



# OLYMPICO CLUB



EDIÇÃO NÚMERO 22 - MARÇO/ABRIL/2015 - ANO 5 - WWW.OLYMPICO.COM.BR

Capa: Gualter Naves — Melhor foto na categoria Yellow da revista PHOTO.

Entrevista  
Gualter Naves  
Corrêa  
Vencedor do  
Concurso de  
fotografia  
2014 da revista  
francesa PHOTO

Pág 24

Vai começar a Copa Olympico de Vôlei Feminino

Pág 15

VEJA A VIDA COM NOVOS OLHOS.

PATROCINADOR OFICIAL DA  
NATAÇÃO DO OLYMPICO CLUB

- Atendimento em todas as áreas da oftalmologia
- Hospital-dia (Day-clinic)
- Centro cirúrgico
- Urgência 24 horas



Agende a sua consulta pelo  
[www.ocular.com.br](http://www.ocular.com.br)  
Ou ligue: (31) 4020-5065

Horário estendido de atendimento eletivo de 7h às 20h30

# 13 de junho

Sábado, às 18h

**Convites  
limitados**



Ai meu  
Santo  
Antônio...  
é hoje!!!



# Arraiá do Olympico Club



**Abertura  
Trem dos Onze**

Convites

Sócio: R\$ 25,00 / Não sócio: R\$ 50,00

Criança até 7 anos não paga. (É necessário retirar o convite na secretaria até o dia 6 de junho.)

Vendas

A partir do dia 27 de abril, na secretaria do Clube. De 2ª a 6ª, de 9h às 19h; sábado, de 9h às 13h.

**Sanfoneiros**

Quadrilha:  
participação  
dos atletas

**DJ  
Felipe  
Rommel**

**Comidas  
Típicas**

**Brincadeiras**

**Atração principal**

**DANILO REIS & RAFAEL**  
(Ganhadores do The Voice Brasil)

**Espaço Infantil**

f Olympico da Serra  
t OlympicoBH  
Site: [www.olympico.com.br](http://www.olympico.com.br)

Rua Professor Estevão Pinto, 783 - Serra - BH - Tels. 3073 9111 / 3073 9112



## EXPEDIENTE

### EDITORIA

Projeto Gráfico e Design  
Lúcia Guatimosim  
comunicalucia@olympico.com.br

### COMERCIAL/MARKETING

Rafaela Almeida  
rafaelamkt@olympico.com.br

### REDAÇÃO

Enedina Prates  
redacao@olympico.com.br

### REVISORA

Adelina Sette  
settacom@gmail.com

### FOTOGRAFIA

Fernando Robert

### EVENTOS

Anna Carolina Alves  
eventosenegocios@olympico.com.br  
(31) 3073 9119 / 9768 6700

Acesse e fique por dentro das  
programações dos eventos  
sociais e esportivos.



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



Olympico da Serra



Olympicobh



CAPA:  
Foto Gualter  
Neves Corrêa

## SUMÁRIO

EDITORIAL	07
NOSSA HISTÓRIA	08
CONSCIÊNCIA SOCIAL	10
AGRADECIMENTO	11
ESPORTE	12
PRATOS E SABORES	18
ESPAÇO SOCIAL	19
EVENTOS SOCIAIS	20
EVENTOS RECREATIVOS	26
ENTREVISTA	28
COMPORTAMENTO	29
ACONTECEU	30
ESPAÇO DA CRIANÇA	32
PROJETO BEM VIVER	34
ESPAÇO ABERTO	35
ESPORTE RECREATIVO	36
SAÚDE E BEM-ESTAR	40
VITRINE	41
COMUNICADO INTERNO	42

**OLYMPICO CLUB**



Rua Professor Estêvão Pinto, 735 - (31) 3073 9111 / (31) 3073 9112  
CEP 30220-060 - Serra - Belo Horizonte/MG

Comentários sobre esta edição, sugestões e outras contribuições serão bem-vindas.

Canal aberto com o associado para responder as principais dúvidas, ouvir críticas e registrar elogios e sugestões: e-mkt@olympico.com.br

31 3073 9122

## DESTAQUES



Campeonato  
Metropolitano de  
Futsal  
*Pág. 13*



Bicicletário  
Você pediu e o  
Clube atendeu!  
*Pág. 30*



O Olympico  
está repleto de  
programações  
para as crianças.  
*Pág. 32*



Casa das Candeias  
Bem Viver inicia  
o ano com várias  
programações.  
*Pág. 34*

A atleta Stephany  
Kellen A. de  
Oliveira recebeu o  
prêmio como  
destaque da  
equipe de Vôlei.  
*Pág. 15*



Os Happy Hours  
estão de volta com  
novas atrações.  
*Pág. 22*



Agora só não fica  
em forma quem  
não quer ou quem  
ficar "boiando".  
*Pág. 23*



Páscoa no  
Olympico  
*Pág. 27*





Fundado em 04 de fevereiro de 1940, tendo como Presidente de honra Juscelino Kubitschek de Oliveira, o Olympico foi o segundo Clube esportivo e social a se instalar em Belo Horizonte, originado de um sonho em comum de um grupo de jovens. Os chamados “onze meninos”, como são conhecidos seus fundadores, não possuíam maioria jurídica na época e, portanto, tiveram que contar com o apoio de pessoas adultas para construir a primeira quadra na casa da família Magalhães Pinto.

Foram eles:

Roberto de Magalhães Pinto,  
João Cândia Fernandes Filho,  
Renato de Magalhães Pinto,  
Rogério de Magalhães Pinto,  
Mauro Ferreira,  
Antônio Carlos Rezende Garcia,  
Alberto Soares Teixeira,  
Luciano Passini,  
Camil Caram,  
Gil Guatimosim  
e José Vieira.

O Clube, localizado entre as montanhas, em uma maravilhosa área onde, contrário à regra, rejuvenesce a cada dia, preservando o lazer, amizades, família e o desenvolvimento esportivo de crianças e jovens.



### Vendas de Cota

Informamos que, desde 20/12/2013, o valor da cota do Olympico foi reajustada para:  
- R\$ 10.000,00 (dez mil reais) para pagamento em 10 vezes (entrada, mais 9 parcelas de R\$ 1.000,00).

## DIRETORIA

### DIRETORIA EXECUTIVA

**Presidente**  
Nismar Alves dos Reis  
**Vice-presidente Administrativo**  
Daniel de Oliveira Cardozo  
**Vice-presidente Financeiro**  
Valter Francisco da Silva  
**Vice-presidente de Esportes**  
Cristovão Eyer Cabral  
**Vice-presidente Social**  
Walney José de Almeida

### DIRETORIA SOCIAL/ESPORTES

**Diretor Esporte Recreativo**  
Matheus Jorge Rodrigues Neto  
**Diretor de Futsal Recreativo**  
Rossano Farah  
**Diretor de Peteca**  
Alonso Antônio Peres Vilcher  
**Diretor de Sinuca**  
José Sílvia Abras  
**Diretor de Squash**  
Daniel de Oliveira Cardozo  
**Diretor de Tênis**  
Breno Beltrame

### DIRETORIA DE ESPORTES

**Diretor de Basquete**  
Flávio Rezende Magalhães  
**Diretor de Futsal**  
Walfrido Garcia B. Filho  
**Diretor de Natação**  
Francisco Marzano O. Souza  
**Diretor de Voleibol Feminino**  
Carlos Reinaldo S. Bomfim  
**Diretor de Voleibol Masculino**  
Helton Brant Aleixo

**Diretora do Projeto Bem Viver**  
Maria do Carmo Bréscia Fonseca

### COMISSÃO FISCAL EFETIVA

Daniel Lopes Garcia  
Glauco Naves Corrêa  
Jair Eustáquio Ferreira Maia

### COMISSÃO FISCAL SUPLENTE

Marco Antônio C. da Cunha  
Rodrigo Teixeira Magalhães  
Ruy Gomes da Silva Filho

### PRESIDENTE DO CONSELHO

Paulo Martins S. F. Bomfim

### CONSELHO EFETIVO

Andrea Aragão Rodrigues de Melo  
Ângelo Alberto Maestrini  
Antônio Chaves Fernandes  
Antônio Pinheiro de Almeida  
Breno Moreira Montoni  
Carlos Alberto Silva Barros  
Cláudio Silva de Mello  
Cristovão Eyer Cabral  
Daniel de Almeida Barra  
Daniel de Oliveira Cardozo  
Ewerton Andrade Felix  
Felipe Bastos Barros  
Guilherme Andrade O. Bernis  
Gustavo Dias E. Sarmento  
Helton de Oliveira  
Henrique Murta Barros  
Humberto Pereira da Cunha  
Ignácio de Loyola Eyer Cabral  
Inimá Rodrigues Souza  
Isabela Farah Valadares  
João Eduardo Delmaestro Valim  
João Penna Martins Vieira  
José Carlos Antunes  
José Expedito Ferreira  
Luiz Augusto Duarte Perdigão  
Marcelo Pereira Camilo  
Marcus Vinicius Hudson Nascimento

Maria do Carmo Bréscia Fonseca  
Maurício Zuquim Macedo  
Paulo César Eterovik Baranda  
Paulo César Seabra Gomes  
Paulo Martins S. F. Bomfim  
Pedro Gaspar Wanner  
Ricardo Siqueira Campos  
Rogério Luiz Lemos Carneiro  
Rômulo Ferolla  
Rômulo Rocha Mesquita  
Rubens Marques Fraga Júnior  
Sônia Maria Monteiro  
Thomaz de Aquino Pimenta

### CONSELHO SUPLENTE

Antônio de Pádua Felga Fialho  
Breno Rocha Beltrame  
Carlos Reinaldo de S. Bomfim  
Érica Daniel Timponi  
Fábio Augusto Gentil Buarque  
Fernando Henrique de Faria Costa  
João Carlos Guimarães  
Leonardo Mourão Cardoso  
Lucas Grossi Torres  
Marcelo de Oliveira Bernardes  
Patrícia Maria França dos Anjos  
Paulo Tarciano Neves Campos  
Pedro Rocha Galvão Júnior  
Renata Keile Fabreti de Oliveira  
Rodrigo César de Freitas  
Rossano Américo Farah  
Valter Francisco da Silva  
Vinicius Drummond Martins  
Walfrido Garcia Barbosa Filho  
Walney José de Almeida

### CONSELHEIROS NATOS

Hélcio Nunan Macedo  
Sebastião Ferreira da Luz  
Nismar Alves dos Reis  
Luiz Carlos Bemfica Cotta Santos



Nismar Alves dos Reis  
Presidente

*Nascido em Belo Horizonte - MG, graduado como Engenheiro Civil pela PUC Minas em 1977, proprietário da N. A. Reis Engenharia Ltda, desde 1980. Conselheiro Nato do Olympico Club.*

“... incentivar a convivência e participação dos nossos sócios...”

## PALAVRA DO PRESIDENTE

Foto: Fernando Robert

Prezados amigos,

Apresentamos a vocês, a nova revista do Olympico Club. Com um visual mais moderno, como toda mudança é um estímulo à leitura para que todos tenham fácil acesso às notícias do que acontece no Clube.

Um Olympico movimentado por atividades diversificadas e um público bastante participativo. Esse quadro nos agrada e vem de encontro aos objetivos da gestão que se inicia: incentivar a convivência e participação dos nossos sócios.

Os Torneios Internos favorecem a interação entre os associados desportistas e aqueles que participam da torcida. O que constatamos é que, a cada ano, cresce o envolvimento dos sócios que praticam uma modalidade específica. E um dos motivos é a satisfação que corre solta durante os torneios, em um clima de competição sadia e prazerosa. Aqueles que ainda não participaram desses torneios, fazemos um convite para experimentarem.

As crianças também tiveram o privilégio de desfrutar de uma atividade voltada para elas. O projeto de recreação infantil nos finais de semana do mês de abril agradou não só os pequenos. Foi muito elogiado pelos adultos que, de certa forma, lembraram seus tempos de brincadeiras saudáveis. O aumento da frequência da garotada a cada final de semana, nos estimula a dar continuidade a essa iniciativa que espalha alegria pelo Clube.

Outras atividades que agradaram em cheio foram as aulas de Hidroginástica e a projeto Música na Piscina. Além de criar um ambiente agradável, movimentam o Clube, reúnem os associados e promovem saúde física e mental.

Ainda no setor social, a Festa Junina de 2015 já está sendo preparada para ser mais um sucesso. O Arraiá do Olympico contará com a apresentação especial da dupla vencedora do The Voice Brasil, Danilo Reis & Rafael. E para completar a satisfação dos associados e seus convidados, teremos o show de abertura com o grupo musical Trem dos Onze, sanfoneiros, a quadrilha com participação dos atletas e outras atrações. Reserve a noite do dia 13 de junho para se divertir em um ambiente típico mineiro, familiar e descontraído.

Nosso desejo é que todos aproveitem com alegria os eventos que ainda irão acontecer.

Abraço,  
Nismar Alves dos Reis

“... A minha alegria hoje são os companheiros que eu tenho aqui no Clube, são todos muito amigos...”





## HÉLIO OLIVEIRA DE SOUZA

Fotos: Enedina Prates

### Sócio consegue vencer depressão com ajuda de colegas do Clube

Depois de uma das rasteiras da vida, Hélio Oliveira de Souza, 90 anos, conheceu o Olympico Club. “Uma das minhas filhas morava próximo ao Clube e eu vim morar uma temporada com ela, depois que minha esposa faleceu”, contou ele.

Sócio do Olympico desde 2003, Hélio é engenheiro aposentado, formado pela universidade Mackenzie de São Paulo. Trabalhou em grandes empresas de engenharia do país, inclusive no Iraque pela Mendes Júnior, construindo ferrovias, onde permaneceu por oito meses. Também dirigiu o Instituto de Pesos e Medidas de Minas Gerais (IPEM-MG) por três anos e, atualmente, é frequentador assíduo do salão de Sinuca do Olympico Club.

Pai de três filhas e avô de quatro netos, Hélio fala com amor e uma pitada de saudade. “A mais velha tem 58 anos, a do meio, 54 anos e é com quem eu moro atualmente. A caçula de 50 anos faleceu no dia 1º de setembro do ano passado.”

A morte da filha mais nova deixou marcas profundas em Souza que, aos poucos, vai superando com a ajuda dos amigos do Olympico. “Atravessei um período muito difícil quando minha filha estava doente, entrei em um estado de depressão muito grande e perdi o entusiasmo. Agora, estou me curando e vou começar a me movimentar. A minha alegria, hoje, são os companheiros que eu tenho aqui no Clube, todos muito amigos. Eu me divirto com eles, eles brincam com todo mundo.”

Ele ainda acrescenta: “Minha vida se resume no Olympico. Às vezes, penso em parar de

frequentar porque estou cansando, mas só de vir aqui e ter a companhia dos amigos é ótimo. Eu venho aqui pra me divertir. A minha alegria, hoje, é isso aqui. Venho todos os sábados, domingos e feriados, a partir das 7h da manhã, e fico até por volta de 12h. É sagrado. Se eu ficar em casa, fico isolado. Idoso precisa arrumar alguma coisa pra fazer”.

Morador da cidade de Nova Lima, região metropolitana de Belo Horizonte, vem para BH não apenas para frequentar o Clube, mas também para visitar a namorada Heloisa. “Fiquei viúvo durante cinco anos. A minha filha, com quem eu moro hoje, é professora de pintura em porcelana, e eu fui um dia na loja dela e tropecei numa moça. Resultado? Tem 14 anos que estamos juntos. Ela também é viúva, uma pessoa maravilhosa, já me acompanhou aqui no Clube várias vezes.”

Modesto, não se acha um grande jogador. “Eu venho aqui pra brincar. Não sou um grande jogador, mas consigo me divertir.” Querido entre os companheiros do Tricolor da Serra e o mais velho entre os frequentadores das mesas de Sinuca, Hélio recebeu, carinhosamente, vários apelidos: “Vovô da Sinuca”, “Soiza”, Souza e “Souzinha”.

O “Vovô da Sinuca” conta o que mais o agrada em fazer parte do Clube: “O Olympico é muito familiar, você se sente em casa. Falo sempre com as pessoas sobre o ambiente daqui. Enquanto eu estiver dando umas tacadinhas, vou estar sempre aqui”.



*Hélio Oliveira entre os amigos José Ângelo Tameirão e o diretor de Sinuca José Sílvio Abras*



**Luana Ferreira**  
luana@sairdocasulo.com.br  
www.sairdocasulo.com.br \ facebook7

*Luana Ferreira - Jornalista, Psicopedagoga e pós-graduada em Responsabilidade Social. É professora e Diretora na empresa Sair do Casulo, especializada em Gestão e Educação para a Sustentabilidade.*

*Trabalhou durante 9 anos com Comunicação Empresarial e Responsabilidade Social Corporativa em multinacional, acumulando diferentes funções, sendo a última de coordenadora de Programas Sociais. É criadora do CD "Eu, Cidadão," que apresenta músicas sobre Sustentabilidade para o público infantil.*

## COMER PODE SER UMA ATITUDE SUSTENTÁVEL

Algumas das melhores horas do nosso dia estão relacionadas às refeições. Comer, além de ser vital, é uma atividade bastante prazerosa e íntima. Isso porque, cada um escolhe aquilo que mais agrada ao paladar. De uns anos para cá, muito tem se falado sobre a qualidade da alimentação em rotinas muito corridas e apertadas. De fato, o mundo moderno traz o desafio do tempo: o tempo para se alimentar bem.

Comer adequadamente é uma recomendação médica, afinal, muitas doenças estão relacionadas aos hábitos alimentares. Escolher os alimentos e ter uma alimentação saudável é fundamental e, além disso, pode também contribuir com um mundo melhor: é o que chamamos de Alimentação Sustentável.

### A Alimentação Sustentável

Além de contribuir com a saúde dos adeptos, a alimentação sustentável favorece o uso do Meio Ambiente, além de contribuir para melhores condições sociais. Isso porque sua prática prioriza um ciclo criado para beneficiar as pessoas, as comunidades, o meio ambiente.

Confira acima o ciclo e algumas dicas para cada etapa:

#### 1. A escolha dos alimentos

- Identifique o valor nutricional do alimento.
- Pesquise a indicação do alimento.
- Opte por alimentos da época.
- Opte por alimentos naturais e frescos.
- Varie o cardápio.

Consultamos a nutricionista Flávia Semenow que nos trouxe mais dicas: "o congelamento é uma boa opção para aproveitarmos ainda mais os alimentos de época. É possível fazer



compotas, licores, polpas, geleias, etc. Além disso, esses alimentos, os da estação, são mais baratos e nos ajudam a economizar".

#### 2. A forma de comprar o alimento

- Priorize alimentos orgânicos.
- Privilegie alimentos de produtores locais e feiras livres - ótimas opções para adquirir alimentos mais baratos e frescos.
- Use o carrinho de feira para evitar as sacolinhas plásticas.
- Não compre produtos com muita embalagem.

#### 3. A maneira de preparar o alimento

- Dê preferência para alimentos assados.
- Cozinhe com panelas tampadas.
- Calcule a quantidade certa.
- Aproveite integralmente os alimentos - existem várias receitas indicando como utilizar cascas e sementes.

De acordo com Flávia, as sementes também são ótimas fontes de nutrientes e são várias as receitas para seu uso. Um exemplo é a semente de abóbora: "quando torrada com um pouco de sal, a semente se transforma num aperitivo e pode ser consumida no intervalo entre uma refeição e outra".

## “O ESPORTE TEM A FORÇA DE MUDAR O MUNDO!”

(Nelson Mandela)

### Mais uma conquista! Desta vez para o Futsal.

No dia 8 de abril de 2015, foi aprovado, pelo Ministério do Esporte, o projeto Excelência no Esporte II - modalidade Futsal.

Os projetos das modalidades Basquete e Natação ainda serão avaliados pelo Ministério.

Ao todo, foram aprovados dois projetos, um através da Lei Federal de Incentivo ao Esporte e outro, através da Lei Estadual de Incentivo ao Esporte, denominado ATLETA OLYMPICO, que se encontra em fase de captação.

A partir de maio de 2015, daremos início à execução do projeto aprovado em 2014, o Excelência no Esporte II - modalidade Voleibol, naipes feminino e masculino.

Registramos, aqui, nossos agradecimentos aos apoiadores/patrocinadores do nosso

projeto Excelência no Esporte II - Voleibol, em especial à SETES - Secretaria de Estado de Turismo e Esportes que nos indicou à CEMIG que, por sua vez, sempre acreditou e incentivou o esporte como ferramenta de inclusão social. À ANGLOGOLD ASHANTI que, mais uma vez, nos prestigiou com seu apoio e confiança. E à HELP FARMA que, através de seu dirigente e associado do Olympico Club, Geraldo Magela Oliveira, nos apoia no desenvolvimento esportivo, norteando-o para a formação de cidadãos.

Acreditamos firmemente que é através do esporte que poderemos, efetivamente, diminuir as diferenças sociais, resgatar das ruas e da marginalidade crianças e jovens, no objetivo conjunto de construir uma sociedade mais justa e igualitária.

Outras conquistas virão. A todos, o nosso muito obrigado.



**CEMIG**

  
**ANGLOGOLD  
ASHANTI**

  
**Help Farma**

## É CAMPEÃO! É CAMPEÃO!

Fotos: Fernando Robert

### Equipes do Tricolor da Serra impõem respeito na Copa Olympico de Basquete

A equipe anfitriã Sub-14 se sagrou campeã da 3ª edição da Copa Olympico de Basquete, em cima do grande rival Minas Tênis Clube. A equipe Sub-16 ficou com o vice-campeonato em um jogo disputadíssimo contra o Tijuca Tênis Clube. O Tricolor da Serra recebeu, na categoria Sub-14, as equipes do Minas Tênis Clube, Mackenzie Esporte Clube e Álvares Cabral e pelo Sub-16, Tijuca Tênis Clube, Minas Brasília, Álvares Cabral, Seleção Mineira Sub-15 e Minas Tênis.

A Copa Olympico de Basquete está oficialmente no calendário das Federações e seu objetivo é difundir e apresentar, nacionalmente, as modalidades esportivas que o Olympico Club desenvolve.

#### Abertura do Evento

A cerimônia de abertura do evento contou as presenças do vice-presidente de Esportes Cristóvão Cabral, do diretor de Basquete Flávio Magalhães e do presidente da Federação Mineira de Basketball Álvaro Cotta Teixeira Costa, onde discursaram sobre a importância da realização da Copa Olympico para contribuição do crescimento da modalidade.

O presidente da Federação de Basketball parabenizou, em seu discurso, o Tricolor da Serra pela iniciativa de promover o torneio. “Parabéns ao Olympico por iniciativas como essas, permitindo uma experiência para atletas de outros estados e outros clubes de Minas Gerais”, afirmou ele.

O diretor de Basquete deu continuidade à abertura, falando palavras de incentivo aos jovens e agradecendo o esforço da diretoria do Clube: “Gostaria de agradecer ao vice-presidente de Esporte, Cristóvão Cabral, por seu esforço, pois, com muito sacrifício, conseguimos viabilizar essa edição da Copa Olympico. Aos atletas, digo (fui atleta como vocês) guardem essas experiências de torneios”.

O vice-presidente de Esporte, Cristóvão Cabral, falou sobre a importância de se promover o evento. “O Olympico sempre foi tradicional na formação de atletas, então, não podemos deixar de apoiar e incentivar esses meninos que estão começando agora, porque o esporte educa, tira as crianças das drogas, ensina em relação à vida. Eventos como a Copa Olympico contribuem para o crescimento e noções de valores, que estão se perdendo”, disse.



## CAMPEONATO METROPOLITANO DE FUTSAL

Foto: Equipe Futsal

Os times de Futsal do Olympico Club, categorias Sub-11, Sub-13, Sub-15, Sub-17 e Adulto masculino, estão participando do Campeonato Metropolitano organizado pela Federação Mineira de Futsal, uma competição oficial entre clubes, associações e prefeituras na região metropolitana da capital mineira.

Essa é uma das competições mais importantes da modalidade, estende-se durante todo o ano e resgata o lado social, como conta o supervisor de Futsal do Olympico, Jorge "Black": "A maior importância desse campeonato é sociabilizar os jovens, formar para o esporte e integrá-los na sociedade".

Nos últimos quatro anos, os times do Olympico têm se destacado no Campeonato Metropolitano. Só no ano de 2014, o Clube se sagrou campeão nas categorias Sub-

11, Sub-13 e Adulto, e vice-campeão na Sub-15 e Sub-17. O diretor de Futsal, Walfrido Garcia, disse um pouco sobre o trabalho realizado: "Conseguimos, mesmo com pouco dinheiro, fazer muita competitividade, pois jogamos por amor ao Tricolor da Serra".

### Sobre o Campeonato

O Campeonato Metropolitano teve seu início no ano de 1957 somente com a categoria Adulta e, nos dias atuais, é realizado nas categorias Sub-9, Sub-11, Sub-13, Sub-15, Sub-17, Sub-20 e Adulta masculina e feminina.

É uma competição classificatória para o Campeonato Estadual que, por sua vez, em algumas categorias é classificatório para a Taça Brasil de Clubes.



Futsal Adulto 2014

## NATAÇÃO

Fotos: FAM

### I Festival Nova Onda

O Olympico Club abriu suas portas para receber a primeira etapa do I Festival Nova Onda de Vinculados de Natação, no dia 25 de abril. O evento, promovido pela Federação Aquática Mineira - FAM, será realizado anualmente.

O Olympico teve o privilégio de ser o primeiro a receber o Nova Onda, que é destinado às entidades filiadas e/ou vinculadas à Federação Aquática, com a finalidade de desenvolver a Natação e promover o intercâmbio desportivo em todo o estado de Minas Gerais, colaborando para a difusão e apuro do nível técnico da Natação mineira.

O diretor, Francisco Marzano, falou sobre a satisfação e o valor de participar do festival: “Por ser uma novidade, a competição em si tem uma importância relevante no sentido de proporcionar aos nossos alunos do curso uma vivência prática, podendo ser um link para a formação de futuros atletas da nossa equipe de

competição. Dezesete alunos representaram o Olympico nessa competição”.

A primeira etapa do festival teve, em média, 150 participantes. A competição é destinada para atletas de 7 a 16 anos e será realizada em seis etapas em Belo Horizonte e nas Administrações Regionais da Federação Aquática Mineira, com sedes em Juiz de Fora, Ipatinga, Uberlândia, São Lourenço e Divinópolis, nas datas: 6 de junho, 4 de julho, 26 de setembro, 31 de outubro e 21 de novembro.



### Olympico tem bom desempenho no Torneio Metropolitano de Natação

Oito atletas do Olympico Club participaram do II Torneio Metropolitano Mirim e Petiz de Natação, nos dias 17 e 18 de abril, no Minas Tênis Clube. A competição contou com 163 atletas de cinco equipes. Além do Olympico, participaram da ação o Minas Tênis Clube, Academia Gota D'Água, Mackenzie Esporte Clube e Tropical Tênis Club.

O Tricolor da Serra conquistou um total de 16 medalhas, sendo: cinco de ouro, uma de prata, duas de bronze e oito de 4º a 6º lugares. Destaque para a atleta Ariana Martins que conquistou quatro ouros em quatro modalidades diferentes.



## VÔLEI FEMININO

Fotos: Equipe de Vôlei

### Tricolor da Serra fica com 2º lugar na Copa Mackenzie

O Olympico Club participou da 2ª Copa Mackenzie de Vôlei Feminino, realizada entre os dias 10 e 12 de abril. As meninas do Sub-18 disputaram o título contra as equipes do Minas Tênis Clube, Mackenzie Esporte Clube e Betim.

A conquista do título dependia de uma série de combinações de resultados, no último jogo. O triunfo do Olympico por três sets a zero, contra a equipe de Betim não foi suficiente para alcançar o título.

Apesar do segundo lugar, o técnico da equipe, Gabriel Junqueira, destaca: “A equipe ainda não está no pico de rendimento, estamos em fase de preparação. A intenção do campeonato é que ele sirva para analisar o nível da nossa equipe e no que precisamos melhorar. Eu fiquei satisfeito com a evolução do que está sendo cobrado nos treinamentos, as meninas estão respondendo às expectativas. Temos que evoluir, mas a posição

*As atletas Rúbia Fernanda Andrade da Silva e Mariana Guimarães Pereira receberam troféus como destaques da partida.*

do campeonato foi muito boa, pois ganhamos de equipes fortes e mesmo o jogo que perdemos para o Mackenzie foi bem equilibrado”.

A ponta Stephany Kellen recebeu o destaque da equipe no torneio. Já as atletas, Rúbia Fernanda que joga como levantadora e a ponta Mariana Guimarães, receberam troféus pelo bom rendimento na partida contra o Betim.

### Copa Olympico

O Olympico Club promoverá, entre 28 e 31 de maio, a Copa Olympico de Vôlei Feminino. Mais informações na Coordenação de Esportes, fone 31 3073.9102 ou pelo e-mail [esporte@olympico.com.br](mailto:esporte@olympico.com.br).



*A atleta Stephany Kellen A. de Oliveira recebeu o prêmio como destaque da equipe de Vôlei.*



## VÔLEI MASCULINO

Foto: Federação Mineira de Vôlei

### Olympico participa de Festival de Vôlei Masculino Sub-17

A Federação Mineira de Vôlei realizou, em março, a primeira edição do Festival Sub-17 Masculino, em Belo Horizonte. O evento contou com quatro equipes. Olympico Club, Minas Tênis Clube, Sada Cruzeiro e Méritus foram os participantes que se enfrentaram em jogos de dois sets obrigatórios.

Além da oportunidade de ganhar ritmo de jogo e conhecer as equipes que enfrentarão nas competições durante o ano, a novidade para os participantes foi a aplicação das novas regras para a temporada 2015, cuja principal mudança se refere ao toque na rede que volta a ser marcado como infração, independente do ponto da rede onde houve o contato.

### Olympico inicia busca por título do Campeonato Metropolitano

Em 2009, foi por muito pouco, o time Sub-19 de Vôlei do Olympico Club conquistou o vice no Campeonato Metropolitano de Vôlei Masculino. Em 2014, 2013 e 2011, ficou em terceiro lugar. Este ano, motivação, garra e comprometimento são as palavras de ordem para tentar conquistar o título.

estamos fazendo um trabalho de bastante qualidade. O trabalho físico e técnico está com uma carga grande, por isso estamos esperando bons resultados finais”, declarou.

O técnico, Ediney Zeferino, conta como o Olympico está realizando a preparação para o Metropolitano. “Este ano, nós recebemos um grande grupo de atletas através das peneiradas e, com isso,

Recém-chegado ao Tricolor da Serra, o levantador Henrique César fala sobre a busca pelo título: “Estamos trabalhando, nossa expectativa é boa, a galera está bem animada. O que conta é o grupo, todos se ajudando com empolgação pra fazer dar certo”.

### Novo diretor

Helton Brant, carinhosamente conhecido como Heltinho, tomou posse como novo diretor de Vôlei Masculino, no mês de abril. Helton já foi atleta do Clube e ocupou diversos cargos na Diretoria do Olympico. Agora, passa a integrar o quadro de diretores após convite do presidente Nismar Reis



*Aquecimento da equipe do Festival Sub-17*



## EM BUSCA DE NOVOS RUMOS

Foto: Arquivo Micheli

### Psicóloga do Olympico se especializa em Psicologia Esportiva

Formada em Psicologia pela PUC Minas, Micheli Del Rio é psicóloga do Olympico há quase três anos. Apaixonada por esportes, ela voltou seu trabalho para a área esportiva desde o sexto período da graduação.

Para aperfeiçoar seu desempenho com os atletas do Olympico, a psicóloga decidiu se especializar em Psicologia Esportiva pela Faculdade Estácio de Sá, em São Paulo. Assim, ela pretende melhorar o trabalho realizado, em conjunto com outras áreas. “Sou aliada dos técnicos, meu trabalho é um trabalho extraquadra”, contou Micheli.



*Micheli Del Rio com Antônio Rizola, um dos professores docentes e membro da CBV*

## REUNIÃO ANUAL COM PAIS DE ATLETAS

Foto: Enedina Prates

Em março, o Olympico Club realizou reunião através da Coordenação de Esportes, com técnicos, pais de atletas e o departamento de Esportes, composto pela coordenadora e assistente de esportes, psicóloga do esporte, fisioterapeuta, preparador físico e pedagoga.

O encontro teve por objetivo apresentar o trabalho desenvolvido pelo departamento de Esportes que é aproximar o departamento dos familiares, para que um grande time seja formado.

De acordo com a psicóloga, Micheli Del Rio, o trabalho é de extrema importância para resolução de problemas. “O trabalho é importante na integração da família, escola e atleta”, afirmou.

No encontro, foram esclarecidas dúvidas dos pais e atletas para que, durante todo o ano, o trabalho seja realizado em plena harmonia e satisfação.





André Barreto  
www.cozinhepraela.com.br



Nascido e criado nas terras Mineiras. Relações Públicas e Cozinheiro por paixão. Em cada receita, uma experiência com pitadas de surpresa e sabor!



Sugestão de Harmonização:  
Chileno Canepa Cabernet  
Sauvignon 2012

## COZINHE PRA ELA

### Filet Mignon ao Molho de Vinho Tinto com Fettuccine



Inspirado no site Cozinhe pra Ela, o Olympico Club traz, nesta edição, uma receita de Filet Mignon ao Molho de Vinho Tinto com Fettuccine. Prepare e saboreie.

#### INGREDIENTES FILET

- 500g de Filet Mignon
- 1 xícara (chá) de vinho tinto seco
- 2 tabletes de caldo de carne
- 2 colheres (sopa) de manteiga
- 1 cebola média
- 200g de cogumelo Paris fresco
- sal e pimenta do reino a gosto
- 1 colher (café) de Maisena

#### INGREDIENTES FETTUCINE

- 250g de macarrão Fettuccine
- 50ml de azeite Extra Virgem
- 2 litros de água
- 50g de queijo parmesão ralado
- 1 pacote (25g aprox.) de All 'Arrabiata - tempero misto da Bombay composto por tomate, manjeriço, cebola, alho e pimenta calabresa
- sal a gosto

#### MODO DE PREPARO

##### Filet

1. Limpe o filet e corte-o em escalopes com 2 dedos de espessura. Tempere com um pouco de sal e pimenta do reino e 2 colheres (sopa) do vinho. Reserve.
2. Grelhe os escalopes na manteiga dos dois lados, no ponto de sua preferência.

##### Molho

1. Pique a cebola em pedacinhos e frite na manteiga, acrescentando os tabletes de caldo de carne. Acrescente os cogumelos e deixe cozinhar por 5 minutos.
2. Acrescente o vinho. Quando começar a ferver, veja se o cogumelo já está macio. Se estiver, adicione a colher de Maisena já dissolvida em ¼ de copo de água. Mexa até ficar consistente e tempere a gosto.
3. Sirva o molho sobre os escalopes de filet.

##### Fettuccine

1. Coloque a água para esquentar e, quando estiver fervendo, acrescente a massa. Deixe-a cozinhando por cerca de 5 minutos até ficar cozida "ao dente".
2. Escorra a massa. Em outra panela, acrescente um pouco do azeite, coloque o Fettuccine e o restante do azeite, agregue o tempero e misture. Acrescente sal a gosto.
3. Sirva em um refratário, decorando com Parmesão ralado (opcional).

RENDIMENTO: 2 porções

Fonte: receita retirada do site [www.cozinhepraela.com.br](http://www.cozinhepraela.com.br)

## ESPAÇO GOURMET - UMA ÓTIMA OPÇÃO

Fotos: Fernando Robert

Quer dar charme e conforto ao seu aniversário, confraternização, workshops ou eventos similares?

A melhor opção é escolher o Espaço Gourmet do Olympico Club, ambiente agradável, com capacidade para 150 pessoas, onde sua cerimônia não corre risco de ser cancelada, se chover.



No mês de março, foram lançadas novas regras para locação do Espaço Gourmet e é importante que associados do Olympico Club e não sócios pessoas física e jurídica fiquem antenados. As novas regras foram criadas para atender a todos de uma forma satisfatória e eficiente.

O Espaço Gourmet tem em sua infraestrutura: churrasqueira, cozinha com fogão de alta pressão, freezer, ar condicionado, banheiros masculinos, femininos e um de uso exclusivo para portadores de necessidades especiais. Confira nossos valores e reserve já, a data para sua comemoração.



### Valores e regras para associados

De segunda a quinta-feira, o valor da locação é de R\$ 800,00.  
De sexta-feira a domingo, é de R\$ 1.100,00.

Valores e regras para não sócios pessoas física e jurídica  
Locação somente de segunda a quinta-feira, a R\$ 1.800,00.

Se você ainda não conhece o espaço, agende uma visita pelo e-mail [carolcomunica@olympico.com.br](mailto:carolcomunica@olympico.com.br) ou pelo telefone 31 3073.9111.

Mais informações na secretaria do Clube e no site:  
[www.olympico.com.br/infra-estrutura/espaco-gourmet/](http://www.olympico.com.br/infra-estrutura/espaco-gourmet/).



## BAILE DA BRILHANTINA

Fotos: Fernando Robert

### Baile da Brilhantina nos embalos de um sábado à noite

Fitas no cabelo, saias rodadas e jaquetas de couro, alguns desses modelos foram vistos no primeiro baile da Brilhantina, realizado em comemoração às Bodas de Brilhante do Olympico Club, dia 14 de março, no salão social.

A banda *Chevette Hatch* animou os sócios que, três dias antes, esgotaram os ingressos. O show foi aberto ao som de *Pintura Íntima*, um clássico de Kid Abelha. Ainda contou com sucessos de Riche, Raul Seixas, Rossana, entre outros. E não ficou só nisso, a pista de dança foi agitada pelo DJ Julinho, com clipes dos anos 60 e 70.

A animação do palco contagiou o público, os mais animados subiram no palco e não conseguiram conter a energia que circulava no salão. E para que os sócios levassem uma lembrança da agitação e do sucesso das comemorações, foram distribuídos doces carinhosamente apelidados de “Bem Vividos”, afinal o Tricolor da Serra completou 75 anos promovendo o esporte, o lazer e a convivência social, proporcionando a sócios, atletas e alunos uma melhor qualidade de vida.



Fotos: Fernando Robert



Divirta-se com mais fotos na fanpage <http://goo.gl/e0oLSJ>

## HAPPY HOUR

Fotos: Fernando Robert

O *Happy Hour* mais animado da cidade é no Olympico. E o motivo são os associados e seus convidados que trazem para o Clube muita alegria e descontração.

*Happy Hour* no Olympico é sinônimo de música boa. No dia 6 de março, Ailton e Cia movimentaram a pista com uma miscelânea musical. No dia 20 de março, a animação ficou por conta do repertório de Guto Grandi e Wilson Souza, com o melhor da MPB, mandando o som na gaita. Márcia Mazala embalou a noite de

10 de abril com hits internacionais e anos 80. No último *Happy Hour* de abril, o som de Paulinho Tigre embalou os presentes no Varandão.

Os 50 primeiros sócios têm direito a cinco convites para não sócios participarem da nossa festa. Junte sua turma e não fique de fora dessa. Confira nossa programação no [www.facebook.com/OlympicodaSerra](http://www.facebook.com/OlympicodaSerra) ou pelo site [www.olympico.com.br](http://www.olympico.com.br).



Divirta-se com mais fotos na fanpage <http://goo.gl/aCrAoh>

## MÚSICA NA PISCINA

Fotos: Fernando Robert

A última edição do Música na Piscina, que aconteceu no dia 19 de abril, foi repleta de alegria e descontração. Nem mesmo a chuva que caiu minutos antes do início da apresentação conseguiu atrapalhar o sucesso da festa.

Por causa do contratempo, o evento foi realizado no Varandão e embalado pelas vozes de Renatinho & Nízia, com o melhor da MPB. A diretoria do Clube deseja, em futuro breve, realizar novamente o projeto Música na Piscina. Fique atento às programações dos eventos do Tricolor da Serra no Facebook [www.facebook.com/OlympicodaSerra](http://www.facebook.com/OlympicodaSerra) ou na Secretaria do Clube 31 3073.9112 / 3073.9113.



Divirta-se com mais fotos na fanpage : <http://goo.gl/FnJJoE>

## SERESTA NO CLUBE

Fotos: Fernando Robert

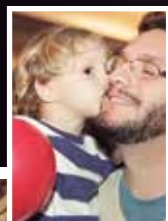


Boêmios românticos se reuniram no Olympico, no dia 30 de abril, para curtir a Seresta no Clube, embalada pelo grupo Seresteiros Amigos de JK.

A sócia Maria de Fátima Macedo estava animada com a atração e destacou a alegria em participar do evento. "Melhor não podia ser. A música está maravilhosa, o Olympico é minha casa. Eventos como esse devem acontecer porque é diferente e muita gente gosta", afirmou.

O grupo Seresteiros Amigos de JK, formado desde setembro de 2002, já é referência musical no gênero. Uma música suave e envolvente caracterizou o repertório que trouxe samba-canção, chorinho, bolero, valsa e um pouco de tango.

A Seresta no Clube é um novo projeto, com pretensão de ser realizado mensalmente. Confira nossas programações de eventos no [www.facebook.com/OlympicodaSerra](http://www.facebook.com/OlympicodaSerra) ou pelo site [www.olympico.com.br](http://www.olympico.com.br).





V  
Ô  
L  
E  
I



**Masculino**

## **Seja um atleta de Vôlei Masculino do Olimpico Club.**

Se você gosta de jogar Vôlei e nasceu entre os anos de 1997 e 2002  
essa é sua grande oportunidade de se tornar um atleta do Olimpico Club.

Entre em contato com a Coordenação de Esportes ou com os técnicos,  
confira os horários de treinos no site e venha fazer um teste.

**Faça seu cadastro no site: [www.olympico.com.br](http://www.olympico.com.br) ou entre em contatos:  
Coordenação de esportes - Sofia 3073 9102  
Treinadores: Ediney 9178 0672 / Julinho 8785 4649**

## DOMINGO NA PISCINA

Fotos: Fernando Robert

O Olympico Club promoveu, nos domingos do mês de abril, animados e descontraídos aulas de Hidroginástica. As atividades movimentaram a galera na piscina recreativa, com os temas: Zumba Fitness, Axé Music, Arrocha e Anos 70, 80 e 90.

Os exercícios aquáticos são divertidos, agradáveis, eficazes e

excelentes opções de atividades físicas para se chegar à boa forma, além de melhorar o estilo de vida.

Pratique saúde! Os aulas de Hidroginástica foram um sucesso. Acompanhe a programação em nosso site [www.olympico.com.br](http://www.olympico.com.br).



## VIVA A PÁSCOA!

Fotos: Fernando Robert

O Coelhoinho fez a diversão da criançada no domingo de Páscoa, 5 de abril, no Olympico Club. A folia começou com a distribuição de ovos de chocolate e picolés, logo na entrada do Clube. Em seguida, uma super aventura de caça ao tesouro com a participação de toda a meninada.

O Tricolor da Serra ficou recheado de alegria durante todo o dia. Cerca de 80 crianças participaram das atividades de recreação.



Divirta-se com mais fotos na fanpage <http://goo.gl/MzEPwa>

## OLYMPICO PREPARA GRANDES MOMENTOS PARA O DOMINGO DAS MÃES

Com a alegria de festejar o Dia das Mães, o Olympico Club está preparando uma comemoração que promete ser inesquecível. Enquanto os filhos curtem as dependências do Clube, as divas poderão curtir momentos de puro relaxamento.

As atividades estão programadas entre 10h e 14h. Vai haver

distribuição de brindes e sessões de Quick Massagem - com cadeira ou maca de massagem, massagedores elétricos, bolinhas de massagem e massagedor de cabeça.

Passa o Dia das Mães onde você é recebida com todo o carinho que merece!



Gualter Naves Corrêa  
gualternaves@lightpress.com.br

“O mineiro precisa fazer sucesso lá fora, para depois fazer sucesso aqui dentro”

Formado em Publicidade pela PUC (1982)  
e Psicologia pela FUMEC (2000)

#### PRÊMIOS

. Concurso Mineiridade da PUC-MG:

3º lugar geral

. Concurso “Fotografe Varginha”,  
da Prefeitura de Varginha:

1º lugar colorido

3º lugar colorido

1º lugar P&B

2º lugar P&B

. Concurso Carnaval BH 2013:

1º lugar geral

. Concurso de fotografia 2014 da revista  
francesa PHOTO

1º lugar categoria Yellow

Foto qualificada para segunda etapa de  
seleção.

. Exposições:

Museu Minas Gerais da Vale - 2014

BDMG Cultural - agosto/2015



## SÓCIO DO OLYMPICO GANHA PRÊMIO INTERNACIONAL DE FOTOGRAFIA

Cabelos grisalhos, óculos e ar de intelectual, essas são algumas das características do fotógrafo mineiro e sócio do Olympico Club, Gualter Naves, ganhador da melhor foto na categoria Yellow, da revista PHOTO, publicada em janeiro deste ano.

A PHOTO é uma revista francesa sobre fotografia, publicada mensalmente pela empresa Hachette Filipacchi Médias. A edição tem abordagem das fotografias explorando mais o lado artístico do que aspectos técnicos e, anualmente, promove um concurso internacional para fotógrafos.

A foto vencedora foi registrada em um campo no aglomerado da Serra, em um período que antecedia a Copa do Mundo no Brasil e encomendada pela agência internacional de notícias Reuters. A escolha do cenário se deu por Gualter morar próximo ao local e ter participado do projeto Hip Hop Educação para a Vida. Durante o pôr do sol de um domingo, Gualter eternizou em imagens a inocência dos garotos, que usam a bola como o sonho de uma vida melhor ou um simples momento de lazer.

A sessão de fotos rendeu, além do prêmio da revista PHOTO, a capa da revista Ecológico do mês de junho de 2014 e uma exposição conjunta com Thierry Carré, Jade Liz e Adolfo Cifuentes, que acontecerá de 6 de agosto a 7 de setembro

deste ano, na galeria de arte do BDMG Cultural.

Sobre outros reconhecimentos, Gualter recebeu, em 2013, o primeiro lugar no concurso de Fotografia do Carnaval de Belo Horizonte e diversos prêmios menores. Questionado sobre seu trabalho, ele foi enfático. “Vamos ver se o ditado está certo. O mineiro precisa fazer sucesso lá fora para depois fazer sucesso aqui dentro.”

Gualter Naves é fotojornalista há 25 anos, formado em Publicidade e Propaganda pela PUC MINAS e Psicologia pela Universidade FUMEC. Trabalhou nos três principais jornais de Belo Horizonte e, atualmente, é proprietário da agência



### PRIX KODAK THÈME : LE JAUNE

#### LE PARRAIN

GREGORY TAÛDE DE KODAK

« J'aime l'esprit et le dynamisme que dégage cette image. J'aime la notion de sport universel. La photographie est universelle, elle nous réunit. Plus important que l'un est, où l'on est et de quelle chose on vient. Ces jeunes se battent pour réussir. C'est tout l'esprit du Jaune Kodak. »

#### LE GAGNANT

GUALTER NAVES, BELO HORIZONTE, BRÉSIL

Pour Gualter Naves, le reportage est une longue histoire d'amour. Alors que son pays s'apprête à accueillir la Coupe du Monde 2014, il se tourne vers le terrain de foot du quartier de Maripóla, au cœur de Belo Horizonte, deuxième plus grand bidonville d'Amérique latine. « Pour moi, cette image exprime le pouvoir, la passion et la joie que le football représente pour les Brésiliens. Ces enfants continuent de jouer, même sans les bonnes chaussures, même dans la poussière, avec seulement la lumière du soleil. C'est peut-être l'un des rares moments de plaisir dans leur vie. J'apprécie d'être né dans un si beau pays avec un peuple si heureux. »

#### LE PRIX

Une caméra Kodak SPro6

Light Press. Mesmo com a vida agitada, Gualter afirmou que visita o Olympico todos os dias e que não dispensa um mergulho na piscina sem aquecimento.

## GENTILEZA GERA GENTILEZA

Os ditados populares andam de boca em boca e quem nunca ouviu falar “a primeira impressão é a que fica”? O desejo das pessoas é serem lembradas pela gentileza, simpatia e educação. Porém, esses aspectos não devem ser observados apenas em ambientes corporativos, mas sim em qualquer espaço social. Afinal, ser lembrado por uma indelicadeza não é o desejo de ninguém.

A palavra senso é facilmente encontrada em nosso dia a dia: bom senso, senso crítico, senso comum, entre outras expressões. Mas muitas vezes não a colocamos em prática quando o assunto é ambiente de convivência social.

O professor de Consultoria de Imagem Eduardo Carvalho, do Senac MG, conta que em todos os momentos é necessário observar o ambiente. “É preciso colocar em prática o senso crítico e o senso comum, não devemos nos comportar como se estivéssemos em casa. As pessoas confundem informalidade com liberdade, é preciso respeitar os limites estabelecidos.”

Furar fila, beber além da conta, levar adereços da decoração de

uma festa, subir em mesa, entre outras atitudes do tipo, não são de bom tom. Eduardo conta que a etiqueta deve estar presente em todas as ações de relacionamento. “Não se deve ferir a liberdade e o espaço do outro. É preciso respeitar o espaço do outro. Ser elegante é um elogio máximo que a pessoa pode receber. Ser elegante é ser compatível com o ambiente”, afirmou.

As pessoas confundem informalidade com liberdade.

### Conviva bem no Olímpico

- Respeite o espaço do próximo.
- Respeite o horário de funcionamento do Clube.
- Não use copos na piscina.
- Utilize as lixeiras.
- Não fume em ambientes fechados ou cobertos.
- Trate com gentileza os funcionários do Olímpico e os demais associados.
- Tome ducha antes de entrar nas piscinas.
- Utilize a água com consciência.
- Não frequente o restaurante em trajés de banho.
- Evite conversar ao servir refeições no self service.

Normas internas de boa convivência no Clube, acesse o site: [www.olympico.com.br/administracao/normas-internas/](http://www.olympico.com.br/administracao/normas-internas/).



## BICICLETÁRIO

Foto: Enedina Prates

### Pedalar é muito bom

Atendendo aos pedidos dos sócios e atletas, foi instalado um Bicletário na portaria do Clube. A ação propõe incentivar o uso das bicicletas como uma modalidade de transporte saudável, além de não ser poluente, promover a prática de hábitos salutar, reduzir engarrafamentos e a poluição ambiental nas grandes regiões.

O sócio Matheus Hermont destacou a importância da nova aquisição do Olímpico. “É uma iniciativa muito boa porque o uso da bicicleta, hoje em dia, está aumentando cada vez mais. Moro na Serra e vou e volto para a UFMG de bicicleta, e o respeito aos usuários também cresceu. Isso mostra que o Clube está preocupado com a sustentabilidade e o meio ambiente.”

De acordo com a médica do trabalho Stela Curty, em um passeio de cerca de 40 minutos, três vezes por semana, já é possível dar adeus ao sedentarismo, melhorando o condicionamento físico. Porém, um médico deve ser consultado. “Recomenda-se fazer uma avaliação médica para avaliar a capacidade aeróbica e a liberação da intensidade do exercício. Praticada com bom senso e na medida da forma física de cada um, a atividade quase não tem restrições”, afirmou.

Segundo a Agência Nacional de Transporte Público, no Brasil, 36% dos brasileiros se deslocam a pé no dia a dia, 25% de ônibus, 26% de automóveis particulares, 4% de bicicletas e 4% de motocicletas.

### Você sabia?

- A Organização das Nações Unidas (ONU) elegeu a bicicleta como o transporte ecologicamente sustentável do planeta.
- Em Dublin, na Irlanda, 11% da população têm a bicicleta como o principal meio para ir ao trabalho.
- 33% de todo o deslocamento realizado em Västerås, na Suécia, é feito por bicicleta.
- Em Redmond, noroeste dos EUA, os ônibus urbanos têm espaço para transportar duas bicicletas. Recentemente, as linhas do MOVE em Belo Horizonte também adotaram esse sistema.

- Em Belo Horizonte, a prefeitura e a BHTRANS, por meio do plano de mobilidade urbana, realizaram, até 2014, aproximadamente 105 km de ciclovias/ciclofaixas e trabalham para atingir a meta de implantação dos 380 km até 2020.

Fontes: CREA-ES e BHTRANS

### Cinco dicas para o ciclismo urbano

1. Use equipamentos de proteção individual.
2. Não ande na contramão.
3. Afaste-se das portas dos carros parados.
4. Sinalize sempre.
5. Não avance o sinal vermelho.

Confira as regras de utilização do Bicletário no site [www.olympico.com.br](http://www.olympico.com.br) e aproveite!

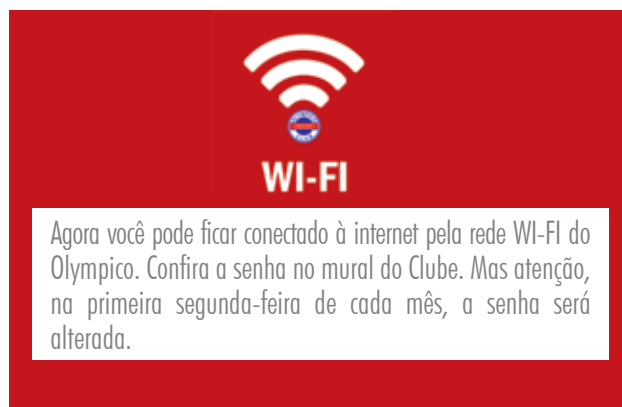


## NOVOS HORÁRIOS DA SAUNA

Os horários antigos das saunas voltam a funcionar a partir de 25/3/2015. Será feito um acompanhamento de controle do uso da água. Caso o aumento seja significativo, os horários serão readequados.

	2ª, 3ª, 5ª e 6ª	4ª feira	Sáb., dom. e feriados
<b>Sauna Masculina</b>	<b>Seca</b> 17h às 21h <b>Vapor</b> 17h às 21h30	<b>Seca</b> 17h às 21h <b>Vapor</b> 17h às 22h	<b>Seca</b> 9h30 às 13h <b>Vapor</b> 9h30 às 17h
<b>Sauna Feminina</b>	2ª, 4ª e 6ª	Sáb., dom. e feriados	
	<b>Vapor</b> 16h30 às 21h	<b>Vapor</b> 9h30 às 17h	

## @OlympicoConectado



## TREINAMENTO DA MANUTENÇÃO

Fotos: Fernando Robert

Buscando aprimorar o relacionamento entre colaboradores, sócios e atletas, o Olympico realizou, no mês de março, por meio da equipe de Psicologia, uma atividade com a equipe de Manutenção.

A ação foi conduzida pela psicóloga Micheli Del Rio e propôs, de uma forma lúdica, ilustrar a importância de cada cargo, a obrigação no desenvolvimento das funções e a importância de um bom relacionamento nas dependências do Clube.



## RECREAÇÃO INFANTIL

Fotos: Fernando Robert

### Finais de semana com diversão

O Olympico Club realizou uma programação especial no mês de abril para crianças de todas as idades. Ao firmar uma parceria com a equipe All In Entretenimento, os finais de semana no Clube foram mais alegres, animando a vida dos pequenos com as atividades de recreação.

A novidade chegou com o mini torneio de Futsal, queimada real, brincadeiras na piscina, oficina de brinquedos, festival de coreografias de Axé, bingo e Polo Kids. As brincadeiras aconteceram

por todo o Clube e mantiveram os pequenos ocupados durante boa parte do dia.

Os sócios, Renata Lima e Virgílio Valadares, elogiaram a ação realizada pelo Clube. “Gostaríamos de parabenizar o clube Olympico, não apenas pelas ações de recreação, com profissionais que enchem de alegria os fins de semana da criançada, mas, também pela divulgação estratégica aos sócios”, disse ela.





Fotos: Fernando Robert



# NOVOS PARCEIROS PARA VOCÊ!



Quando pensamos em viajar, geralmente envolvemos um grande sonho. Os detalhes de cada viagem precisam ser criados de uma forma muito especial. Por isto, a **American Experience**, o **Greenwich Tours** e a **Visa Turismo** aliam tradição, experiência e know how transformando ideias em viagens diferentes e exclusivas.

As três empresas somam esforços e conhecimento para ampliar as possibilidades de atuação e oferecem o que há de melhor no mercado de turismo, além de intercâmbios culturais e esportivos através de bolsas de estudos nas grandes universidades. Esta união permitiu que cada empresa oferecesse o seu melhor com intuito de trazer aos sócios do **Olympico Club** viagens inesquecíveis.



## BEM VIVER REALIZA EXCURSÃO À CASA DAS CANDEIAS

Fotos: Carminha

A equipe do projeto Bem Viver visitou, no dia 25 de março, a Casa das Candeias, situada na Serra da Moeda, região Central do estado. O grupo de 20 mulheres saiu cedo da sede do Clube em direção ao paraíso ecológico, com direito a uma pausa no trajeto para café da manhã e compras de artesanato na “Estância do Queijo”.

A razão da visita foi proporcionar à equipe do projeto Bem Viver um passeio relaxante, com clima de meditação e também uma melhor consciência ambiental.

O passeio teve atividades como oficina de meditação, ginástica cerebral, palestra sobre educação ambiental e dança sênior. Para manter as meninas com energia para realizar todas as atividades, foi servido almoço no fogão de lenha, preparado com alimentos e hortaliças sem conservantes e agrotóxicos.

A diretoria do projeto Bem Viver está programando um novo passeio para o segundo semestre deste ano.

O Bem Viver está sempre aberto para novas participantes. Se você se identifica com a proposta, participe desse projeto que tem por meta construir um ambiente enriquecedor, de troca de conhecimentos e muita amizade. Todas as segundas-feiras, às 15h no Espaço Gourmet (Rua Professor Estevão Pinto, 747 – Serra).

### Saúde para o Bem Viver

No dia 13 de abril, as meninas do Bem Viver participaram de uma palestra sobre saúde e envelhecimento de idosos. A atividade foi conduzida pela fisioterapeuta Gisele Erse e teve por objetivo orientar e compreender melhor essa fase da vida e, assim, contribuir para um envelhecimento ativo e saudável.



### O Projeto Bem Viver

*O Bem Viver é um programa para criar um ambiente agradável de socialização para as mulheres da melhor idade que frequentam o Clube. O projeto realiza algumas atividades como bingo, torneio de buraco, feira de artesanato, palestras, programas de beleza, caminhadas, baile dos Anos Dourados, festa da família, visitas a exposições, aulas de música, apresentação de talentos e aulas de culinária.*

## QUANDO PENSAMOS EM VIAJAR, ENVOLVEMOS UM GRANDE SONHO

Os detalhes de cada viagem têm que ser cuidados de uma forma muito especial.

Por isso, a American Experience, o Greenwich Tours e a Visa Turismo aliam tradição, experiência e *know how* transformando ideias em viagens diferentes e exclusivas.

As três empresas somam esforços e conhecimento para ampliar as possibilidades de atuação e oferecem o que há de melhor no mercado de turismo, além de intercâmbios culturais e esportivos através de bolsas de estudos nas grandes universidades.

Essa união permitiu que cada empresa oferecesse o seu melhor, com intuito de proporcionar aos sócios do Olympico Club viagens inesquecíveis.

A American Experience é uma empresa que atua na área de programas educacionais e esportivos. Somos especializados em criar oportunidades e soluções para jovens que têm como objetivo estudar em universidades nos Estados Unidos.

Nossos programas são voltados para assessorar os estudantes a realizar seus sonhos. Além de programas totalmente acadêmicos para jovens que desejam estudar nos Estados Unidos, temos também programas que permitem conciliar práticas esportivas a um ensino de alto nível por meio de bolsas de estudo.

Na Greenwich Tours, nosso compromisso vai além do orçamento da sua viagem. Sabemos

que lidamos com sonhos e entendemos suas expectativas. Por isso, nossos profissionais são diferenciados. Eles são seus conselheiros e, mais ainda, seus novos parceiros. Seja para lhe contar sobre aquela promoção imperdível, para planejar a sua viagem perfeita, para mostrar o pacote que é a sua cara ou ainda criar uma lua de mel inesquecível.

A Visa Turismo, hoje, é uma referência no mercado de luxo e turismo diferenciado no mundo. Faz parte do conceituado grupo Virtuoso. O nosso lema é fazer toda a diferença no modo como você vivencia suas viagens. Onde quer que seus sonhos de viagem possam levá-lo, nós podemos realizar. Seja qual for a ocasião e motivação, como uma viagem para festejar com os amigos e a família, uma fuga das preocupações diárias ou uma realização pessoal. As lembranças proporcionadas por viagens extraordinárias são um bem muito mais valioso do que aquilo que se pode comprar.

Os ideais das três empresas nos fizeram buscar essa nova parceria com o Olympico Club, pois o principal trabalho feito no Clube é incentivar jovens, através do esporte, a buscar um futuro melhor, estimular as pessoas para a convivência em família e os idosos a terem uma melhor qualidade de vida e socialização.

Com nossa parceria, vamos continuar esse espírito ao realizar sonhos, proporcionar momentos, incentivar a confraternização e praticar a importância da união familiar.



Encontramo-nos à disposição  
em nossas três unidades!  
[www.visaturismo.com.br](http://www.visaturismo.com.br)  
[www.greenwichtours.com.br](http://www.greenwichtours.com.br)  
[www.aeathletics.com](http://www.aeathletics.com)

## TORNEIO DE FUTSAL MISTO

Foto: Fernando Robert

Junte sua turma e venha participar de mais uma edição do Torneio Misto de Futsal do Olympico que será disputado nos dias 10, 17, 24, 31 de maio; 14 e 20 de junho. Nessa edição, o campeonato será destinado a duas categorias: até 40 anos e acima de 40.

As inscrições vão até o dia 4 de maio e podem ser feitas na Secretaria ou com o diretor Rossano Farah. Para os competidores, o valor é de R\$ 50,00.

O diretor Rossano falou sobre a importância de reunir os amigos para participar do torneio. "O Futsal de recreação do Olympico Club é, sem dúvida, o maior representante do lema "Família Olympico". Temos nossas preferências, amizades, confidentes, discutimos, brigamos, bebemos, comemos pouco, temos ovelhas

negras, brancas e de várias outras cores, mas estamos sempre juntos. Unidos! O Futebol para nós é a coisa mais importante das menos importantes das nossas vidas", afirmou.

A festa de confraternização, que acontece logo após o torneio, será realizada no dia 20 de junho para todos os participantes. O valor para participação dos convidados na confraternização é de R\$ 30,00. Não perca! Faça já a sua inscrição!

### Torneio Magnus de Futsal

A diretoria de Futsal está programando para julho, o Torneio Magnus de Futsal, voltado aos sócios com mais de 50 anos. Fique ligado! Em breve, mais informações.

“O Futebol para nós é a coisa mais importante das menos importantes da nossa vida.”

Rossano Farah

Patrocinadores



## TORNEIO INTERNO DE SINUCA

Fotos: Fernando Robert

Os apaixonados por Sinuca ficaram em estado de graça. Entre os dias 29 de março e 26 de abril, o Olympico Club realizou o Torneio Interno de Sinuca, nas modalidades Diamante, Ouro e Prata. O objetivo do torneio foi promover a integração entre os sócios, possibilitando um maior entrosamento e celebrar a confraternização dos momentos de diversão.

O diretor de Sinuca, Sílvio Abras, falou sobre a intenção da diretoria na realização da competição: "O torneio de Sinuca já é uma tradição no Olympico. Ganhar ou perder é consequência do jogo, a confraternização é o principal".

A competição foi realizada no sistema de dupla eliminatória, seguindo as regras da Confederação Brasileira de Sinuca e Bilhar (CBBS). Os três primeiros colocados de cada categoria receberam troféus e a melhor tacada na categoria Diamante foi premiada com medalha.

### Confira o resultado da competição:

#### Categoria Diamante

Campeão - Luiz Antônio Batista

Vice-campeão - Lincoln Ferreira

3º Lugar - Marcelo Avelar

Melhor tacada - Luiz Antônio Batista

#### Categoria Ouro

Campeão - Otoniel Silva

Vice-campeão - Júlio Pessoa

3º Lugar - João Fiuza

#### Categoria Prata

Campeão - Sérgio Vidal

Vice-campeão - Sócrates

Machado Marques

3º Lugar - Leonardo Abreu

*Uma homenagem especial ao "vovô da Sinuca"*



*Fatura de troféus e de contentamento*



Divirta-se com mais fotos na fanpage <http://goo.gl/LigRSm>

## TORNEIO DE TÊNIS

Foto: Fernando Robert

### Melhorias nas quadras de Tênis e início do Torneio Interno em comemoração aos 75 anos do Clube

Correções foram solicitadas pelos sócios durante pesquisa.

Após estudo para verificar com os associados praticantes sobre as datas previamente estabelecidas para os torneios de simples e de duplas de 2015, sugestões de melhoria para a prática do Tênis foram recebidas e já é possível identificar algumas mudanças.

Nas quadras de Saibro e Lisonda, foram realizadas trocas das redes, reforma dos bancos, poda nas árvores e reposicionamento dos holofotes melhorando a iluminação. Outro pedido foi a reforma da quadra de Lisonda que está programada para o segundo semestre. O sócio Célio Brandão gostou da iniciativa e destaca: “Tem que se entender que o Clube é feito de associado e para o associado. Temos que pedir e o que pode ser feito, tem que ser feito”.

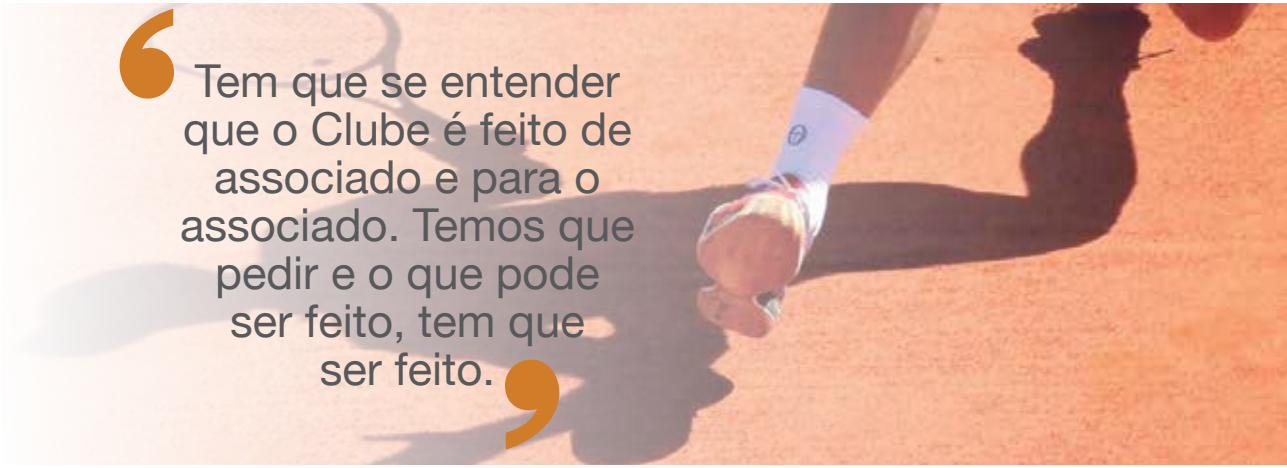
O novo diretor de Tênis, Breno Beltrame, falou como seu trabalho está sendo desenvolvido. “Nossa intenção é ir melhorando aos poucos, dentro das condições do Clube, os locais onde praticamos

o nosso esporte, ou seja, as quadras e também aumentar a interação entre os praticantes de Tênis através dos torneios e confraternizações. Uma das ideias que queremos colocar em prática é aumentar e multiplicar as informações sobre o nosso esporte, mostrando aos praticantes de Tênis as curiosidades, regras e como funciona o circuito profissional da modalidade”, contou.

### Torneio Olympico Club 75 anos

O Torneio Olympico Club 75 anos acontecerá de 1º a 31 de maio (feriado, sábados e domingos, de 8h às 15h e de segunda a sexta, de 18h às 21h), nas quadras de Saibro e Lisonda.

A competição será realizada nas categorias: Infantil misto, até 12 anos; Feminino, acima de 12 anos; Juvenil, até 18 anos; Masculino B, acima de 18 anos; Masculino A, até 45 anos e acima de 45 anos. Venha torcer por nossos competidores!



“ Tem que se entender que o Clube é feito de associado e para o associado. Temos que pedir e o que pode ser feito, tem que ser feito. ”

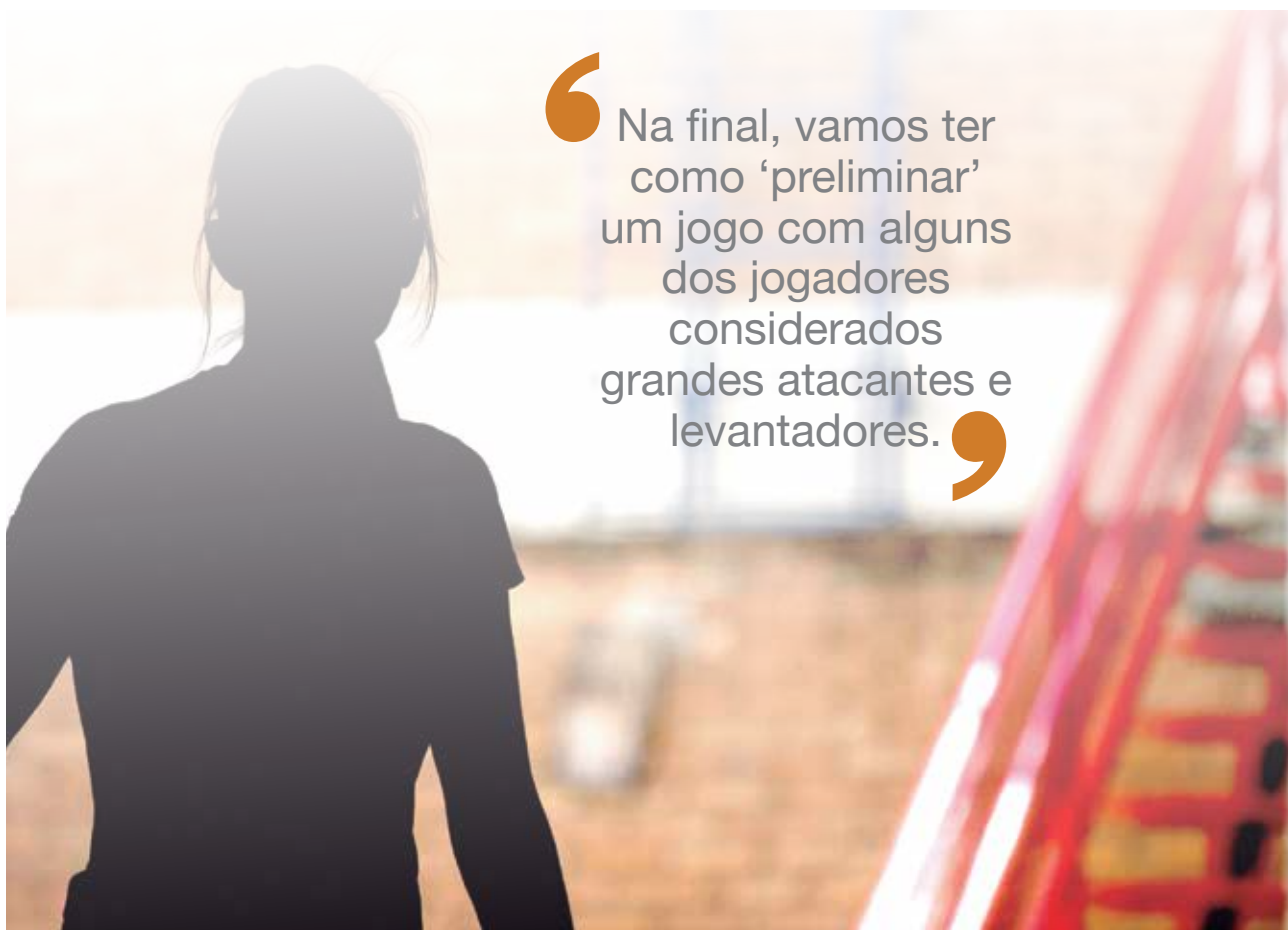
## I TORNEIO DE VÔLEI SÉRIE B

Foto: Fernando Robert

Uma novidade neste ano é o I Torneio Série B de Vôlei, com início em 18 de abril e a grande final em 9 de maio. A competição é dedicada aos sócios com idade mínima de 18 anos e que têm gosto pelo Vôlei, independente de serem bons ou ruins.

O torneio foi proposto pela nova diretoria de Esporte Recreativo do Olympico, com a intenção de proporcionar aos sócios que demonstrem suas habilidades no Vôlei.

O diretor de Esporte Recreativo, Matheus Jorge, contou como está sendo o torneio. “Tivemos ajuda de alguns jogadores mais experientes na modalidade para que a disputa ficasse melhor. Na final, vamos ter como ‘preliminar’ um jogo com alguns dos jogadores considerados grandes atacantes e levantadores.” Matheus ainda destacou o quanto é importante a realização do torneio para a integração, confraternização e participação dos sócios.



“Na final, vamos ter como ‘preliminar’ um jogo com alguns dos jogadores considerados grandes atacantes e levantadores.”

## PESQUISA GERAL DE SATISFAÇÃO – CLUBE DE QUEM MALHA

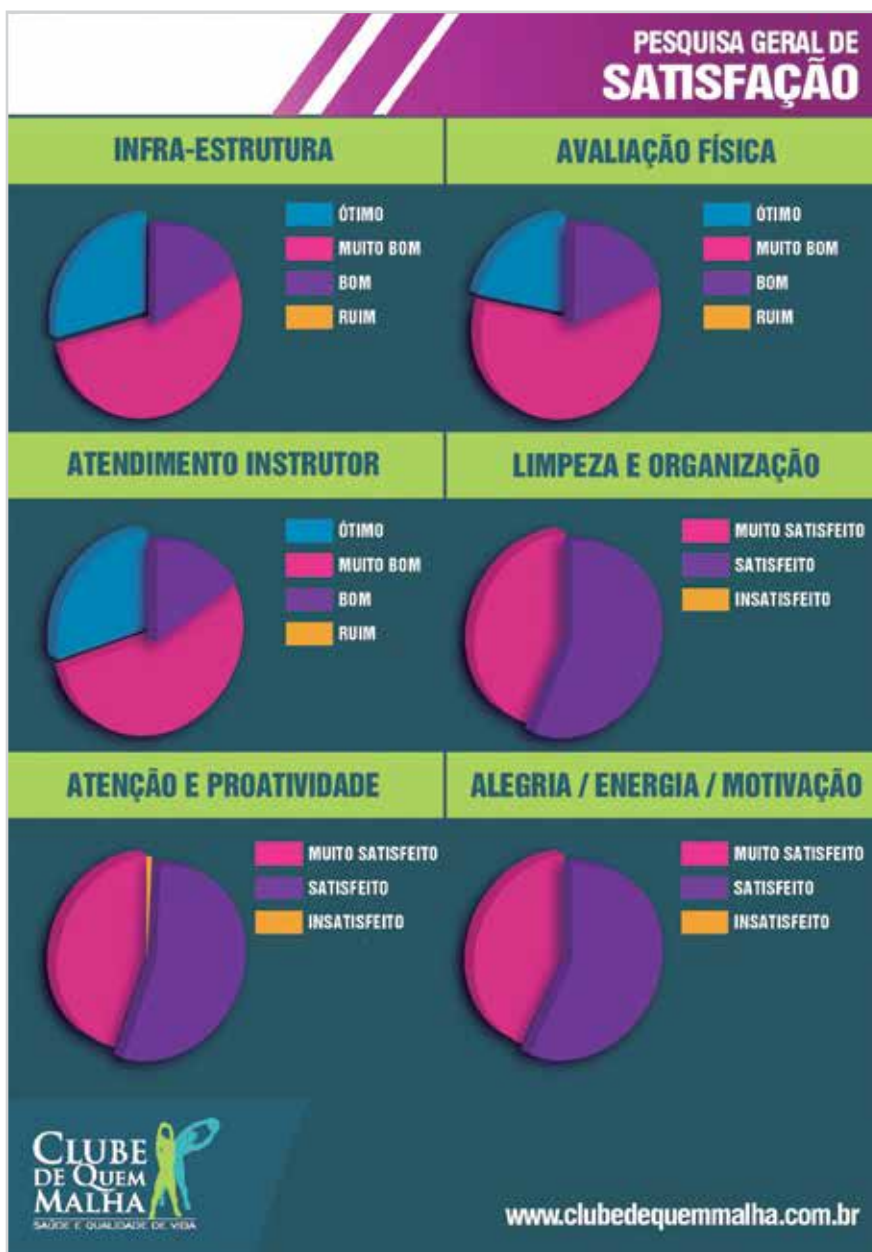
O Clube de Quem Malha está em constante busca de melhoria e superação de resultados. Fazemos isso para que possamos atender a todas as demandas de nossos clientes e alunos da melhor forma possível.

Com isso em mente, começamos em julho de 2014 a coletar dados para uma Pesquisa Geral de Satisfação com todos os novos alunos da academia. Nesses contatos diretos com o aluno, abrimos espaço para que eles pudessem nos informar sobre algum caso positivo ou negativo ocorrido dentro do CQM.

Todos os comentários foram repassados para as áreas responsáveis para que pudessem ser avaliados e solucionados. A identidade dos clientes foi mantida em sigilo.

O nosso objetivo, desde o início da pesquisa, foi o de fazer com que o nosso cliente tivesse um canal direto para deixar suas impressões sobre a academia, para que qualquer melhora ou mudança necessária seja feita de forma rápida e direta, pois sabemos que não existe ninguém melhor para nos dizer se estamos alcançando nossos objetivos do que vocês, nossos clientes.

Confira agora o resultado da Pesquisa Geral de Satisfação





## A FEBRE AGORA É “O LIVRO DE COLORIR”

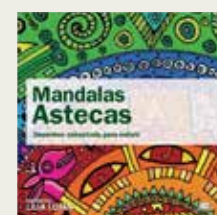
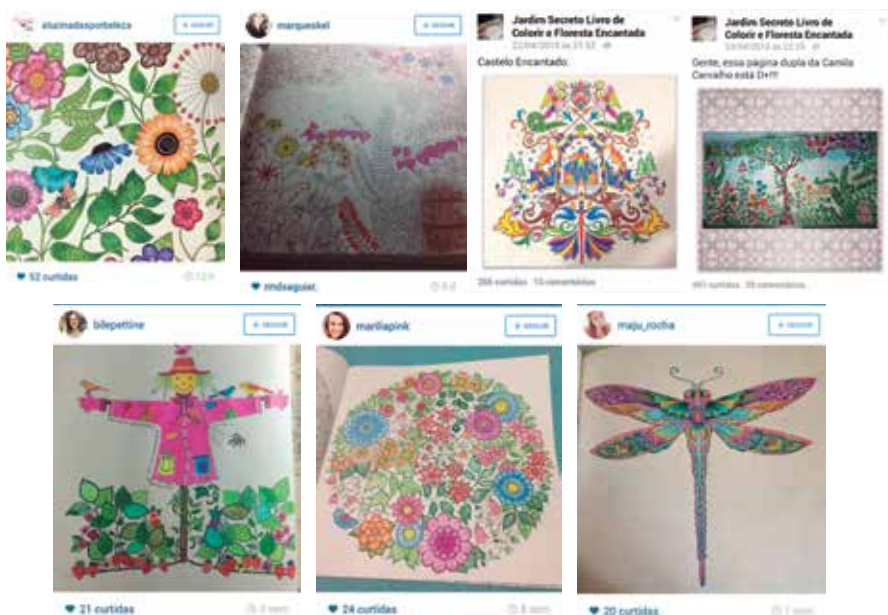
### Livro de Colorir Antiestresse

Alguns adultos já devem ter escutado a frase: não deixe morrer a criança dentro de você! Pois é, essa citação está super em alta, afinal, a nova febre entre os “grandinhos” são os livros para colorir. É fácil encontrar nas redes sociais, postagem de fotos de desenhos coloridos. Os mais famosos são Jardim Secreto e Floresta Encantada, da autora e ilustradora britânica, Johanna Basford. As livrarias já possuem muitos títulos à venda para alimentar a nova moda de aliviar o estresse e a ansiedade.

Conforme a revista Pais & Filhos, de abril, o livro Jardim Secreto teve cerca de 1,5 milhão de cópias vendidas no mundo e 100 mil no Brasil. E a obra ocupa a terceira posição entre os livros mais vendidos no mês de março.

Segundo Johanna, em entrevista ao jornal O Globo, os livros de colorir trabalham como um detox digital. A autora indica: “essa é uma chance de desplugar e se deliciar em uma atividade sem a distração de uma conversa de Twitter, atualizações de status ou novos e-mails chegando. Acho que um livro de colorir oferece um detox digital para essa geração cansada de ver tudo por telas”.

Os preços dos livros variam de R\$ 22,90 a R\$ 29,90, mas muitos estão recorrendo à internet para imprimir as obras. Se você gostou da nova febre, passe a mão nas canetinhas e comece a colorir. Mas atenção! Não vale pegar os materiais das crianças da família.



Outros títulos de livros para colorir: Zumbi pra Colorir, Livro de Colorir, Color Me Crazy, Arte como Terapia, Fetish Coloring Book, Mil e Uma Noites, e Mandalas Astecas.



## TELEFONES ÚTEIS

### ACADEMIA DOS ATLETAS

3073 9127 - Mateus Hamdan

### ACOMPANHAMENTO ESCOLAR

3073 9126

### - ADMINISTRATIVO

3073 9101 - Simone Queiroz

### CLUBE DE QUEM MALHA

3073 9109 - Recepção

3073 9110 - Fernando/Fernanda

### ALMOXARIFADO

3073 9117 - Wander Martins/Geraldo

### COMPRAS

3073 9105 - Jeferson

### COMUNICAÇÃO

3073 9118 - Lúcia Guatimosim

3073 9119 - Enedina Prates

### ESPORTES

3073 9102 - Sofia Bicalho

3073 9123 - Carolina Ribeiro Vaz

### ENFERMARIA

3073 9124 - Clarice

### ESCOLINHA GUGA

3073 9134 - Hugo/Janderson

### ESPORTIVA

3073 9126 - Júlio/Vinicius/Eder/José Ferreira/Wesley

### EVENTOS

3073 9120 - Anna Carolina

### FISIOTERAPIA

3073 9128 - Eric

### INICIAÇÃO ESPORTIVA

3073 9139 - Renata Paratela

### MARKETING

3073 9122 - Rafaela Almeida

### NATAÇÃO/HIDROGINÁSTICA

3073 9137 - Fred/Dimas/Leandro/Alexandre/Marina/Camila

### PSICÓLOGA

3073 9121 - Micheli

### PORTARIA

3073 9108 - Alberto/Edeirson/Warlei/Fábio

### RECURSOS HUMANOS

3073 9103 - Cida Cunha/Thais/Mirian

### SALA DE MASSAGENS

3073 9147 - Renato/Lilian

### SALÃO DE BELEZA

3073 9140 - Lúcia Helena

### SALÃO DE SINUCA

3073 9129 - Dirgo/José de Oliveira

### SECRETARIA

3073 9111 /12 /13 /14 - Sheila/Fernando/Stephanie/Gleice

### TESOURARIA

3073 9104 - Leonardo/Ângela

### VESTIÁRIO FEMININO

3073 9136 - Suely/Vanilda

### VESTIÁRIO MASCULINO

3073 9135 - Hélio/Agnaldo

## Horários de Funcionamento

### LANCHONETE CENTRAL/QUIOSQUE

2ª, 3ª e 5ª - 8h às 22h - 4ª e 6ª - 8h às 23h

Sábados, domingos e feriados - 8h às 20h

### PARQUE AQUÁTICO - PISCINA SEMIOLÍMPICA

2ª feira - disponível a partir das 7h / 21h

3ª feira - disponível a partir das 6h / 21h

4ª feira - disponível a partir das 6h / 22h

5ª feira - disponível a partir das 6h / 20h

6ª feira - disponível a partir das 7h / 22h

Sáb., dom. e feriados - disponível a partir das 6h / 19h

### SAUNA FEMININA

2ª, 4ª e 6ª - 16h30 às 21h

Sábados, domingos e feriados - 09h30 às 17h

### SAUNA MASCULINA

2ª, 3ª, 5ª e 6ª - Seca: 17h às 21h - Vapor: 17h às 21h30

Quartas-feiras - Seca: 17h às 21h - Vapor: 17h às 22h

Sábados, domingos e feriados - Seca: 9h30 às 13h -

Vapor: 9h30 às 17h

### SECRETARIA

2ª a 6ª - 8h30 às 19h

Sábados - 9h às 13h

Domingos - Fechada

### SINUCA

2ª, 3ª e 5ª - 17h às 22h - 4ª e 6ª - 17h às 23h

Sábados, domingos e feriados - 7h às 20h



# Mart Minas

ATACADO & VAREJO

O Mart Minas atacado e varejo é uma empresa voltada para o consumidor final, pequenos e médios varejistas, e também os transformadores como: padarias, bares, restaurantes, hotéis e motéis.

Fundada em 2001, inaugurou sua primeira loja em Divinópolis. Com um atendimento diferenciado, preços imbatíveis e uma forte parceria com seus fornecedores, surgiu a necessidade de ampliar seus negócios. Em 2002, foi inaugurada uma nova loja em Contagem e a partir daí, o Mart Minas iniciou uma trajetória para conquistar o mercado dentro do Estado.

Com localização privilegiada em cidades pólo, tais como: Juiz de Fora, Contagem, Divinópolis, Governador Valadares, Sete Lagoas, Uberaba, Uberlândia, Patos de Minas, Alfenas, Ituiutaba, Santana do Paraíso, Araporã

e Montes Claros, as unidades do Mart Minas atendem cerca de 126 cidades próximas às regiões onde estão inseridas. Com um mix de 10.000 itens compostos por alimentos perecíveis, não perecíveis, higiene, limpeza, bazar, bomboniere e bebidas, as lojas estão estruturadas para atender seus clientes de forma eficiente e rápida, pois cada vez mais o segmento de Atacarejo atrai famílias ou grupo de amigos que descobriram nesse formato uma nova forma de diversificar seus locais de compra com economia.

O Mart Minas prevê a inauguração de mais 3 lojas este ano e contará com 18 unidades pelo estado, mantendo sua seriedade, transparência, agilidade e eficácia em relação a seus clientes, fornecedores e colaboradores.

Acesse:

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

**São mais de  
10.000 itens  
com preços  
imbatíveis!**



# Dia das mães

Mulher carinhosa, fantástica, protetora, ser doce que acalma e conforta. Adjetivos são poucos para definir, nenhuma língua é capaz de expressar a força, a beleza e o coração de uma mãe. Ser estranho por não ser eterno.

Ser mãe é ser combatente, é saber voar se necessário. Ser mãe é conquistar mundos novos todos os dias para seus filhos. É abrir janelas a cada porta que se fecha.

Para proteger seus filhos não sente dor e, mesmo cansada, está sempre disposta a acolher. Mãe é palavra de poder que toca qualquer um. Sinônimo de amor sem limites. Ser mãe é alimentar as bocas da esperança, é poder curar feridas na pele e no coração.

Às rainhas do Olympico Club, um Feliz Dia das Mães!

