. Tenho 5 anos de Cascatinha e 10 de colônia. Sabe o que

eu acho legal? Eu vejo as primeiras crianças que trabalhei na colônia, já adolescentes, na faculdade, trabalhando e isso é muito bacana. Buscamos desenvolver o convívio e, por mais que seja um momento de lazer para elas, existem regras, e isso ajuda a desenvolver principalmente o lado social e de convívio.



No CCC, trabalho com esportes e demandas diferentes. Parto do princípio de que estou aqui para atender o sócio. Não tenho nada a reclamar!

Os associados, de um modo geral, são muito educados, bons de lidar, valorizam bastante meu trabalho. Procuro, em contrapartida, dar o máximo de atenção a eles. O relacionamento com o associado é o mais positivo possível.

O Cascatinha foi a principal empresa que ajudou a desenvolver meu lado profissional. Entrei em 2012, recém formado, e trabalhar em uma empresa grande, lidar com vários públicos diferentes fez com que eu crescesse muito como profissional. Só tenho a agradecer a cre-

dibilidade que sempre me deram.

Posso dizer que o que me deixa mais feliz é o trabalho social que faco no Dia de Magia. Atendemos deficientes físicos, adultos, crianças, moradores de rua, lar de idosos, grupos que se encontram em um estado de vulnerabilidade, que precisam de um olhar da sociedade que ninguém dá. Nosso principal projeto é dar um pouco de carinho e amor para essas pessoas. A gente escolhe um grupo e elabora atividades que melhor se encaixam nele. Quem quiser ajudar é fácil, só fazer um cadastro no site: www. diademagia.com.br; aí fazemos uma triagem e entramos em contato. Acho que uma das minhas grandes conquistas é estar participando desse projeto de alguma forma. Isso me deixa muito orgulhoso. A gente ajuda sem esperar nada em troca: ajudar me deixa muito feliz.



Editorial

No mês de maio, em comemoração ao primeiro ano da gestão 2016/2019, confeccionamos uma edição especial do jornal CCC Integração, com 28 páginas. Recebemos muitos elogios dos sócios e ficamos muito felizes com o resultado. Neste mês, voltamos às edições com 12 páginas.

Confira, no CCC Integração de Junho, a cobertura completa do fim de semana especial das Mães. Neste mês, apresentamos dois balancetes: dos meses de fevereiro e março, porque não postamos na edição anterior. Você também vai acompanhar a

cobertura do Torneio de Sinuca, que aconteceu no Cascatinha no final de Maio, e uma entrevista com o coordenador de recreação e esportes, Ricardo Almeida. Além disso, iniciamos uma campanha de conscientização para preservar o patrimônio do nosso clube!

Junho é o mês mais romântico do ano, quando comemoramos o dia dos Namorados. Como nos anos anteriores, teremos Sexta Especial em comemoração à data. Será no dia 9 de junho e nós aguardamos você!

O inverno chegou e, com ele, aquela vontade de apreciar as comidas típicas da

estação. Pensando nisso, e para esquentar as noites frias, contamos com um variado cardápio de caldos, servido no restaurante. Também antecipamos nossa feijoada para o dia 17 de junho. O evento, que acontecerá no Salão Cristal, será embalado pelo Grupo Laços de Amizade com a participação da Bateria Show Cadência Explosiva. Os ingressos estão sendo vendidos na secretaria. Não perca tempo e adquira o seu! Prepare-se desde já para o Arraiá do CCC, que será no dia 08 de julho. Nosso inverno vai ser quente!

Diretoria Executiva

Presidente Luiz Alberto Leal Porto Primeiro Vice-Presidente Maurício Santos de Oliveira Segundo Vice-Presidente Gil Dayrell Siqueira Primeira Secretária Sônia Regina Henriques

Segundo Secretário André Luiz dos Santos Tavares

Primeiro Tesoureiro Adilson Gonçalves Diretora de Comunicação Social Simone Teixeira Martins **Diretor de Patrimônio** Fernando dos Santos Andrade **Diretora Social** Antonieta Lopardi Mostaro **Diretor de Planejamento** Fabrício A. Mariani de Avellar

Diretor de Recreação e Esporte Marcelo Fonseca de Souza **Diretor Jurídico** Rodrigo Gomes Lau Presidente do Conselho Fiscal Edson Carvalho Cardozo Presidente do Conselho Deliberativo Artur Luiz Sampaio

Expediente

Jornalista Responsável: Sabrina Souza (MTB: 16.535) Diagramação e Arte: Bruce Silva Revisão: Marisa Timponi

Diretora de Comunicação: Simone Teixeira Martins

2 www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.jf

CCC - Resumo do Demonstrativo

Resultado do Mês de Fevereiro 2017			
			VII I OD
RECEITA	VALOR	DESPESA/CUSTO	VALOR
Taxa de Manutenção Transferência de Quinhão	R\$ 410.717,30 R\$ 7.990,00	Pessoal Energia Elétrica	
Venda de Quinhão	R\$ 22.800,00	Impostos	-
Bar e Restaurante	R\$ 312.456,24	Manutenção e Reparos	
Departamento de Esportes	R\$ 12.855,50	Material de Consumo	
Locação e Eventos	R\$ 15.018,00	Compras Diversas	
Outras Receitas Operacionais	R\$ 11.114,60	Segurança	
Outras Receitas Não-Operacionais Deduções de Receitas Não-Operacionais.	R\$ 3.652,97 - R\$ 13.258,78	Outras Despesas/Custos	R\$ 74.644,87
		D	D¢ 515 005 14
	R\$ 783.345,83	Despesa Total	R\$ 717.095,14
Saldo de Fevereiro = R\$ 66.250,69			
Int	formações C	omplementares	
ATIVO	VALOR	PASSIVO	VALOR
Caixa	R\$ 67.896,76	Fornecedores	
Bancos	R\$ 2.337,45	Salários	
Aplicações/ Provisões Cartão de Crédito	R\$ 683.209,12	Impostos	R\$ 94.089,66
Estoque	R\$ 228.973,37 R\$ 102.082,84		
Taxa de Manutenção em Atraso			
Ativo Total RS	5 1.138.756,04	Passivo Total	R\$ 429.324,62
		R\$ 655.174,92	
Informações Adicionais: Despesas/Investimentos = R\$ 66.742,29			
Re	sultado do N	Mês de Março 2017	
RECEITA	sultado do N VALOR	DESPESA/CUSTO	VALOR
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04
RECEITA Taxa de Manutenção Transferência de Quinhão	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00	DESPESA/CUSTO Pessoal Energia Elétrica	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73
RECEITA Taxa de Manutenção Transferência de Quinhão Venda de Quinhão	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00	DESPESA/CUSTO Pessoal Energia Elétrica Impostos	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61
RECEITA Taxa de Manutenção Transferência de Quinhão Venda de Quinhão Bar e Restaurante	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76	DESPESA/CUSTO Pessoal Energia Elétrica Impostos Manutenção e Reparos	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46
RECEITA Taxa de Manutenção Transferência de Quinhão Venda de Quinhão Bar e Restaurante Departamento de Esportes	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50	DESPESA/CUSTO Pessoal Energia Elétrica Impostos Manutenção e Reparos Material de Consumo	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32
RECEITA Taxa de Manutenção Transferência de Quinhão Venda de Quinhão Bar e Restaurante	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76	DESPESA/CUSTO Pessoal Energia Elétrica Impostos Manutenção e Reparos	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06 R\$ 757.209,44 Aldo de Março	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06 R\$ 757.209,44 Aldo de Março Cormações C VALOR	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 VALOR
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06 R\$ 757.209,44 Aldo de Março Cormações C VALOR R\$ 29.593,86	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 VALOR R\$ 170.540,06
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06 R\$ 757.209,44 Aldo de Março Cormações C VALOR R\$ 29.593,86 R\$ 10.920,30	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 **Comparison of Comparison of
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 **Comparison of Comparison of
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 **Comparison of Comparison of
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 **Comparison of Comparison of
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 **Comparison of Comparison of
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 -R\$ 10.812,06 R\$ 757.209,44 Addo de Março Cormações C VALOR R\$ 29.593,86 R\$ 10.920,30 R\$ 763.271,55 R\$ 171.404,05 R\$ 111.648,80 R\$ 71.962,50	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 VALOR R\$ 170.540,06 R\$ 70.291,00 R\$ 105.131,58
RECEITA Taxa de Manutenção	VALOR R\$ 469.679,27 R\$ 6.955,00 R\$ 5.700,00 R\$ 241.803,76 R\$ 17.458,50 R\$ 12.604,00 R\$ 13.648,97 R\$ 172,00 - R\$ 10.812,06 R\$ 757.209,44 Aldo de Março Cormações C VALOR R\$ 29.593,86 R\$ 10.920,30 R\$ 763.271,55 R\$ 171.404,05 R\$ 111.648,80 R\$ 71.962,50 S 1.158.801,06 Disponível =	DESPESA/CUSTO Pessoal	R\$ 293.920,04 R\$ 30.703,73 R\$ 5.677,61 R\$ 27.987,46 R\$ 57.017,32 R\$ 175.184,97 R\$ 30.704,00 R\$ 91.370,89 VALOR R\$ 170.540,06 R\$ 70.291,00 R\$ 105.131,58

REVISTA JUNHO 2017-2 and 3 97:06/2017 10:53:3

Confraternização e Harmonia marcam o Fim de Semana em Homenagem às Mães

Mais um evento de sucesso no nosso CCC: o final de semana dedicado às Mães! Com início na Seresta Especial em Homenagem às Mães, na sexta-feira, passando pelo sábado com a nova atração da Roda de Samba e, finalmente, com os almoços de domingo no *self-service* do restaurante e no Salão Cristal, o clube aproveitou a data para comemorar junto com as mães o seu dia!

Tudo foi organizado com muito carinho e amor, visando proporcionar um grande encontro de famílias em nosso clube, para juntos celebrarmos essa data tão significativa! Em todos os espaços do CCC o que se viu foi um ambiente harmônico, cheio de interação entre os presentes e muitos associados com suas famílias, divertindo-se e confraternizando uns com os outros!

Nosso muito obrigado a todos pelo apoio e participação: sem vocês, sócios, nada disso poderia ser feito! Agradecemos, ainda, à Comissão Social – incansável no trabalho de decorar e emocionar a todos pelo belíssimo trabalho em prol do Cascatinha!

É preciso destacar também a dedicação da nossa formiguinha Rita Ribeiro, responsável por angariar os brindes, assim como o nosso aplauso para a sócia Adriana Soares, pela bela confecção das flores, feitas com bolas de soprar, que decoraram a praça do bar e restaurante no domingo!

Também não poderemos deixar de citar – e agradecer imensamente – todos os colaboradores do CCC por todo empenho e comprometimento: foram três dias de intenso movimento, cheios de integração em todos os ambientes do clube e que, mais uma vez, deixaram o nosso Cascatinha lindo!

> Antonieta Lopardi Diretora Social





















4 www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.































www.clubecascatinha.com.br

























É preciso, ainda, expressar gratidão aos associados e amigos que sempre colaboram com nossos eventos, doando brindes para nossos sorteios! Muito obrigado a:

*Bell Passos Calçados; *Jussara Menezes Artesanatos - Sabonetes Decorados e Tapeçaria; *nosso sócio e fornecedor Laerte (Padaria do Laerte); *Alcione - consultora Natura; *Gisele Lomar & Equipe — Salão Unissex; *Flávia Braga - Salão Realce; *Bijoletera Modas e Acessórios; *A Romana Frios e Massas em Geral; *Pequeno Príncipe Locadora e presentes; *Ana Paula Reis; *Produtos Wilma; e *Arroz Sepé, patrocinador do Almoço no Salão Cristal! Agradecemos também a *Walter Nascimento; *Ney Ank; *Raquel Campos Ribeiro Brandão; *Rita Ribeiro; *Icleia e Claudinho Dutra; *Selma e Alonso Tavares; *Tathy Villella; *Analia Romanhol; *Geraldo e Andréa Guedes; ainda *Tânia Mara e Maria Nunes.





6 www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.jf

REVISTA JUNHO 2017 2 indd 6 07/06/2017 10:56:21

Atos de vandalismo destroem patrimônio do CCC

Você sabia que o Cascatinha também é seu? Tudo o que fazemos e temos no clube é para você, associado. Sem você, não existiríamos. Tampouco teríamos conquistado o que temos aqui. E é exatamente pensando em cada um de vocês que começamos a fazer uma campanha de conscientização com o objetivo de valorizar e preservar o nosso patrimônio.

Lamentavelmente, têm acontecido diversos casos de vandalismo no CCC: cadeiras quebradas, cadeiras jogadas dentro da piscina, pichações, chumaços de papel toalha nos sanitários ou espalhados nos banheiros, cabides arrancados nos banheiros, materiais e lixo jogados na piscina, dentre outros. Tudo isso em um curto espaço de tempo. Infelizmente tem ocorrido, inclusive, furto de lâmpadas das churrasqueiras, gerando custo inesperado para a reposição. Esse é um assunto sério e é nossa obrigação alertar aos associados sobre o que está acontecendo em nossas dependências. Mas a culpa é de quem?

Diversas câmeras já foram instaladas no intuito de aumentar a segurança. Todavia, não podemos instalar câmeras em locais privativos, como nos banheiros, por exemplo. Tampouco desejamos fazer a instalação nas churrasqueiras respeitando a privacidade dos sócios. Não é nossa intenção "fiscalizar" momentos de entretenimento dos associados.

Lembramos que todos os associados precisam se sentir responsáveis pelo zelo dos equipamentos que, no final das contas, pertencem a todos nós. A maioria dos sócios não pode - nem deve pagar a conta dos estragos feitos por uma minoria. E o fato é que esses atos acabam prejudicando aqueles que contribuem com a taxa de manutenção e utilizam de forma consciente os ambientes do Clube. O patrimônio do clube é de todos os associados e por isso mesmo deve ser preservado.

Como já dissemos diversas vezes, o Cascatinha é a extensão dos nossos lares. O clube é a nossa casa e, por esse motivo, é nossa obrigação preservar o nosso próprio bem. Cabe, então, a pergunta: quem faria isso em sua própria casa? Seja consciente e ajude-nos a cuidar do que é nosso! Conserve! Proteja! Preserve!









O Clube disponibilizou, no dia 19 de maio, conforme solicitação dos usuários dos vestiários masculinos da piscina e do futebol, cabides em todos os boxes dos banheiros, propiciando maior comodidade aos frequentadores. Porém, infelizmente, em um período de apenas três dias, vários foram arrancados. Com isso, teremos que repor o que está sendo destruído e, dessa forma, ficamos impedidos de realizar outras benfeitorias em virtude do retrabalho de comprar o material que o clube já tinha e perdeu por causa de atos isolados de vandalismo.







www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.jf 7

CCC resgata tradição das rodas de samba

Muita energia, descontração e música boa durante os sábados de maio com a criação da Roda de Samba do CCC. Tudo pensando em levar o sócio a fazer uma viagem pelo ritmo cadenciado do samba. A decoração, com colocação do conjunto no centro do restaurante, permitiu que o associado ficasse mais perto dos músicos, aumentando a interação entre eles.

Passaram pela nossa roda de samba, no primeiro mês: Conjunto Arcontes, Grupo Família, Laços de Amizade e Samba 2. E nossos sábados com sambinha e pagode fizeram tanto sucesso que em junho tem mais! Confira, na última página do CCC integração, a programação social e saiba quais os próximos conjuntos que farão parte desse projeto.





Emília e Tia Anastácia encantam crianças do CCC...

A magia do Sítio do Picapau Amarelo tomou conta do CCC, no primeiro domingo de maio, quando tivemos uma contação de história especial, na salinha de recreação. Janete de Melo deu vida à boneca Emília e Ivanir Lúcia Ferreira foi a responsável pela caracterização da Tia Anastácia, personagens criados pelo escritor Monteiro Lobato.

Janete é pedagoga e trabalha com educação infantil há 31 anos. Ela apresentou, no CCC, uma versão do enredo da Pílula Falante, de



Monteiro Lobato. "Emília" e "Tia Anastácia", além de contarem histórias, desfilaram pela praça e dancaram, ao som de Alex e Alexandre.

"A diretora Antonieta, que conhece meu trabalho, me convidou para me apresentar no CCC. Fiquei muito feliz com a participação dos sócios e não esperava um público tão grande! Foi um trabalho bem bacana: as crianças interagiram, cantaram junto comigo e ainda tivemos a participação da Ivanir, que fez a Tia Anastácia. Foi muito bom e



espero voltar mais vezes para contar mais histórias", comenta Janete.





8 www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.j

REVISTA JUNHO 2017 2 indd 8 07/06/2017 10:56:28



Rodas de Samba

"Foi excelente! Nossa tarde de sábado foi show, super animada. Eu e meu marido curtimos muito. O CCC sempre nos surpreende." - **Ruth Andrade e Edimar Basílio**

"Nós curtimos muito este momento proporcionado pelo CCC. Fantástica a ideia de interação maior dos associados com os músicos. Dias especiais como esse devem sempre se repetir!" - Lorena e Ênio Teixeira

Almoço Especial das Mães | 14 de maio

"Muito especial! Tudo perfeito! Parabéns a toda equipe! Top!" - Carlos André e Lúcia Bastos

"O almoço estava maravilhoso, tudo muito gostoso, uma tarde maravilhosa!"

- Rose e Walter Borboni e Filhos

Seresta Especial das Mães | 12 de maio

"Amo meu clube não é à toa. Olha o carinho em detalhes da belíssima decoração: painéis "vivos", sendo projetadas imagens de flores, encantando a todos. Pena não conseguir reproduzir a beleza das imagens que "desabrocharam" no salão. Em cada canto um toque de carinho. Mais uma vez parabéns, equipe Cascatinha. Vocês são demais." - Lúcia Benini

"Maravilhosa a Seresta em comemoração ao dia das mães. Como sempre, o CCC trazendo alegria para nós, mães, e para todos que estavam lá. Tudo muito organizado: decoração, ótima música e sorteio. Parabéns à equipe CCC e aos sócios, e um Feliz Dia das Mães!" - Renata Mariana

Domingo das Mães na Praça | 14 de maio

"O Dia das Mães na Praça do CCC foi especial: meus filhos e eu pudemos ouvir uma banda maravilhosa - Aqueles Três -, degustar uma comidinha muito gostosa, tomar sucos, água e a cervejinha gelada dos meninos... teve até cerveja sem álcool.... Parabenizo a atual gestão pela organização! Isso sem contar o atendimento nota mil da Cida..." - Marisa Timponi

Estacionamento ganha vagas cobertas

As vagas demarcadas no estacionamento do Clube são reservadas, exclusivamente, para o uso dos portadores de necessidades especiais e para motociclistas. Foi colocado um toldo no espaço para atender à demanda e oferecer mais comodidade aos associados.

Duas vagas cobertas e uma sem cobertura foram reservadas para os portadores de deficiência, em frente à praça do restaurante. Relembramos que, por determinação do Conselho Deliberativo, para que o portador de necessidades especiais utilize as vagas demarcadas, ele deve fazer um requerimento à secretaria, através de apresentação de Laudo Médico e/ou evidente e inconteste necessidade, a fim de obter o protocolo.

A secretaria já está expedindo essas autorizações para uso de vaga restrita no estacionamento do clube, válida por 90 dias corridos, podendo ser renovada após esse período. O documento deve ser mantido, pelo associado portador de necessidades especiais, em local visível, no interior do veículo, durante o período que permanecer estacionado na vaga restrita. Aquele que desrespeitar essa regra sofrerá penalidades impostas pelo Estatuto Social. Porém, é importante ressaltar que essas exigências são dispensáveis para os portadores de necessidades especiais cujos veículos já possuam identificação específica regulamentada pelo Poder Público.

Já as vagas destinadas aos motociclistas foram cobertas em decorrência de uma antiga solicitação dos associados, que antes estavam sujeitos a sair do clube em suas motos molhadas ou muito quentes, em decorrência de chuva ou forte sol. Para solucionar esse problema, 10 vagas para motos foram reservadas ao lado do espaço das vagas para os portadores de deficiência.



www.clubecascatinha.com.br www.facebook.com/cascatinha.jf 9

Torneio de Inverno Sinuca







Os torneios de sinuca no Cascatinha já estão ficando famosos pela região, tanto que, mais uma vez, recebemos o Clube Dom Pedro II, de Conselheiro Lafaiete, para a realização do Torneio de Inverno de Sinuca. As disputas aconteceram, durante o dia 20 de maio, no Salão de Jogos do CCC.

E o Cascatinha levou a melhor, em casa, conquistando três, das 4 primeiras posições. O campeão foi o sócio Fernando Pereira, Ênio Cordeiro conquistou o vice-campeonato, em terceiro lugar, Rafael, do Clube Dom Pedro, e em quarto, Leonardo Ferreira, do Cascatinha. Agradecemos a presença dos nossos colegas de Lafaiete, que são sempre muito bem-vindos aqui! Retribuiremos a visita, em breve.

Esporte e Saúde

Sou Leonardo de Castro Moreira, tenho 42 anos, sou professor de Educação Física formado pela UFJF desde 2004. Trabalho no CCC desde essa época, fazendo substituições ao professor que trabalhava no clube. No ano de 2015, assumi as aulas de natação do clube nos horários da manhã e tarde.



O meu público alvo são as crianças de até 12 anos, mas tenho turmas de todas as idades. Vou explicar porque digo que meu alvo são as crianças: trabalho junto de minha esposa, Ana Paula, também formada em Educação Física pela FAMINAS em 2007, e fazemos um trabalho com as crianças bem lúdico, onde, em meio às brincadeiras, elas aprendem e desenvolvem a prática da natação.

Quais seriam os benefícios da natação para a saúde?

Diminui o nível de estresse e tensão, fortalece o sistema respiratório, exercita todos os músculos do corpo, melhora a circulação sanguínea, ajuda a diminuir o nível de colesterol, melhora a disposição e a qualidade do sono, melhora a tonificação muscular, melhora a postura, aumenta a resistência

a infecções, ajuda a emagrecer e deixa o corpo mais saudável.

Ainda, a natação ajuda a melhorar a coordenação e a lateralidade, além de ser uma atividade na qual não se tem impacto. Portanto, praticamente não existe contraindicação, sendo uma atividade excelente para qualquer idade. Fora que é uma atividade muito agradável.

Vamos sair da inércia!

Leonardo de Castro Moreira Professor de Natação



10 www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.

REVISTA JUNHO 2017 2 indd 10 07/06/2017 10:56:38

CCC realiza torneiro de vôlei em homenagem à Soninha

A turma do vôlei, junto com a Coordenação de Recreação e Esportes, organizou, no final de abril, um Torneio em homenagem à nossa associada Soninha, que nos deixou há pouco tempo e participava ativamente das atividades do voleibol.

O time vencedor foi o Master Bernardo (uniforme preto colorido); em segundo lugar, o CCC1, seguido pelo CCC2 e pelo Clube Bom Pastor, nosso convidado. No fim, o que fica são a amizade e os momentos de confraternização como esse.











Piscina aquecida ganha novas lonas

A diretoria de esportes e recreação adquiriu novas lonas para cobertura das piscinas, a fim de manter a qualidade da temperatura da água. Além do mais, os rolos, onde as lonas ficam armazenadas, ajudam na conservação, permitindo menor risco de danificação.





www.clubecascatinha.com.br

www.facebook.com/cascatinha.jf 11

REVISTA JUNHO 2017 2 indd 11 07/06/2017 10:56:40



PROGRAMAÇÃO SOCIAL

02.06 Estreia Sex/21h Banda Aplausi

04.06 | Conexão 2

23.06 Módulo Show

25.06 Alex & Alexandre

Roda de Samba

03.06 Roger Resende Sáb/16h & Banda

10.06 Grupo Família

24.06 Conjunto Sáb/16h Arcontes

Feriadão no CCC - Diversão garantida!

09.06 Especial Dia dos Namorados Sex/21h Flávio Lopes & Banda

11.06 Will Olier

13.06 Feriado Ter/14h Duo Retrô

14.06 Jogos do Campeonato Brasileiro Qua/18h Cardápio Especial - Comida de Buteco

15.06 Feriado Qui/14h Aqueles 3

16.06 Rodrigo Souza & Banda

17.06 Feijoada Azul & Branco do CCC Sáb/14h Laços de Amizade

e Bateria Show Cadência Explosiva com Gilmar do Cavaco e Zezé do Pandeiro // Venda de convites na Secretaria

18.06 Fernando Gaio

Haverá recreação infantil em todos os dias do feriadão