

minas



Realezas do Carnaval minastenista

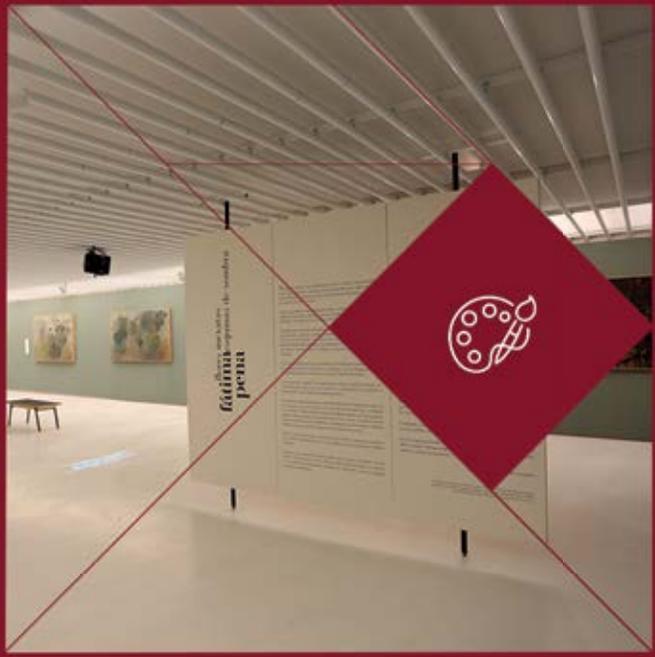
Sócios do Minas compartilham histórias de paixão pelo Carnaval

Páginas 24 a 27

Confira a programação do Carnaval do Minas 2023

Páginas 28 e 29







**CULTURA
EM TODOS
OS CANTOS.
ARTE PARA
TODOS
OS PÚBLICOS!**



**Venha conhecer o CENTRO
CULTURAL UNIMED-BH MINAS**



PATROCÍNIO MASTER



REALIZAÇÃO





14 Fevereiro Roxo e Laranja
Campanha chama a atenção para o tratamento e prevenção de doenças autoimunes

20 Entrevista
Marco Antônio Viana Leite, presidente do Instituto Mário Penna

34 Metas para 2023
Temporada Verão CorpoMente promove atividades especiais para sócios

37 Fila de Espera
Cursos Esportivos e Artísticos começam a chamar sócios que aguardam vagas

46 Novo comando
Sócios de cada competição são premiados em eventos

50 Jovens Talentos
Nadadores da base são promovidos para a equipe de ponta Teknisa/Arezzo&Co/Minas

Mensagem do Presidente. **5** **30**.Cabeça de Prata
Expediente. **6** **31**.Lazer
Institucional. **8** **38**.Cultura
Seu Patrimônio. **10** **53**.Notas
Minas Náutico. **12** **54**.Cenas
Saúde. **16** **58**.Memória

ESPORTES

42 Vôlei Feminino **48** Ginásticas Artística e de Trampolim
43 Vôlei Masculino **51** Tênis
44 Basquete **52** Lei de Incentivo
45 Judô



Caros minastenistas,

Chegou o mês mais alegre do ano! Fevereiro é época de colocar o sorriso no rosto, explorar a criatividade para as fantasias e lembrar que é importante dedicar nosso tempo para o lazer, a diversão e a felicidade, de preferência na companhia dos familiares e amigos. Aqui no Minas, levamos o Carnaval muito a sério, afinal de contas, como todos sabem, garantir a plena alegria de viver de vocês está em nossa missão. E após dois anos sem folia devido à pandemia da Covid-19, estamos preparando uma extensa e diversa programação de Carnaval, com eventos nas três Unidades e no Náutico, para todas as idades. Para quem gosta de seguir o trio-elétrico pelas ruas da cidade, o Bloco do Minas faz parte da agenda oficial de pré-Carnaval em Belo Horizonte, na região do Minas II. Já os amantes do samba serão contemplados na tradicional Feijoada no Country, principal festa de Carnaval do Minas. Os “cabeças de prata” podem se preparar para o Grito de Carnaval, com as famosas marchinhas e o tão aguardado concurso de fantasias. Capriche nos adereços! A criançada também tem diversão garantida com as matinês do Minas II e o bailinho do Náutico. Desta vez, a novidade é uma banda para tocar músicas infantis. E tem mais eventos temáticos da festa, com edições especiais do Cozinha ao Vivo e do Minas Tênis Music. Todos os detalhes da programação estão nas páginas 28 e 29. Esperamos vocês!



Carlos Henrique Martins Teixeira
Presidente

Ainda no assunto Carnaval, essa que é uma das principais festas do país, independentemente do estilo de folia que você gosta, todos nós temos alguma história ou “causo” para contar sobre o tema. Alguns até nutrem pelo Carnaval uma relação profunda, seja por memórias afetivas, por tradição familiar, por ter encontrado um hobby ou um sentido para a vida ou até como uma maneira para aproveitar os dias de recesso e descansar a mente. A matéria de capa desta edição traz histórias incríveis de quatro sócios apaixonados pelo Carnaval. Marília Rabelo Guerra, Pedro Henrique Freitas, Nathalia Bini e Eugênio Botelho estampam a capa e falam para vocês como o Carnaval está presente em suas vidas. Espero que os quatro sejam boas inspirações para quem também deseja aproveitar a festa com leveza, simplicidade e bem-estar. Um ótimo Carnaval a todos!

Fevereiro marca a retomada das aulas: 2023 de fato começou! E eu convido os pais cujas crianças estão em filas de espera dos nossos cursos a verificarem as chamadas e as vagas abertas das modalidades esportivas e artísticas. Nosso pilar de educação está em constante evolução para garantir o atendimento aos sócios, por isso é importante acompanhar o processo das filas de perto e não perder as datas de matrículas. Para os adultos, o foco é a saúde! Nossa Academia oferece avaliações físicas e fisioterápicas para ajudar vocês a definirem suas metas para o ano e priorizar a saúde e o bem-estar com constância.

O Centro Cultural Unimed-BH Minas também está em pleno funcionamento, com opções de filmes e espetáculos teatrais e de dança no Cinema e no Teatro, respectivamente. Vale lembrar que está em cartaz a Campanha de Popularização do Teatro e da Dança, sendo esta uma boa oportunidade para valorizar e se aproximar da arte já neste início de ano.

No esporte, seguimos com gás total para a busca de títulos. As equipes de basquete e vôlei feminino e masculino disputam a fase de classificação das respectivas ligas para garantir lugar no pódio, e a sua torcida é fundamental. A Arena UniBH tem cadeiras exclusivas para sócios, e temos muito orgulho quando elas estão ocupadas por vocês, mais ainda quando estão com as nossas camisas. Destaco também o futsal que conta com novos técnicos para a equipe de ponta e o time Sub-20. Você pode conhecê-los melhor nas páginas 46 e 47.

Acompanhem sempre as programações nas nossas Unidades e no Náutico, por meio dos canais de comunicação: revista, mídias sociais, site, cartazes e banners pelo Clube, Minas Zap, e-mail marketing e TVs internas. Estamos empenhados em surpreender vocês positivamente com as ações e serviços de cada pilar e com o atendimento no dia a dia.

Forte abraço a todos.



CARLOS HENRIQUE MARTINS TEIXEIRA

PATRONO

José Mendes Júnior

DIRETORIA

PRESIDENTE

Carlos Henrique Martins Teixeira

VICE-PRESIDENTE

Wagner Furtado Veloso

DIRETOR-SECRETÁRIO

Paulo Fernando Cintra de Almeida

DIRETOR FINANCEIRO

Alexandre Abdala Miranda

DIRETORES-GERAIS

André Rocha Baeta
André Rubião Resende
Bruno Resende Rabello
Carlos Ferreira Mascarenhas
Fernando Furtado de Paula Ferreira
Fernando Mauro Zefferino
Frederico Mascarenhas
José Cláudio Nogueira Vieira
Sérgio Botrel Coutinho

DIRETORES-ADJUNTOS/ASSESSORES

Alexandre Azevedo Cunha
Carlos Antonio da Rocha Azevedo
Célia Maria de Oliveira
Elói Lacerda de Oliveira Neto
Euler Barbosa de Carvalho
Flávia do Valle Oliveira Andrea
Gil Marcos de Araújo Silva
Gustavo Zech Coelho
Hélio Valente Lipiani
Keyla Pitanga Monadjemi
Marques Batista de Abreu
Mauro Becker Martins Vieira
Rodrigo Pereira Ribeiro de Oliveira
Roland Menezes Raad
Sérgio Olinto Duarte Braga

CONSELHO DELIBERATIVO

PRESIDENTE DE HONRA

Enéas Nóbrega de Assis Fonseca
(in memoriam)

PRESIDENTE DA MESA DIRETORA

Kouros Monadjemi

VICE-PRESIDENTE

Ricardo Vieira Santiago

1º SECRETÁRIO

Murilo Eustáquio

2º SECRETÁRIO

Nelson Baisi Cerqueira

SUPERINTENDENTE EXECUTIVO

Yuri Costa Dolabella



CAPA
Edição 209,
Fevereiro 2023

PRODUÇÃO E COORDENAÇÃO GERAL

Departamento de Comunicação
do Minas Tênis Clube

GERENTE DE COMUNICAÇÃO

Juliana Araújo

EDIÇÃO E JORNALISTA RESPONSÁVEL

Letícia Fiuza
Reg. Prof. 18188/MG

REPORTAGEM

Camila de Ávila, Christiano Senna, Débora Sampaio, Hyago de Paula, Janaína Almeida, Lara Pereira, Leila Cabral, Letícia Fiuza, Luiz Augusto Barros, Ruleandson do Carmo

REVISÃO

Gabriela Vilela

DIAGRAMAÇÃO

Daniel Capuruço e Gabriel Cisalpino

FOTOGRAFIA

Orlando Bento, Ignácio Costa e Arquivo MTC

PERIODICIDADE

Mensal

TIRAGEM

25.300 exemplares

MINAS TÊNIS CLUBE

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

OUVIDORIA

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



CENTRAIS DE ATENDIMENTO

MINAS I: 3516.1000
centraldeatendimento1@minasc.com.br

MINAS II: 3516.2000
centraldeatendimento2@minasc.com.br

MINAS COUNTRY: 3517.3050
centraldeatendimentocountry@minasc.com.br

MINAS NÁUTICO: 3517.3000
centraldeatendimentonautico@minasc.com.br

PUBLICIDADE

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

A Revista do Minas está
disponível também no site
minastenisclub.com.br

TELEFONES ÚTEIS

MINAS I

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

MINAS II

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

MINAS COUNTRY

Enfermaria	3517.3090
------------------	-----------

MINAS NÁUTICO

Enfermaria	3517.3030
------------------	-----------

Lei de Incentivo ao Esporte

OBRIGADO!



A sua doação ajuda
o Esporte a continuar
crescendo no Brasil.



Lei de
Incentivo ao
Esporte



MINASLIGAS
Comprometimento | Eficiência | Qualidade



MINISTÉRIO DO
ESPORTE



Cada vez melhor

Estacionamentos das Unidades I e II contam com melhorias a partir deste mês



Estacionamentos receberão melhorias nos próximos meses

Frequentar o Minas Tênis Clube é a oportunidade de vivenciar experiências inesquecíveis desde o momento em que se chega em cada uma das Unidades. Prova disso é que a família minastenista passa a ter ainda mais conforto, comodidade e segurança ao usufruir do serviço de estacionamento nos Minas I e II com o início da implementação de melhorias feitas pela Estapar, empresa que ganhou a concorrência realizada em dezembro de 2022 para gerir as estruturas pelo prazo de 50 meses. A licitação, avaliada pelo setor técnico do Minas com chancela da Diretoria, teve como base a escuta ativa feita a partir das demandas dos associados. Assim, o Clube repassou o escopo para as maiores empresas do segmento.

Estão previstas diversas adequações para deixar os estacionamentos melhores e proporcionar maior bem-estar aos usuários. Nos próximos 12 meses, a partir de fevereiro, a Estapar vai investir em infraestrutura, automação e controle, segurança e sistema de monitoramento, comunicação visual e fornecimento de mão de obra treinada e qualificada.

O projeto apresentado prevê a revitalização de toda a pintura dos estacionamentos, a limpeza dos pisos e a remarcação das vagas e da sinalização de circulação. Além disso, um ponto importante é a melhoria da sinalização de entrada e saída do estacionamento do Centro de Facilidades (CF) da rua da Bahia. A segurança será reforçada com a ampliação da cobertura do sistema de TV (CFTV) em

todas as áreas e do controle de acesso ao Clube, por meio de sistemas de portarias virtuais.

Novidades

Na hora de estacionar, os minastenistas passam a contar com sinalizadores de vagas e com painéis de led que indicam a quantidade disponível e a localização do espaço livre mais próximo. Também está previsto o sistema de reserva de vagas para idosos e pessoas com deficiência (PCDs) via aplicativo.

Quem possui carro elétrico poderá recarregá-lo enquanto curte o Minas. Serão instalados pontos de carregamento de veículos, e o usuário poderá visualizar em tempo real, por meio de app, os locais disponíveis. Um novo serviço que será implantado para atender à demanda do mercado automobilístico, que vive um crescimento na comercialização desse tipo de veículo.

Para o pagamento, os sócios terão as opções de caixa tradicional, intermediado por um funcionário, de equipamentos de autosserviço para validação do ticket de estacionamento no próprio terminal e de aplicativo para resolver tudo por meio do celular. O sistema será configurado com a tabela de preços considerando os benefícios para associados.

Gostou da novidade? É MTC e Estapar trabalhando em conjunto pelo conforto dos minastenistas.



MOTOR TURBO DE 185 CAVALOS.
ENVENENADO JÁ DE FÁBRICA.



Leo Burnett TM



MODO POISON



ESCAPE DUPLO



SUSPENSÃO, RODAS
E PNEUS ESPORTIVOS

JUNTOS SALVAMOS VIDAS.



PULSE ABARTH.

CHEGOU O SUV ENVENENADO.



PERFORMANCE



TECNOLOGIA E INOVAÇÃO



FEITO SOB MEDIDA



DIREÇÃO PROVOCANTE



Plano Diretor

Próximos passos apostam na diversão do associado do Minas Náutico



Próxima fase do Plano Diretor do Minas Náutico: novas quadras de areia apostam no lazer esportivo do associado

Após a construção do Bar da Lagoa ter sido um sucesso entre os seus frequentadores, este ano inicia a próxima fase do Plano Diretor do Minas Náutico. O planejamento inclui diversas melhorias no Clube e agora contempla a construção de quadras de areia no espaço próximo à área dos barcos cabinados, no píer, que recebe seis quadras de areia e arquibancada.

Nessa segunda fase, a construção de uma “orla praiana” prevê a formação de um circuito esportivo com a construção de quadras para a prática de atividades esportivas recreativas, como beach tennis, futebol de areia, futevôlei e vôlei de praia. O empreendimento é mais uma área de lazer para o sócio do Náutico, com foco na promoção de diversas modalidades que crescem cada vez mais em popularidade e procura.

De acordo com o diretor de Obras José Cláudio Nogueira Vieira, o empreendimento segue todas as normas previstas, com a criação de uma faixa de areia para a instalação das quadras de prática esportiva. “Atrás das quadras, haverá uma arquibancada grande, aproveitando o desenho do terreno. Ali o pessoal poderá ficar esperando para jogar e contemplando a lagoa. Será um espaço muito bonito”, explica. Ao todo, a área construída do Minas Náutico, que totaliza mais de 40 mil m², atualmente, saltará para 62 mil m², num terreno de 117 mil m².

Bar da Lagoa

O Bar da Lagoa segue em pleno funcionamento com cardápio imperdível, além da vista para a Lagoa do Ingleses, e, claro, chope geladinho. O empreendimento agora conta com a opção de menu pelo aplicativo do Minas, a fim de evitar filas e agilizar o atendimento aos associados. Para conferir o serviço, basta acessar o App (disponível nas versões iOS e Android), selecionar “Pedidos”, escolher a opção “Bar da Lagoa” e pedir sua refeição. Evite filas, use o App!



Bar da Lagoa conta com um cardápio especial assinado por chefs de cozinha



Confira um vídeo especial com algumas delícias oferecidas no Bar da Lagoa



Fevereiro Roxo e Laranja

Campanha chama a atenção para o tratamento e a prevenção de doenças autoimunes

Os meses do ano são marcados por campanhas de conscientização, que se diferenciam pelas cores que as representam. São os casos de Janeiro Branco, Setembro Amarelo, Outubro Rosa, Novembro Azul, Dezembro Vermelho, entre outros, cujo propósito é conscientizar a população sobre temas relacionados à saúde e trazer luz para as formas de prevenção de algumas doenças. Neste mês, o Minas Tênis Solidário se engaja no Fevereiro Roxo e Laranja, em que a cor roxa identifica o Lúpus, a Fibromialgia e o Mal de Alzheimer, e a cor laranja se refere à Leucemia.

Para falar sobre a campanha, a Revista do Minas entrevistou Alexandra Rangel, mestre em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG) e especialista em Envelhecimento e Saúde do Idoso e Neuropsicopedagogia, além de professora do programa de pós-graduação da PUC-Minas, na área de Educação Inclusiva e Atendimento Educacional Especializado. Ela conta um pouco sobre as formas de prevenção e a importância do diagnóstico precoce das doenças. Confira!

Como você vê a importância das campanhas de conscientização?

O objetivo é informar as pessoas sobre a importância do diagnóstico precoce nas diferentes doenças que têm algo em comum: nenhuma é curável, portanto, somente o tratamento ameniza as consequências delas. Ou seja, quanto antes ele for iniciado, maiores serão as chances de uma vida com mais qualidade e bem-estar.

Você acha que existe algum tabu em torno desse tema?

A população ainda tem muitos tabus em relação a algumas questões de saúde, mas geralmente é falta de informação. Alguns pensam que as doenças não existem, que são frescura ou mesmo "moda". Quanto menos informações, menos auxílio essas pessoas poderão oferecer a quem tem um diagnóstico assim. Muitas dúvidas cercam o Lúpus e a Fibromialgia, por isso, a importância do Fevereiro Roxo para esclarecer e alertar sobre essas doenças. Saber mais sobre elas oferece possibilidades de tratamento e qualidade de vida para os pacientes.



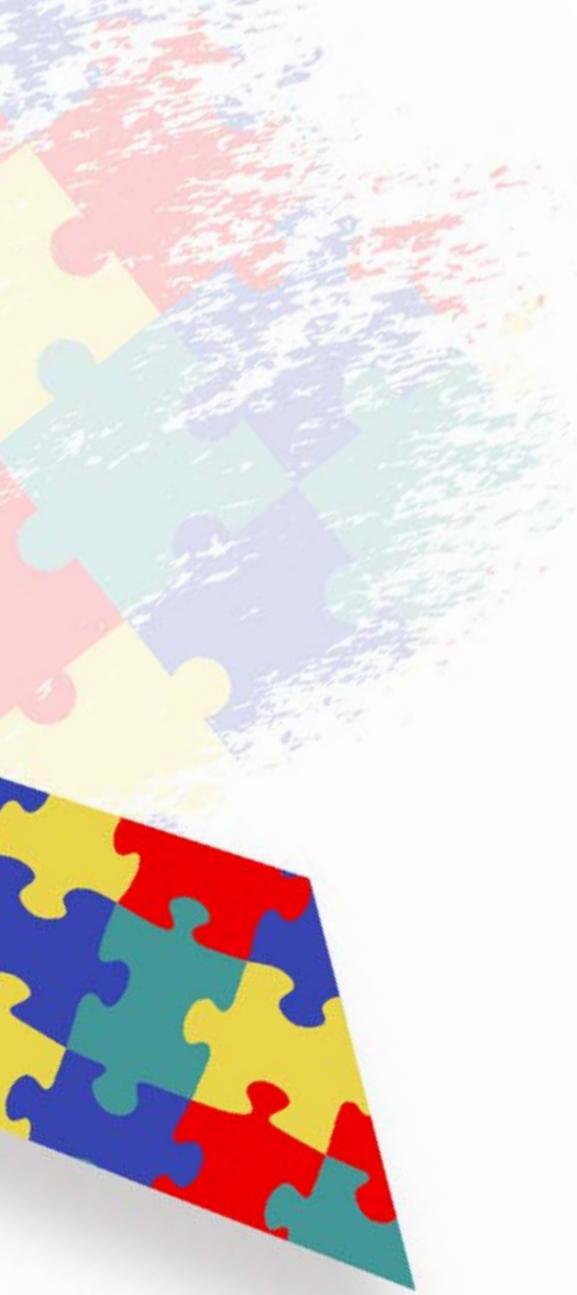
Alexandra Rangel é terapeuta ocupacional e atua com atendimentos clínicos, assessoria e consultoria



Autismo em pauta

Tema promove integração social dos minastenistas em ambientes do Clube

Na sociedade contemporânea, a maioria dos indivíduos conhece alguém do seu círculo familiar ou social, como filhos, primos, filhos de amigos ou vizinhos com o diagnóstico de Transtorno do Espectro Autista. O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é caracterizado por condições que levam a problemas no desenvolvimento da linguagem, na interação social, nos processos de comunicação e do comportamento social, sendo classificado como um transtorno do desenvolvimento. De acordo com o boletim do Ministério da Saúde, o transtorno do espectro autista (TEA) é um distúrbio do neurodesenvolvimento caracterizado por desenvolvimento atípico, manifestações comportamentais, déficits na comunicação e na interação social, padrões de comportamentos repetitivos e estereotipados, podendo apresentar um repertório restrito de interesses e atividades. Sendo assim, crianças e jovens com transtorno do espectro autista experimentam um caminho de desenvolvimento em áreas como cognição social, comunicação e padrões de interesses e comportamentos bem diferentes do comum.



Símbolos do autismo: representando a diversidade de expressões do espectro autista

Nos próximos meses, os minastenistas perceberão um novo símbolo nas placas de prioridade, o símbolo do TEA demarcará espaços inclusivos nas Unidades, como vagas nos estacionamentos, vestiários e espaços de atendimento ao sócio.

Essa ação do Minas, além da inclusão, visa evitar constrangimento aos associados pais de crianças com o espectro autista. No caso dos vestiários, a demarcação permite que crianças e adolescentes autistas, acompanhados pelos pais ou responsáveis, possam usar os banheiros sinalizados. Já para as vagas de estacionamento, permite um acesso mais rápido ao Clube. “Só uma mãe ou um pai que tem um filho com TEA sabe o que é a necessidade da prioridade em uma fila”, afirmou a especialista educacional do Minas, PhD. Vanessa Souza, profissional graduada em Psicologia e Educação Física, especialista em Psicopedagogia e doutora em Educação. É ela quem explica alguns dos principais símbolos visuais do autismo:

O clássico quebra-cabeça representa a complexidade dos transtornos que formam o espectro autista. O logotipo da peça de quebra-cabeça foi usado pela primeira vez em 1963 e foi popularizado pela entidade norte-americana *Autism Speaks*. Simbolizar o quão complexo é o entendimento do indivíduo autista, como um quebra-cabeça.

A união das quatro peças se multiplica e forma o símbolo que será usado nas Unidades do Minas Tênis Clube: a Fita da Consciência. “A fita do quebra-cabeça foi adotada em 1999 como o sinal universal da conscientização sobre o autismo. As peças em diferentes cores representam a diversidade de pessoas e famílias que convivem com o Transtorno do Espectro Autista. As cores fortes representam a esperança em relação aos tratamentos e ao acolhimento dos portadores pela sociedade em geral. É muito usada para identificar locais onde pessoas com TEA são bem-vindas”, explica Vanessa.

Desvendando o espectro

O termo “espectro” foi inserido ao nome do transtorno autista em 2013 por conta da diversidade de sintomas e níveis que as pessoas apresentam. Cada indivíduo com autismo tem seu próprio conjunto de manifestações, tornando-o único dentro do espectro.

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais DSM-5 (referência mundial de critérios para diagnósticos), indivíduos dentro do espectro podem apresentar déficit na comunicação social ou interação social (como nas linguagens verbal ou não verbal e na reciprocidade socioemocional) e padrões restritos e repetitivos de comportamento, como movimentos contínuos, interesses fixos e hipo ou hipersensibilidade a estímulos sensoriais. Os indivíduos com autismo partilham essas dificuldades, mas cada um deles é impactado em intensidades diferentes, resultando em situações bem particulares.

A identificação de atrasos no desenvolvimento, o diagnóstico oportuno do TEA e o encaminhamento para intervenções comportamentais e o apoio educacional na idade mais precoce possível podem levar a melhores resultados a longo prazo, considerando a neuroplasticidade cerebral, afirma Vanessa.



Filippo (2 anos): diagnóstico precoce e dedicação dos pais garantem o desenvolvimento do pequeno

Um dos maiores desafios diários é o de lidar com o preconceito, comenta Florence. “A grande maioria das pessoas e dos estabelecimentos não têm conhecimento ao certo do que é o autismo, tampouco sabem como tratar adequadamente algum portador de necessidade especial. O atípico sempre é objeto de olhares diferentes, de tratamento crítico e de exclusão. Sentimos isso na pele quando frequentamos ambientes públicos e vemos que as pessoas não conseguem compreender a dificuldade de comunicação e a rigidez comportamental de um autista. Apesar de haver muitos programas ‘ditos’ inclusivos para pessoas com deficiência, o autismo ainda está relegado a um plano inferior”.

Essa dificuldade no dia a dia motivou Florence e Gustavo a criarem, juntos, o canal no Instagram Montando um Time (@montandoumtime), onde eles mostram a rotina dessa família de sete pessoas, em que dois são autistas, a convivência entre eles no dia a dia, a interação entre os irmãos típicos e atípicos. Com mais de 25 mil seguidores, um canal que começou como compartilhamento de

rotina passou a também prestar um trabalho informativo e educativo sobre o autismo, atraindo cada vez mais pessoas que têm a mesma realidade. “Fazemos isso para compartilhar, sem nenhuma expectativa de monetização. É uma forma de dizermos para o mundo o que é ter filhos autistas, como é conviver com eles e o que precisamos fazer para que eles se sintam bem e seguros para serem quem são para além do TEA”, conta Florence, com o apoio de Gustavo.



Mario (3 anos) posa sorridente na Biblioteca do Minas: apoio da família fortalece o pequeno



Marco Antônio Viana Leite, presidente do Instituto Mário Penna

“A parceria com o Minas Tênis Solidário engrandece a nossa missão”



Marco Antônio Viana Leite, presidente do Instituto Mário Penna

No segundo mês do ano, muita gente ainda não colocou em prática as promessas para 2023. Mas se você incluiu “ajudar ao próximo” na lista, o Programa Minas Tênis Solidário, em parceria com o Instituto Mário Penna, traz uma oportunidade para exercitar a solidariedade. Reformulado em 2017, o Programa se institucionaliza a partir do voluntariado do Minas, existente desde a década de 1990. Hoje, o Minas Tênis Solidário é a principal ação de responsabilidade socioambiental do Clube: voluntários minastenistas dedicam parte do tempo à promoção de ações de apoio à sociedade civil e ao meio ambiente. As iniciativas de voluntariado se dão junto às instituições cadastradas, que recebem os trabalhos voluntários dos sócios do Minas, doações ou ações

pontuais de promoção de bem-estar, como o plantio de mudas e oficinas de capacitação profissional.

Uma das instituições beneficiadas é o Instituto Mário Penna, instituição filantrópica de saúde especializada em tratamentos contra o câncer, cujo nome homenageia o médico homônimo pioneiro do tratamento do câncer em Minas e cuja história se

inicia em 1963, tendo se oficializado em 1971, com a criação da Associação dos Amigos do Hospital Mário Penna. Quase seis décadas depois, o Instituto é referência em saúde e em algo maior: esperança. Nesta entrevista, o presidente do Instituto, Marco Antônio Viana Leite, fala sobre as ações do Mário Penna e a parceria com o Minas Tênis.

**Câncer remete a acolhimento.
Precisamos acolher quem
recebe o diagnóstico**

Os voluntários trazem carinho para a vida dos pacientes

Como o senhor define o Instituto Mário Penna?

Um instrumento para salvar vidas e fazer o bem. Nosso trabalho leva saúde aos pacientes, principalmente os do SUS. A instituição é um caminho para as pessoas que procuram atendimento humanizado e de excelência.

Qual a importância social do Instituto?

O Mário Penna é um patrimônio mineiro. Somos responsáveis pelo maior número de atendimentos de Minas Gerais, incluindo sessões de quimioterapia e radioterapia, e trabalhamos, majoritariamente, com recursos do Sistema Único de Saúde (SUS). O nosso compromisso com a sociedade é imenso e, por isso, a parceria do Instituto nos últimos três anos com o Minas Tênis Clube é tão significativa para nós. Acreditamos que permitirá a continuidade do atendimento diferenciado e humanizado que sempre fez parte da nossa história. Queremos honrar esse compromisso e ainda apostar no sonho de ampliar a nossa atuação.

Quando se fala em câncer, qual é a primeira palavra que vem à mente do senhor?

Acolhimento. Ninguém se prepara para receber a notícia do diagnóstico de câncer. Nossa missão é receber os

pacientes e acompanhantes de braços abertos para que as dificuldades se amenizem. Essa é a nossa prioridade no Instituto Mário Penna.

Como o Instituto atua no campo da educação?

Por meio da unidade “Ensino, Pesquisa e Inovação”, o Instituto atua na educação continuada de seus colaboradores e alunos, promovendo a capacitação contínua em temas gerais e especializados da área da saúde. Além disso, fomenta eventos abertos a toda a comunidade, troca de conhecimento entre diferentes profissionais da saúde e estimula o desenvolvimento científico, consolidando-se como protagonista no cenário mineiro de Oncologia.

Como o Instituto atua no campo da pesquisa e inovação?

No que tange à Pesquisa Clínica, a unidade atua em parceria com a indústria farmacêutica na validação de novas modalidades terapêuticas, levando esperança de tratamento para pacientes muitas vezes sem alternativas. Já o setor de Pesquisa Translacional conta com um parque tecnológico primoroso e atua no desenvolvimento de pesquisas inovadoras e estratégicas, gerando conhecimento e avanços que contribuem para o diagnóstico, o monitoramento e o tratamento do câncer.

Como o Hospital Luxemburgo se integra ao Mário Penna?

É a principal unidade do Instituto Mário Penna, em termos de tratamento. Devido à reforma no Hospital Mário Penna, ele assumiu todos os procedimentos, tanto de câncer, quanto em outras especialidades. Com laboratórios e equipamentos modernos, um corpo clínico experiente e assistência humanizada, ele atende tanto pacientes particulares quanto do SUS. O Luxemburgo agrega ao Instituto Mário Penna a classificação de Centro de Assistência de Alta Complexidade em Oncologia (Cacon), sendo uma das três instituições de Minas Gerais a possuir essa qualificação concedida pelo Ministério da Saúde.



Atendimento humanizado renova a esperança de cura no Mário Penna



Equipamentos modernos auxiliam sucesso dos tratamentos

Espero que a parceria com o Minas seja duradoura, impactando positivamente o estado

Qual a importância da Casa de apoio Beatriz Ferraz para o Instituto Mário Penna?

A Casa de Apoio Beatriz Ferraz é uma forma de acolhermos os pacientes carentes em tratamento no Hospital Luxemburgo. Muitos deles vêm do interior e não conseguem se manter na cidade durante o tempo necessário para o tratamento. Com essa unidade, oferecemos abrigo, alimentação, lazer, transporte e conforto a eles. Dessa forma, conseguimos amenizar a saudade de casa e os momentos de angústia durante o tratamento. A Casa de Apoio também oferece suporte psicológico e uma equipe assistencial 24 horas para acompanhar esses pacientes.

Como o voluntariado ajuda o Mário Penna?

A nossa história com o voluntariado começou em 1974 por meio de um grupo de mulheres liderado por Tereza Simões, cujo intuito era dar amparo social aos pacientes carentes. Desde então, as voluntárias atuam nas unidades do Instituto Mário Penna no acolhimento aos pacientes. No dia a dia, elas servem lanches, fazem visitas aos leitos e oferecem itens de higiene pessoal, cobertores, acolhimento e atenção. Além disso, elas possuem um bazar fixo no Hospital Luxemburgo, o que ajuda a captar recursos para manter o nosso atendimento. Contamos também com a Pastoral da Saúde que, além de ser um grande parceiro, presta suporte espiritual aos pacientes, in-

dependentemente de credo ou religião. Somos muito gratos a toda dedicação e carinho dos voluntários.

Como a parceria com o Minas Tênis Solidário beneficia o Mário Penna?

Engrandece a nossa missão! Com ela podemos expandir o alcance de pautas importantes, como a saúde dos mineiros. Eles nos dão espaço e apoio para levarmos a conscientização sobre a prevenção do câncer por meio das campanhas, além de promover ações de arrecadação para o Instituto Mário Penna. Esperamos que a parceria entre nós e o Minas Tênis Solidário continue por muito tempo, impactando positivamente os mineiros.

Qual mensagem o senhor deixa para as pessoas em busca da cura de um câncer neste novo ano?

Que seja um ano de esperança! Sabemos que o câncer tem cura e que hoje as tecnologias avançam cada vez mais em prol do bem-estar dos pacientes. Mesmo com todas as dificuldades do tratamento, temos que manter a fé em dias melhores. Procure estar com pessoas que te apoiarão e busque profissionais qualificados para te acompanhar durante o tratamento. Conte com o Instituto Mário Penna!



Conheça o Minas Tênis Solidário e seja voluntário!



Matricule-se na Cultura Inglesa e garanta em todas as parcelas:

» **20% de desconto*** na modalidade PRESENCIAL

» **30% de desconto*** na modalidade AO VIVO PELA INTERNET

PRESENCIAL

- ★ E-board (lousa eletrônica) em todas as salas de aula
- ★ Atividades interativas com professores e colegas
- ★ Uso de diversas ferramentas digitais, apps e Realidade Virtual
- ★ O maior Learning Centre em inglês de Minas Gerais
- ★ Acesso a mais recursos e materiais pelo Google Classroom
- ★ Professor dedicado para você e sua turma ao longo do curso

AO VIVO PELA INTERNET

- ★ Aulas de onde você estiver
- ★ Interação em tempo real com professores e colegas
- ★ Acesso às aulas por diversos dispositivos
- ★ Fácil acesso às gravações de aulas anteriores
- ★ Acesso a mais recursos e materiais pelo Google Classroom
- ★ Professor dedicado para você e sua turma ao longo do curso



☎ (31) 3264-2500
culturainglesamg.com.br
@culturainglesamg

*Promoção válida para cursos regulares da Cultura Inglesa Belo Horizonte, nas modalidades Ao Vivo Pela Internet e Presencial. Não cumulativo com outras promoções e convênios. Promoção válida por período limitado.



Realezas do Carnaval minastenista

Sócios do Minas compartilham histórias de paixão pelo Carnaval

Quando alguém conhece a história de algo desde o início costuma se dizer: “quando eu cheguei, isso tudo aqui era mata”. A aposentada, minatenista e sócia oficial da Rainha Elizabeth em BH, Marília Rabelo Guerra, aos 78 anos, pode dizer uma outra frase sobre o Carnaval da capital mineira: “quando eu cheguei, isso tudo aqui era confete e serpentina”. Muito antes da retomada dos blocos de rua de BH, em 2010, Marília vivenciou a época de ouro da festa na capital, nos anos 1950. “Carnaval em Belo Horizonte era repleto dos blocos caricatos e tinha desfile de automóveis, todos enfeitados, pela avenida Afonso Pena, com confete e serpentina”, conta Marília. As amigas se juntavam à Marília, e a farra era garantida: “Na época, a gente já tinha a nossa turma ali do bairro Serra, da avenida do Contorno. Então, nós, todas as meninas, toda a turma do colégio, desfilamos lá,. Eu me fantasiava de sarongue, de gatinho, sempre nas matinês dos clubes”.

Mas se engana quem pensa que Marília é daquelas que acham que “no meu tempo era melhor”! Ela é rápida em afirmar: “hoje é bem melhor”. Para a aposentada, a palavra-chave do novo Carnaval de BH é liberdade: “Hoje temos liberdade para criarmos nossos blocos, porque é muito bonito mesmo o trabalho que a gente faz para conseguir fazer uma apresentação muito boa”.

Com a palavra, a majestade

Há nove anos, Marília começou uma tradição. Decidiu se fantasiar de Rainha Elizabeth II, monarca inglesa falecida em 2022. Quando o príncipe Harry visitou as dependências do Minas Tênis Clube, em 2014, para conhecer clubes esportivos brasileiros, devido à Olimpíada de 2016, no Brasil, ao ver a educação do príncipe com todos, Marília resolveu que seria a avó afetiva de Harry e se tornaria sócia da Rainha. A ideia deu tão certo que a aposentada comemorou em 2016 duas vitórias: fundou o bloco “Atletas da alegria”, venceu o concurso de melhor fantasia do Grito de Carnaval do Programa Cabeça de Prata e recebeu uma carta do Palácio de Buckingham a autorizando a se fantasiar de Rainha, o que a tornou a sócia oficial de Elizabeth II em BH.

Entre as brasileiras, Marília admira outra “rainha”, a sambista Dona Ivone Lara, falecida em 2018. Para comemorar a alegria de se fantasiar de Rainha, a aposentada canta a clássica canção “Sonho meu”, de Ivone, “Sonho meu, sonho meu, vai buscar quem mora longe”. O trecho final ela troca por: “vai buscar quem mora em Londres”. “A minha criatividade eu posso usar para escrever um livro”, gargalha a rainha do Carnaval do Minas, Marília.

Marília se vestiu pela primeira vez de Rainha Elizabeth II na edição 2016 do Grito de Carnaval do Cabeça de Prata



O Carnaval como potência e arte

Há oito anos, o minastenista Pedro ocupa as ruas com música e folia

Em diversas culturas, quando as meninas completam 15 anos, uma grande festa celebra a passagem para uma nova fase. Na vida do minastenista e coordenador de atuação territorial Pedro Henrique Freitas, 26 anos, foi também aos 15 anos que um baile mudou sua vida para sempre, mas um baile de Carnaval, celebrado nas ruas de Belo Horizonte. “Tenho uma história com a festa. Em 2011, aos 15 anos, comecei a pular o Carnaval de BH de forma mais autônoma, junto com a família”. A nova rotina coincidia com a retomada dos blocos de rua de BH.

Pedro se encantou com a folia, mas foi conquistado aos poucos. “Sempre amei estar na festa de Carnaval, estar na rua, ocupar o espaço público e me colocar presente dentro de um lugar de cidadão. A partir de 2014, aos 18 anos, comecei a tocar em alguns blocos da cidade, e a partir disso, fui aprimorando a técnica e gostando cada vez mais da folia, me apaixonando, até chegar ao dia de hoje: eu sou um grande amante do Carnaval”, confessa.

Com atuação profissional em uma organização não governamental, o chamado terceiro setor, Freitas avalia que foi o Carnaval de rua, a vivência da ocupação do espaço público com arte, que o ajudou a se entender enquanto um ser ativo socialmente. “Sou quem eu sou pelo Carnaval. Eu o entendo como um grande professor, um grande amigo e atualmente eu tenho muito amor por ele, pelo Carnaval de Belo Horizonte. Minha relação é de muito carinho e muita gratidão, porque se não fosse o Carnaval eu com certeza não seria a mesma pessoa”, avalia.

A cidade, a rua é de todos

Se pensamos no Carnaval de BH há 20 anos, fica mais fácil entender Freitas. As ruas ficavam vazias e apenas as pessoas com mais condições financeiras viajavam para passar o recesso em outras cidades. Desde 2010, do mais pobre ao mais rico, as pessoas podem participar da maior festa popular do Brasil, da sexta de carnaval à quarta de cinzas.

Por isso, hoje, Pedro expressa gratidão. “Carnaval para mim é a oralidade, é a forma que a gente tem de passar a cultura pelas músicas, marchinhas. É cultura, encontro entre as pessoas. A gente entende a vida das pessoas a partir do Carnaval. É potência, movimento, amor”. Além disso, para Freitas, significa família: “porque foi a minha família que me colocou dentro do Carnaval. E eu tenho uma família que é amante da festa”.

Neste ano, Pedro vai viver a folia nas ruas de Olinda, no nordeste brasileiro. Porque Carnaval é, também, Brasil: “a gente para o país durante cinco dias para ser feliz”.

Pedro toca o instrumento de percussão agbê, ou sequerê, em blocos do Carnaval de BH





Carnaval com samba no pé

Criado em meio a tios bateristas de escolas de samba, a sócia Nathalia tem samba no DNA

Aos 42 anos, a minastenista e jornalista Nathalia Bini praticamente nasceu em meio a baterias de escola de samba. Com a mesma maestria com a qual ela dá notícias, ela também samba e mobiliza pessoas para curtirem a folia de Carnaval. Uma relação de amor que começou cedo. “Na verdade, a minha história com o Carnaval começa com a história da minha família com o Carnaval. Meu pai é de São João del Rei, e na década de 1970 até quase 1990, São João era um dos pólos da festa em Minas Gerais. Lá tinha inclusive desfile de escolas de samba, vários blocos caricatos, e meus tios todos tocavam na bateria da escola de samba do Jota Dangelo”, explica a jornalista.

Assim, se a família de Nathalia se reunia, uma coisa era certa: ia ter roda de samba. Até para dormir, Nathalia era embalada pelo pai ao som das músicas da Unidos da Tijuca, escola do Rio de Janeiro. “Tenho na memória vários sambas da época, dos anos 1980”. Como BH não tinha, durante a infância e a adolescência de Nathalia, a tradição dos blocos de rua, ela passava os carnavais fantasiada, em roupas feitas pela mãe, e curtindo com parentes em casas alugadas em Diamantina e Ponte Nova.

Do Rio a BH

Quando os blocos de rua de BH foram retomados, no começo dos anos 2010, Nathalia conheceu o marido, carioca, e passou a curtir a folia nos blocos do Rio de Janeiro, com direito a desfile na Sapucaí e, depois, camarote, grávida. “E quando começa essa retomada do Carnaval de BH e eu já mãe, eu começo a tocar no Charangueiras, que é um bloco de mães, e a gente já tocou em eventos no Minas várias vezes. A criança, que adormecia ouvindo samba-enredo, se tornou uma mamãe com samba no pé. “Eu sou mãe, mas mesmo assim eu gosto de Carnaval e quero continuar no Carnaval. Então, eu toco tamborim no Charangueiras e participo de outros blocos também”.

Neste ano, Nathalia, mais uma vez, vai percorrer blocos da zona Sul à zona Norte da capital mineira, com muita animação e planejamento: “Eu gosto desse Carnaval raiz mesmo, de blocos, e vou muito nos bailes que o Minas faz. Eu faço uma tabelinha para tentar seguir os blocos que eu gosto daqui de BH”. Sempre com fantasias diferentes e consciência histórica: “o Carnaval mostra a luta de um povo ancestral que foi escravizado e precisava ter momentos de respiro. Então, eu acho que hoje, quando a gente está no meio de um bloco, é diversão e alegria, mas tem uma história de luta muito linda por trás disso”, relembra a jornalista, instrumentista, sobrinha de bateristas e filha de professor de História das Artes e jurado de fantasias do Carnaval do Rio. Samba e carnaval, no DNA.

Samba desde o berço, musicalidade com os blocos de BH e presença certa na Folia do Minas: Nathalia tem profunda relação com o Carnaval



O charme do interior

As memórias afetivas do minastenista Eugênio reavivadas pelo Carnaval

“Socorro, socorro, se eu não for pra Paracatu eu morro”. A marchinha carnavalesca tradicional na cidade de Paracatu, região noroeste de Minas Gerais, simboliza tempos de grande felicidade para o jornalista, publicitário e minastenista Eugênio Botelho, 66 anos. A canção era inspirada na história real de um nativo cujo carro estragou na estrada, a caminho do Carnaval na cidade histórica. “Carnaval, para mim, é um resgate da minha infância na minha terra natal, Paracatu, onde desde pequeno curtimos bailes no Jôquei Clube, dos bailes juvenis aos bares noturnos. Tínhamos nessa época um bloco que se chamava Bloco das Pregas. Todos os foliões se vestiam com roupas femininas bem bregas e saíamos na avenida principal”, lembra Botelho.

União no interior e novas memórias nas ruas da capital

Para o jornalista, o Carnaval tem um forte poder de união no Brasil. “Lá em Paracatu, era uma festa que congregava todo mundo, vinham os primos de fora, vinham os amigos de outras cidades. E isso todo mundo curtia. Uma alegria!” Diferentemente das festas dos blocos de rua que hoje agitam BH, a folia em Paracatu era, geralmente, em bailes em clubes fechados. Mas Botelho também curte o Carnaval da capital. “Eu e minha mulher gostamos muito de curtir os blocos de rua em BH, como o Bloco da Esquina no bairro da Graça, em que lembram os clássicos musicais do Clube da Esquina. Mas um dos blocos do qual mais gostamos é o Beijo do Wando, com músicas engraçadas do repertório do cantor, músicas bregas, românticas”. No Beijo, Botelho viaja nas lembranças que as canções de Wando, Odair José, Fábio Júnior, Reginaldo Rossi, Sidney Magal e tantos outros clássicos afloram. “Esse bloco é levado na avenida por uma filha do Wando, que mora aqui em BH com a mãe”, destaca Botelho.

Tempo de alegria

No ano passado, quem participou da Folia no Minas certamente deve ter se deparado com a alegria de Eugênio, cantando, tocando e dançando pelo Clube. “O Carnaval desperta em todos nós a alegria. É uma tradição cultural, a possibilidade de se conectar com todos e extravasar”. São dias em que Botelho e milhões de brasileiros podem ser felizes 24 horas por dia, mesmo que por pouco tempo. “A gente lembra do grande Chico Buarque, ‘Amanhã tudo volta ao normal. Deixa a festa acabar. Deixe o barco correr, deixa o dia raiar, seja você quem for, seja o que Deus quiser’. Esse é o Carnaval”. Mas é só amanhã que tudo volta ao normal, Eugênio. Hoje é Carnaval e você pode e deve ser o mais feliz que puder!

Carnaval é memória afetiva, cheiro de juventude e alegria constante para o minastenista Eugênio





Folia no Minas

Programação especial agita os foliões minastenistas

Entre as coisas que os brasileiros mais sentiram falta nos últimos dois anos, devido às restrições impostas pela pandemia da Covid-19, uma das principais é a festa do Carnaval de rua. Mas se quem espera sempre alcança, o Carnaval 2023 está chegando para agitar os dias de festa dos associados.

Oficialmente, o Carnaval 2023 começa na sexta-feira, 17/2, e se encerra ao meio-dia da quarta-feira de cinzas, 22/2. No entanto, para os sócios do Minas, as atrações começam antes, com eventos de pré-carnaval, desde o dia 5 de fevereiro, domingo, quase 15 dias antes da folia oficial. Vai ter muita música animada, as melhores comidas tradicionais do período e bebidas geladas para ajudar a afastar o calor. Independentemente da faixa etária, tire a poeira das fantasias guardadas, ensaie uns passinhos e venha para o Minas!

Pré-carnaval

Aquecendo os tambores, três eventos de pré-Carnaval para os sócios. A festa minastenista começa no domingo, 5/2, com o Bloco do Minas, o bloco oficial do Clube, com direito a show do trio elétrico do Reinaldinho, consagrado no Carnaval baiano, nos tempos de vocalista do Terra Samba. A concentração está marcada para as 12h, na Portaria da Sede Social da Unidade II, na avenida Bandeirantes, com saída às 13h. O percurso integra a programação oficial do pré-Carnaval de BH.

Depois do trio de axé, a gastronomia marca os outros dois eventos do pré-carnaval minastenista. No sábado, 11/2, é a vez da tradicional Feijoada no Country, cujo tema este ano é Feijoada Carioca, em homenagem ao samba do Rio de Janeiro. Com abertura do Baile do Maguá e show principal de Arlindinho, destaque da nova geração sambista e filho do mestre Arlindo Cruz, garantindo sambas clássicos e contemporâneos. No domingo, 12/2, o Cozinha ao Vivo – Especial de Carnaval destaca a gastronomia do litoral brasileiro ao som do bloco “Enche meu copo”, com pop-rock e MPB em ritmo de samba.

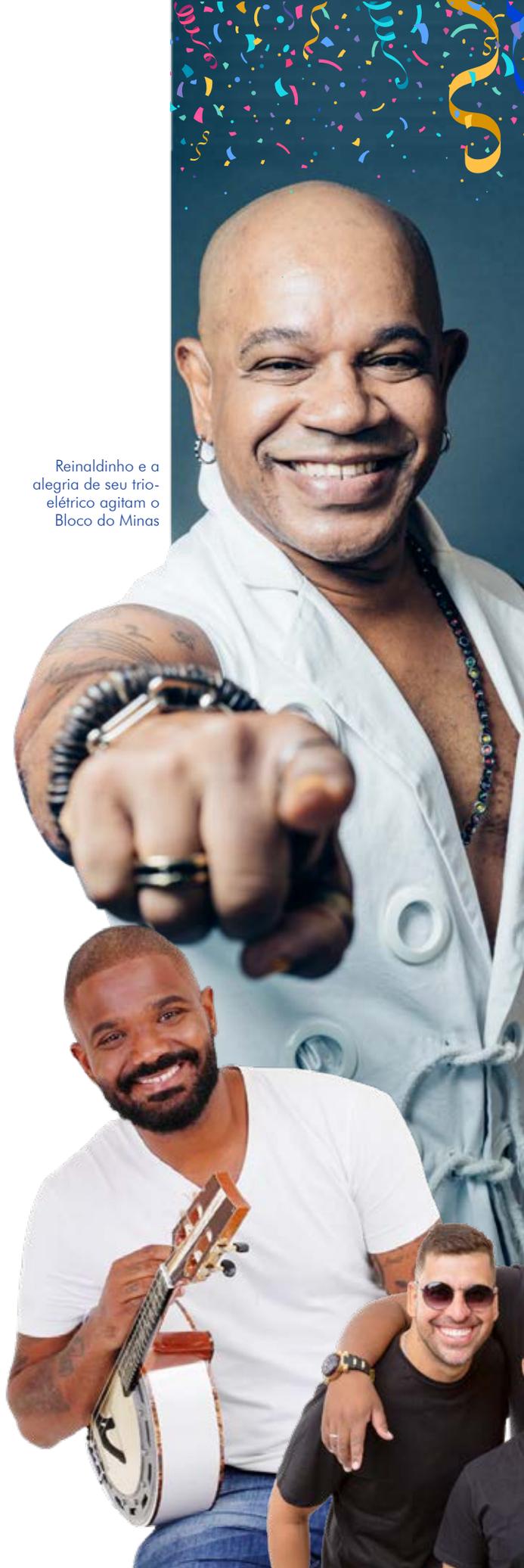
Carnaval

Após dois fins de semana de preparação, a folia oficial começa de fato no domingo, 19/2, no Clube. O início é com o Minas Folia, na área das piscinas do Minas I, entre 12h e 15h, com o samba do Trem dos Onze, no domingo, 19; a banda Mais Amor, com pagode e brasilidades, na segunda, 20; e encerrando com o axé retrô do Meu Rei, na terça, 21. O Minas Folia é gratuito e exclusivo para os sócios do Minas Tênis. Além disso, o tradicional Minas Tênis Music, realizado aos domingos, vai se estender até a terça de Carnaval, para animar as tardes de domingo, segunda e terça no Minas I.

Para as crianças, as Matinês de Carnaval agitam de domingo a terça de Carnaval os pequenos, sempre das 16h às 20h, no Salão de Festas do Minas II, com show da banda infantil BateRebate. O evento é gratuito para sócios e é possível adquirir entradas para convidados, a partir de 13 de fevereiro, nas Centrais de Atendimento, por R\$ 100. Não perca!

Arlindinho é a atração principal da Feijoada Carioca no Minas Country

Reinaldinho e a alegria de seu trio elétrico agitam o Bloco do Minas



Minas Folia: programação completa do Carnaval do Minas

Do Pré-Carnaval à terça de carnaval, programação extensa tem atrações para todas idades

Crianças, adultos e idosos minastenistas terão uma programação especial, que começa 15 dias antes da folia oficial e só termina na terça de Carnaval, feriado nacional. Gastronomia do litoral à feijoada, músicas do axé à MPB, piscina, sombra, água fresca e bebidas geladas garantem dias inesquecíveis no Carnaval mais esperado desde o início da pandemia da Covid-19. Programe-se e aproveite!

Pré-Carnaval

Bloco do Minas (5/2)

Bloco de Carnaval oficial do Clube*
Trio Elétrico - Show com Reinaldinho (ex-Terra Samba).
Concentração: 12h, na avenida Bandeirantes
Portaria da Sede Social do Minas II | Saída: 13h.
Percurso: Portaria Minas II até a praça da Bandeira, com retorno à sede do Clube.
*Evento integrante da programação oficial do pré-Carnaval de BH

Cozinha ao vivo

Especial de Carnaval (12/2)
Gastronomia: Litoral
Música ao vivo:
Bloco enche meu copo
Local: Minas I
Gramado - 11h às 15h
Gratuito e exclusivo para sócios do MTC.

Feijoada do Country (11/2)

Tema: Feijoada carioca: homenagem ao Rio de Janeiro, berço do samba
Local: Minas Country.
Shows: abertura do Baile do Maguá (previsto para 13h) e show do Arlindinho (previsto para 15h).
Open food de feijoada completa, com open bar de cerveja, caipirinha, refrigerante e água.
Camisa exclusiva do evento (uso obrigatório no evento).

As vendas das mesas foram iniciadas no dia 20 de janeiro e até o fim desta edição foram esgotadas.

Mais informações: (31) 3516-1000.

Carnaval

Minas Folia

Local: Minas I – área das piscinas
Domingo a terça (19, 20 e 21/2)
Horário: 12h às 15h

Shows

19/2 – Trem dos Onze (Samba)
20/2 – Mais Amor (Pagode e Brasilidades)
21/2 – Meu Rei (Axé retrô)
Evento gratuito e exclusivo para os sócios do MTC.

Matinês de Carnaval (Infantil)

Local: Salão de Festas do Minas II
Domingo a terça (19, 20 e 21/2).
Horário: 16h às 20h.
Shows da banda BateRebate (banda infantil).
Evento gratuito para os sócios do MTC.
Venda de ingressos limitados para convidados de sócios, a partir do dia 13 de fevereiro, nas Centrais de Atendimento.
Valor: R\$ 100.

Minas Tênis Music de Carnaval - A3

Local: Lanchonete CF 3 Minas I
Domingo a terça (19, 20 e 21/2)
Horário: 15h às 18h30
Evento gratuito e exclusivo para os sócios do MTC.
Dúvidas: Central de Atendimento (31) 3516-2000



BateRebate anima a criançada nas Matinês de Carnaval no Minas II

Banda + Amor sacode a segunda de Carnaval no Mais Folia

No balancê

Cabeça de Prata promove Grito de Carnaval para sócios acima de 60 anos



Concurso de fantasias é o momento mais aguardado do Grito de Carnaval

O Salão de Festas do Minas II está preparado para receber a edição 2023 do Grito de Carnaval do Programa Cabeça de Prata, no dia 15 de fevereiro, a partir das 17h. No palco, a Banda Via Láctea apresenta as tradicionais marchinhas, que animavam os bailes das décadas de 1920 a 1960. Há também decoração temática e serviço de bufê com salgados finos, cerveja, refrigerante e água. O evento ainda promete momentos inesquecíveis com o famoso concurso de fantasias, nas categorias individual e grupo. As inscrições para o concurso são realizadas na própria festa, e o regulamento pode ser consultado na Coordenação do Programa (9º andar do Centro de Facilidades, na Unidade I).

O Grito de Carnaval é exclusivo para sócios acima de 60 anos, e os ingressos (cadeiras numeradas) estão à venda nas Centrais de Atendimento dos Minas I e II, pelo valor de R\$ 90 por pessoa, a partir do dia 2 de fevereiro. As entradas são limitadas. Não perca! Confira, ao lado, a agenda de fevereiro.

Erramos

Diferentemente do que foi publicado na última edição da Revista do Minas, o título da crônica vice-campeã do XV Concurso Literário do Cabeça de Prata é "Caro Colega Joaquim", de Ricardo Loureiro Dolabela.



Dia 8 - Quarta

TARDE DANÇANTE

COMEMORAÇÃO DOS ANIVERSÁRIOS DE JANEIRO E FEVEREIRO

Minas I, no Salão de Festas da Sede Social, das 16h às 18h30 - Música ao vivo, serviço de bar e participação de instrutores de dança. Evento gratuito e exclusivo para sócios do MTC acima de 60 anos.

A partir do dia 13 - Segunda

INÍCIO DAS INSCRIÇÕES PARA O CURSO DE DANÇA DE SALÃO 2023

As aulas de dança de salão do Cabeça de Prata estão de volta! São aulas coletivas com professores de dança, em 4 turmas: Iniciante 1 e 2 e Intermediário 1 e 2. As aulas têm início marcado para março, às segundas-feiras, no Salão de Festas da Sede Social do Minas I.

Ritmos: Bolero, Samba e Forró. Consulte horários.

Exclusivo para associados acima de 60 anos.

Inscrições limitadas nas Centrais de Atendimento dos Minas I e II, presencialmente. Mais informações: (31) 3516-1000 / 2000.

Dia 15 - Quarta

GRITO DE CARNAVAL

Minas II - 17h. Leia mais no texto acima.

MARÇO

Dia 8 - Quarta

COMEMORAÇÃO AO DIA INTERNACIONAL DA MULHER

Anote na agenda! Mais informações na próxima edição da Revista do Minas.



Esporte Recreativo

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

Natação máster

Piscina Olímpica Minas II: segunda e terça-feira – 6h15 e 7h10; quarta, quinta e sexta-feira – 6h15, 7h e 7h45.

Corrida de Rua - Equipe Unimed-BH Minas

Fevereiro 2022

Dia	Evento	Local	Horário
1º/2 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
2/2 (quinta)	meet point	Minas I	7h às 9h
4/2 (sábado)	meet point	Minas I	7h às 9h
4/2 (sábado)	Park Run	Parque Municipal	7h às 10h
6/2 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
7/2 (terça)	meet point	Minas I	7h às 9h
8/2 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
9/2 (quinta)	meet point	Minas I	7h às 9h
11/2 (sábado)	meet point	Minas I	7h às 9h
12/2 (domingo)	Boníssima Run	Pampulha	7h às 10h
13/2 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
14/2 (terça)	meet point	Minas I	7h às 9h
15/2 (quarta)	meet point	Belvedere	18h às 20h
16/2 (quinta)	meet point	Minas I	7h às 9h
23/2 (quinta)	meet point	Minas I	7h às 9h
25/2 (sábado)	meet point	Belvedere	7h às 10h
27/2 (segunda)	meet point	Belvedere	18h às 20h
28/2 (terça)	meet point	Minas I	7h às 9h



Triathlon

Natação

Piscina Olímpica Minas I
Parque Aquático Arezzo&Co:
segunda, quarta e sexta-feira – 6h30 e 12h30

Corrida

Os treinos são em conjunto com a equipe Unimed-BH Minas (programação abaixo).



TRACK & FIELD



Faça como a sócia e venha correr com a equipe Unimed/Minas



Metas para 2023

Academia do Minas ajuda você a colocar sua saúde como prioridade

Você sabe o que são *Life Skills*? A especialista Educacional do Minas, PhD. Vanessa Guilherme Souza, explica o conceito que orienta o programa, desenvolvido desde 2020 pelo Minas em todos os seus Cursos Esportivos e Artísticos. “De acordo com a definição da Unicef, esse termo representa um grupo de competências psicossociais e habilidades interpessoais que ajudam as pessoas a administrarem suas vidas de maneira saudável e produtiva”, explica. Neste 2023, a Diretoria de Educação visa oportunizar o desenvolvimento da temática *Life Skills* para a Academia do Minas. Exemplos de *Life Skills* ou Habilidades para a Vida incluem: Perseverança, Dedicção, Controle de Stress, Liderança, Trabalho em Equipe, Comunicação, Solução de Problemas, Estabelecimento de Metas e outros. Assim, a Academia do Minas, neste mês, inicia o programa com a *Life Skill* “estabelecimento de metas”. É hora de colocar a mão na massa e planejar os objetivos do ano. Segundo a Teoria da Fixação de Objetivos e Metas, teoria da motivação humana criada em 1981 pelos professores Gary Latham e Edwin Locke, o estabelecimento de objetivos e metas é capaz de estimular e aumentar o grau de motivação de um indivíduo. Assim, as metas funcionam como potencializadoras na busca de um objetivo.

Para começar, a *life skill* trabalhada neste mês é: “defina suas metas”. É hora de colocar a mão na massa e planejar os objetivos do ano. Segundo a Teoria da Fixação de

Objetivos e Metas, teoria da motivação humana criada em 1981 pelos professores Gary Latham e Edwin Locke, o estabelecimento de objetivos e metas é capaz de estimular e aumentar o grau de motivação de um indivíduo. Assim, as metas funcionam como potencializadoras na busca de um objetivo.

E o que não pode faltar nas metas é o cuidado com a saúde e o bem-estar! A prática de atividade física, por exemplo, é indicada por todos os profissionais da saúde como uma forma de prevenir doenças, fortalecer o organismo e preparar as pessoas para as diversas situações da vida.

O valor da Constância

Bruno Naves, médico angiologista, tem 63 anos e é sócio do Minas desde a infância. É apaixonado por atividade física e não abre mão de frequentar a Academia do Minas todos os dias. Segundo Bruno, esse é um estilo de vida que ele leva e recomenda para os seus pacientes. O sócio considera que um dos segredos para seu sucesso na atividade física são as avaliações que ele faz anualmente. “Todo ano eu faço avaliação física e ela me proporciona dados que servem de comparação para que eu saiba onde preciso melhorar, o que preciso exercitar mais e, com isso, venho obtendo ótimos resultados ao longo dos anos. Pensando nos objetivos de 2023, no fim do ano também fiz a avaliação fisioterápica e foi maravilhoso”.



Bruno Naves mantém sua rotina de treinos apesar do dia a dia intenso como médico



Elísio Chelotti e a filha Giovanna Chelotti estão focados em cuidar da saúde

Sempre é tempo de recomeçar

Elísio Chelotti, sócio do Clube desde 2020, estava afastado das atividades físicas, mas já estipulou que em 2023 uma das suas metas é cuidar da saúde. Para isso, decidiu matricular-se na Academia do Minas. Juntos, ele e sua filha, Giovanna Chelotti, praticam musculação. “Apesar de estar parado há alguns anos, tenho consciência de que a atividade física é fundamental para a saúde. Em pouco tempo de retorno já percebo melhoras no condicionamento físico e na mobilidade dos movimentos”, pontua o minastenista.

Bruce Cota, gerente da Academia do Clube, separou quatro dicas para você que quer incluir a atividade física nos seus compromissos de 2023:

Estabeleça metas possíveis: não adianta querer sair do sedentarismo para uma prática diária de muitas horas. A tendência é que você não consiga cumprir a meta e acabe se desestimulando. Então, observe a sua realidade e estabeleça uma meta adequada a ela.

Faça avaliações periódicas com profissionais: a Academia do Minas oferece uma série de recursos para que os minastenistas tenham o melhor desempenho em suas atividades. As avaliações físicas e fisioterápicas são essenciais para que o aluno faça um treino adequado ao seu objetivo.

Escolha uma atividade prazerosa: optar por uma atividade que você goste facilita na entrada dela na sua rotina. A Academia do Minas tem diversas opções, como Yoga, Spinning, Pilates, Musculação e muitas outras!

Não desista: os benefícios da atividade física chegam com o tempo. Tenha paciência, constância e confie no processo.



ANTES DE PULAR CARNAVAL,

AUMENTE A SUA PROTEÇÃO

NA AXIAL!

VACINE-SE CONTRA O HPV PARA:

- Prevenir contra o vírus do HPV.
- Reforçar a sua imunidade.
- Curtir a folia com a saúde em dia.

AGENDE SUA VACINA

 (31) 3237-1212

 (31) 9443-0018

www.axialmg.com.br

Hora do reencontro

Cursos Esportivos e Artísticos retomam aulas neste mês



Tudo pronto para o ano letivo de 2023

Fevereiro é mês de receber de volta os alunos de todas as faixas etárias e modalidades dos Cursos Esportivos e Artísticos. A partir do dia 1º deste mês, as aulas começam em todas as unidades do Minas. O calendário oficial está disponível no site do Clube com as informações sobre dias letivos, períodos de férias, recessos e feriados.

Chamadas de fila de espera

O início do semestre é sempre um momento muito aguardado pelos sócios que querem se matricular na Academia ou nos Cursos Esportivos e Artísticos do Minas. As chamadas da lista de espera já começaram e, por isso, é importante que o sócio mantenha seu cadastro atualizado e fique atento às comunicações do Clube para não perder lugar na fila. Confira algumas informações importantes para quem aguarda a oportunidade de ser aluno do Minas:



As inscrições para fila de espera são realizadas pessoalmente nas Centrais de Atendimento ou Recepções das Academias, ou pelo site do Minas ou pelo App do Clube;

O associado pode consultar a sua posição na fila de espera pessoalmente nas Centrais de Atendimento ou Recepções das Academias, ou pelo site do Minas, ou pelo App do Clube;

A chamada na fila de espera ocorre via WhatsApp, SMS e e-mail. Por isso, o sócio deve manter seu cadastro sempre atualizado para não perder o prazo de realização da matrícula, quando chamado;

O sócio tem até 7 (sete) dias corridos para se matricular, após recebimento da comunicação de chamada de fila. Caso contrário, perderá seu lugar na fila de espera;

A matrícula no curso é realizada pela Área do Associado, pelo App do Clube ou pessoalmente nas Centrais de Atendimento ou Recepções das Academias.

Confira o calendário letivo e venha para o Minas!



Acesse a Área do Associado para matrícula





Cultura no Minas

Programação do Centro Cultural tem teatro, dança, cinema e lançamento de livro

Teatro

A tradicional Campanha de Popularização Teatro & Dança, na sua 48ª edição, está com uma programação especial no Teatro do Centro Cultural Unimed-BH Minas. Realizada pelo Sindicato dos Produtores de Artes Cênicas de Minas Gerais (Sinparc), a Campanha tem como objetivo apoiar a produção de espetáculos de artes cênicas no desenvolvimento de seu ofício, e, assim, popularizar o acesso às apresentações.

No dia 2 de fevereiro, tem exibição única da aclamada peça “Banho de Sol”, com direção de Mariana Maioline e Talita Braga. No dia seguinte (3/2), o Teatro recebe novamente o espetáculo “Peixes”, com Ana Regis. O monólogo da atriz, criado a partir de relatos reais de mulheres que sofreram algum tipo de violência, é vencedor do IV Prêmio Copasa-Sinparc nas categorias “Melhor Texto” e “Melhor Atriz”.

Já no dia 10/2, há o espetáculo de dança “Traçado – Onde tudo começa ou termina”, indicado com o melhor cenário pelo prêmio Copasa / Sinparc. E o musical “Nas ondas do rádio”, com edição e texto de Pádua Teixeira, remonta toda a beleza e o glamour da época de ouro da “Rádio Nacional”, no dia 11/2. A comédia “Como se livrar das dívidas em 12 hilárias prestações”, escrita por Daniel Funes e Sandra Mello, é exibida no dia 4/2. E para o público infantil, há a peça “A Vaquinha Lelé”, no dia 11/2, o musical “Os Saltimbancos”, no dia 5/2, e “Peter Pan”, no dia 12/2.



O espetáculo “Peixes” aborda o problema da violência doméstica e virou livro da editora Javali, em 2020



Confira toda a programação na página do Teatro no site do Minas



O consagrado musical infantil “Os Saltimbancos” está em cartaz no Teatro do Centro Cultural Unimed-BH Minas

PATROCÍNIO MASTER



CLUBE DA CULTURA MINAS TÊNIS CLUBE



APOIO



CLUBISTA

O MINAS TAMBÉM NAS REDES SOCIAIS!

  @minastenisclube

  @mtccultura

  @mtceducacao

  @mtcesporte

  @mtcbasquete

  @mtcfutsal

  @mtcuolei

  @mtcnatacao

  @mtcienciasdoesporte



TAMBÉM ESTAMOS
NO LINKEDIN, TWITTER,
TIKTOK E YOUTUBE!



@minastenisclube



minas
tênis clube

minastenisclube.com.br

Base em destaque

Jovens atletas formadas na base ganham espaço e se firmam no elenco do Gerdau Minas

De um lado, atletas experientes e com um currículo vitorioso, como é o caso das medalhistas olímpicas Thaísa e Carol Gattaz. Do outro, jovens formadas no Clube e que estão tendo a oportunidade de dar início às suas carreiras esportivas. Isso tudo é a mescla que forma o elenco do Gerdau Minas.

Com 14 atletas à disposição, o técnico Nicola Negro também está atento às pratas da casa. Na temporada 2022/23, a comissão técnica das Guerreiras de Aço efetivou a oposta Larissa Brandão e a líbero Larissa Fortes na equipe principal e ainda tem observado de perto a líbero Isa da Cruz, 17 anos, e a central Giovanna Guimarães, de apenas 14 anos.

“A comissão técnica minastenista está sempre observando as atletas e é sempre muito bom quando a gente pode contar com talentos formados no nosso próprio Clube. Elas já fizeram parte do elenco que foi campeão do Campeonato Mineiro no início desta temporada, ao lado das duas mais novas [Isa da Cruz e Giovanna Guimarães], que estão inscritas na Superliga 1XBET, mas ainda fazem parte das equipes de base em suas respectivas categorias. O bom desempenho dessas jovens em quadra passa por um trabalho bem feito de toda comissão técnica do Clube”, avalia o técnico Nicola Negro.

Natural de Fortaleza, no Ceará, a oposta Larissa Brandão vem de boa temporada nas categorias de base. A atleta foi campeã sul-americana com a seleção brasileira Sub-19 e ainda foi eleita a melhor jogadora de sua posição durante o torneio internacional. O bom desempenho fez com que ganhasse uma oportunidade no elenco do Gerdau Minas.

“Eu fiquei extremamente feliz ao saber que ia ter essa oportunidade no time principal. Liguei imediatamente para todos os meus familiares e eles me encorajaram e deram total suporte. Já tive oportunidade de entrar em alguns jogos e sentir a atmosfera de uma partida pelo profissional e, com certeza, estar lado a lado de atletas que sempre admirei é surreal. É uma oportunidade incrível”, disse.

O sentimento da líbero Larissa Fortes não é diferente. Para ela, a oportunidade de poder aprender diariamente com atletas de ponta é o que faz a diferença no seu processo de crescimento como



Larissa Fortes (esq.) e Larissa Brandão (dir.) comemoram oportunidade na equipe principal

atleta. “Cheguei ao Clube muito nova e sempre com o objetivo de chegar ao time principal. Eu posso dizer que é a realização de um sonho dividir a quadra com atletas de renome, e poder ser auxiliada por elas também é muito gratificante”.

Atual campeão da Superliga 1XBET Feminina, o Gerdau Minas segue focado na disputa do segundo turno da competição nacional. O time ainda está classificado para a Copa Brasil, na qual buscará seu quinto título. Até o fechamento desta edição ainda não havia sido definido o adversário das Guerreiras de Aço no torneio, mas é possível conferir nos canais digitais do Clube.

Apoio

As atletas do voleibol feminino do Minas são beneficiadas com recursos de projetos vinculados ao Comitê Brasileiro de Clubes. A fisioterapeuta Amanda Santana e o preparador físico Alexandre Marinho participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e Comitê Brasileiro de Clubes.



Aponte a câmera do seu celular para o QR Code e acompanhe as notícias do Vôlei Feminino no site do Minas.



O canal @mtcvolei no Instagram posta o dia a dia do Gerdau Minas. Aponte a câmera do seu celular para o QR Code e siga!



Reforço na área

Ala-pivô americano Eden Ewing reforça o 123 Minas até o fim da temporada

Mais um herói chegou para reforçar a Liga 123 Minas! O ala-pivô Eden Ewing, de 26 anos, está com a equipe minastenista até o fim da temporada 2022/23. O americano estava na AEK Larnaca, do Chipre, onde teve médias de 14,5 pontos e 8,7 rebotes.

Em sua carreira universitária, Ewing atuou por Tyler, Purdue e Texas Southern. Depois, se transferiu para a Europa, jogando por duas temporadas no Chipre, com passagem por Michelin Etha Engomis e, por último, AEK Larnaca. Ele desembarcou em Belo Horizonte para seu primeiro desafio no Brasil em janeiro.

“Estou superempolgado e honrado em jogar pelo Minas. Estou ansioso para ajudar a equipe a ganhar jogos e campeonatos. Acho que minha energia será uma grande chave para o time. Estou pronto para qualquer desafio que esteja por vir”, afirma.

Ewing fez sua estreia com a camisa minastenista pelo Novo Basquete Brasil (NBB) diante do Pinheiros, em 12 de janeiro, na Arena UniBH, ajudando a Tempestade a conquistar uma grande vitória por 74 a 67.

Natural de Houston, no Texas, o atleta de 2,03m vai vestir a camisa do Minas nas partidas válidas pelo NBB e pela Basketball Champions League Americas (BCLA).

Sequência fora

Neste mês de fevereiro, o 123 Minas tem uma sequência de jogos longe de seus domínios. A maratona começa na Argentina, onde a equipe mineira disputa a última janela da fase de grupos da BCLA. No dia 4, enfrenta o Biguá, e no dia 5, os donos da casa, Quimsa. As duas partidas serão às 21h, no Estadio Ciudad, em Santiago del Estero.

Ao retornar ao Brasil, a Tempestade vai ao sul do país encarar Caxias e União Corinthians, em 10 e 12 de fevereiro, respectivamente. A Arena UniBH recebe jogos de basquete apenas na segunda quinzena deste mês, quando o 123 Minas enfrenta o Cerrado e Brasília, em 15 e 17 de fevereiro. Venha torcer pela Tempestade!



Americano fez sua estreia com a camisa minastenista diante do Pinheiros

Apoio

Os atletas de basquete são beneficiados com recursos de projetos vinculados ao Comitê Brasileiro de Clubes (CBC). O técnico Leonardo Costa, o preparador físico Pablo Rebouças e a fisioterapeuta Ellen Exmalte participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.

123 milhas 

unibh 



Eden Ewing é mais um super-herói a se juntar à Liga 123 Minas nesta temporada

Sportsbet.io



Novo comando

Há dez anos no Clube, Daniel Lobato assume como novo técnico do time de futsal



Técnico Daniel Lobato destaca a formação de atletas como cultura do futsal do Minas

De estagiário a técnico do time adulto de futsal do Minas. Esta é a trajetória de Daniel Lobato no Minas, ao longo de dez anos. O treinador assume o comando da equipe na temporada 2023 em sua estreia como técnico de ponta. Daniel chegou ao Clube em 2013, como estagiário de preparação física. Após se formar em Educação Física, retornou ao Minas como professor do Curso de Futsal e técnico da pré-equipe. Em 2019, se tornou técnico da equipe Sub-20 e auxiliar da equipe de ponta. No currículo, destacam-se a conquista da Taça Brasil Sub-20 e os três títulos estaduais. No bate-papo a seguir, o novo treinador fala sobre os desafios de liderar a equipe principal.

Quais as principais expectativas para este novo desafio?

A principal expectativa é manter a cultura do Clube viva. O Minas já tem sua história, grandes treinadores já passaram nessa função que estou hoje, e foi criada lá atrás a cultura de uma equipe intensa, que sabe jogar, que nunca desiste do jogo. Espero manter isso da melhor forma possível, capacitando sempre os atletas para que possamos alcançar os objetivos que temos durante esta temporada.

Como técnico do Sub-20 e auxiliar do Adulto na última temporada, você já conhece boa parte do elenco. Isso contribui para o trabalho a ser desenvolvido?

Isso é muito bom, porque a adaptação é mais rápida. Os atletas já sabem como é a minha forma de agir e pensar o jogo, o que ajuda muito. Claro que tem os atletas novos que estão chegando e vão se adaptar em relação a isso, mas o fato da maioria já ter trabalhado comigo nos ajuda muito nesse processo. Sabemos que vai existir um período para adaptação, mas temos tranquilidade para fazer esse caminho da melhor forma possível.

O que o torcedor minastenista pode esperar do time em quadra?

A torcida pode esperar uma equipe muito aguerrida, que vai saber jogar e que gosta de ter a posse e a bola no pé. Um time que vai correr atrás do resultado sempre, se defender bem e transitar bem na quadra. Tenho certeza que é um time que vai dar muito orgulho para os torcedores.

O Minas tem como principal característica ser um clube formador de atletas. Por exemplo, na última premiação de melhores da LNF, dos sete premiados, quatro foram revelados no Clube. Qual a importância disso para o time, para a história do Minas e para a modalidade como um todo?

Quem está na função de treinador do Minas tem que saber que essa é a cultura do Clube, a formação de atletas está no DNA minastenista. Para nós, treinadores, é muito gratificante ver os atletas que passam pela base conseguirem chegar na ponta e ter destaque no cenário nacional. Nós respeitamos e acreditamos nessa cultura. Assim, vamos colocar os atletas mais novos para jogar, tendo essa filosofia como nosso guia.

O futsal é um esporte de muita intensidade e estratégias. Como você vê a evolução da modalidade no Brasil nos últimos anos?

O esporte hoje está cada vez mais evoluído, com muitas informações e grandes inovações. Como tudo hoje chega muito mais rápido, nós temos que estudar cada vez mais as equipes que vamos jogar contra, e os adversários vão nos estudar também. Isso faz com que a gente evolua, que busque e pense sempre em coisas novas a cada momento. No mundo como um todo, o esporte tem evoluído muito, e isso é bom não só para o Minas e para o futsal, mas para todos.

Braço direito

Também com longa trajetória no Minas, Diogo Barros é o treinador do Sub-20 e auxiliar da ponta na temporada 2023. O profissional está no Clube desde 2007, quando estagiou na academia de sócios. Na sequência, passou pelo Curso de Futsal, e, em 2013, foi promovido para treinador da base. Treinou todas as categorias, estava no Sub-17 nos últimos anos e neste ano está junto de Daniel Lobato na ponta.

“Fiquei muito feliz com a oportunidade de ser treinador do Sub-20 e auxiliar técnico da ponta. Teremos grandes desafios nacionais e internacionais com o Sub-20 e competições em alto nível. Vamos continuar o processo de formação de excelência, que já vinha sendo feito nos últimos anos ao lado do Daniel, e manter a boa conexão com o Sub-17, para cada vez mais termos uma sequência importante de atletas da nossa base chegando no adulto”, afirmou Diogo, que tem em seu currículo os títulos de bicampeão brasileiro, tricampeão estadual, hexacampeão metropolitano, campeão da Copa Minas Internacional e tetracampeão da Copa Minas Estadual.



Referência na base, Diogo Barros será o treinador do Sub-20 e auxiliar técnico da ponta



O ano começou

Ginastas do Clube retornam aos treinos e miram boa temporada em ano pré-olímpico

A temporada das Ginásticas Artística e de Trampolim do Minas Tênis Clube começou com tudo. Os atletas minastenistas retornaram aos treinos em janeiro e deram início à preparação para os desafios de 2023, que é também ano pré-olímpico.

À frente da equipe de Ginástica Artística Masculina, o técnico Ricardo Yokoyama comenta sobre a importância do bom retorno dos atletas aos treinamentos para recomeçar o trabalho e manter o bom desempenho durante a nova temporada. “É muito importante ter um bom início de temporada, principalmente se tratando de um ano em que as vagas olímpicas são decididas, o que torna ainda mais importante. Os atletas vêm de merecido descanso, e um retorno bem planejado e gradual é essencial para manter a saúde física e mental em bom estado para os desafios pré-Olimpíada”, destaca.

Representante do Minas na seleção brasileira e finalista no Individual Geral e no Salto na última edição dos Jogos Olímpicos, em Tóquio, o ginasta Caio Souza quer mais. Para ele, é preciso manter o foco para garantir os objetivos traçados na nova temporada e a participação nos Jogos de Paris-2024.

“No início, é sempre um pouco mais complicado voltar, pelo tempo que ficamos de descanso, mas nós voltamos com treinos pesados, focados em buscar bons resultados e, principalmente, garantir uma vaga na Olimpíada. Para isso, teremos um camping de treinamento com a seleção brasileira já no próximo mês para nos prepararmos para um bom ano”, avalia Souza.

Neste ano, a Ginástica Artística brasileira disputará a vaga olímpica direta por meio do Campeonato Mundial

Caio Souza quer fazer boa temporada para garantir vaga em Paris-2024





Alice Gomes é uma das principais atletas do Brasil na Ginástica de Trampolim



da modalidade, entre os dias 30 de setembro e 8 de outubro, em Antuérpia, na Bélgica. As nove melhores equipes de cada gênero, assim como os destaques individuais, carimbam o passaporte para Paris-2024.

No Trampolim não é diferente. Os minastenistas também retornaram aos treinos e se preparam para os desafios da nova temporada. A disputa pela vaga olímpica da modalidade está marcada para 9 a 11 de novembro, no Campeonato Mundial em Birmingham, na Inglaterra. Os oito melhores ginastas de cada gênero garantem a vaga direta para os Jogos Olímpicos.

“É um ano muito importante para todos nós, principalmente por ser um ano pré-olímpico. Estamos retornando gradualmente aos treinos e já nos preparando para as competições do calendário nacional e internacional. Sabemos da importância de uma boa preparação, sobretudo neste início de temporada, para poder manter o bom desempenho e ir atrás dos nossos objetivos durante todo o ano”, avalia a ginasta Alice Gomes.

Estágios de treinamento

Para manter o bom desempenho ao longo da temporada, os ginastas do Minas passam por uma série de avaliações com o Clube e com a seleção brasileira. Os famosos campings, também conhecidos como estágios de treinamento, são uma oportunidade para aprimorar a performance física e técnica dos atletas ao longo do ano.

E não são somente os atletas de ponta que vivem esse processo. Os jovens da base também são constantemente avaliados pelo Minas e, posteriormente, pela seleção. O primeiro camping do ano, promovido em janeiro em Aracaju (SE), marcou a avaliação da categoria Júnior da Ginástica de Trampolim e contou com a presença do ginasta Ícaro Bueno e do técnico Alexandro Rungue.

“Todo ano é importante ter uma boa preparação para dar início à temporada, independentemente da categoria do atleta, seja ele ainda um jovem da base ou um competidor adulto. Uma preparação global, no aspecto físico e mental dos atletas desde o início do ano, se torna imprescindível, afinal, é a partir disso que as chances de ter um bom desempenho durante a temporada aumentam”, conclui Alexandro Rungue.

Apoio

Atletas da Ginástica contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes (CBC) e são beneficiados com recursos de projetos aprovados na Lei Federal e na Lei Estadual (MG) de Incentivo ao Esporte: Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por meio da Integração das Ciências do Esporte, processo nº 71000.048620/2021-19 e Projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas do Tênis e da Ginástica – ano II, nº 2020.02.0137, Decreto nº 46.308/2013. Os técnicos Fernanda Finco, Guilherme Moschen, Rodrigo Thurler, Alexandro Rungue, Silton Furiati, o preparador físico Pedro Augusto e a fisioterapeuta Fernanda Viegas participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte – Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.



MINAS GERAIS



MINISTÉRIO DO ESPORTE



Jovens talentos

Atletas da base são promovidos para a equipe adulta Teknisa/Arezzo&Co/Minas

O Teknisa/Arezzo&Co/Minas conta com jovens talentos para reforçar a equipe na temporada 2023. Para manter a tradição na formação de atletas, os nadadores Ana Beatriz Passaglia e Izaque Querino foram promovidos das categorias de base ao time adulto e já estão em treinamento com os companheiros no Parque Aquático Arezzo&Co, no Minas I, sob o comando do treinador Sérgio Marques e toda a comissão técnica.

Aos 16 anos, Ana Beatriz estava na equipe Juvenil do Clube, o qual se destacou na última temporada com a conquista dos dois brasileiros da categoria. A jovem nadadora disputa as provas de peito, medley e borboleta e comemora a promoção. “Estou muito feliz com essa oportunidade. Acredito que vou evoluir muito treinando com a equipe da ponta. Estou muito ansiosa para competir no Troféu Brasil e no Troféu José Finkel, que era algo que eu queria, então vou me preparar muito para isso”, afirma.

Já o nadador Izaque Querino, que tem 17 anos e estava na categoria Junior, reforça o time minastenista nas provas de borboleta. “Estou muito feliz por fazer parte da equipe de ponta, é o sonho de todo atleta de base. Espero ter um bom ano junto do time, poder participar do Troféu Brasil e ter bons resultados. Espero que dê tudo certo”, comemora.

O time minastenista segue em preparação para importantes desafios na temporada. A equipe tem pela frente no calendário o Torneio Metropolitano, o Campeonato Estadual, além do Troféu Brasil e do Troféu José Finkel, que devem ser seletivas para competições internacionais com a seleção brasileira.

Ana Beatriz Campello Passaglia

Naturalidade: Belo Horizonte (MG) Idade: 16 anos

Principais provas: 100m e 200m peito
200m e 400m medley / 200m borboleta



Izaque Igor Querino Vieira

Naturalidade: João Pessoa (PB) Idade: 17 anos

Principais provas: 100m e 200m borboleta

Training Camp

Para reforçar as atividades de pré-temporada, o Teknisa/Arezzo&Co/Minas participou de um training camp no Praia Clube, em Uberlândia (MG), no último mês. Além dos treinos de musculação e na água, o time minastenista realizou diversos trabalhos durante o período, como circuitos, jogos, exercícios preventivos e atividades de interação com os atletas da base e técnicos do clube do Triângulo Mineiro.



Promovidos da base, Izaque Querino e Ana Beatriz Passaglia já estão em treinamento com a equipe adulta

Apoio

Os atletas da natação do Minas contam com o apoio do Comitê Brasileiro de Clubes e são beneficiados com recursos aprovados na Lei Estadual (MG) de Incentivo ao Esporte: Formação e Desenvolvimento de Atletas da Natação - Ano III, nº 2020.02.0142, Decreto 46.308/2013. Os preparadores físicos Wander Pires e Gabriel Souza e a fisioterapeuta Tatiana Moreira participam do Projeto Formação de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, Termo de Execução nº 25/2020, parceria Minas e CBC.

**AREZZO
&CO**

TEKNISA



GOVERNO
ESTADUAL
MINAS
GERAIS



vivo*

De volta aos treinos

Fevereiro marca a avaliação pré-temporada das equipes de base

Entre os times do Minas que começaram 2023 em ritmo de muito treino e sede de vitória estão as categorias de base de tênis e vôlei masculino. Além da vontade de vencer, os atletas em formação precisam de treinadores profissionais capacitados, equipamentos modernos e competitivos, recursos para custear as viagens até as competições, entre outros subsídios essenciais. É aí que entra a importância dos patrocínios, via projetos aprovados pelas Leis Estaduais e Federais de Incentivo ao Esporte.

No caso das categorias de base do vôlei masculino do Minas, o projeto Formação e Desenvolvimento do Voleibol Masculino Sub-15 a Sub-21, nº 2019.01.0077, apoia atletas como o Samuel Neufeld, dos times Sub-21 e Superliga B. Aos 18 anos, Neufeld comemora: “Me motivam os vários exemplos que passaram aqui pela base e hoje estão estourados, jogando nas melhores ligas mundiais. Em 2023, já estou trabalhando forte, em busca de vitórias”. Técnico da base de vôlei masculino e participante do projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por meio do Investimento em Profissionais do Esporte - Ciclo 2021/2024, nº 25/2020, do Comitê Brasileiro de Clubes, Rodrigo Regattieri também comemora os apoios. “A gente não teria toda a condição de desenvolvimento dos atletas. Nossos times profissionais têm hoje cerca de 75% de atletas vindos da base. Temos o compromisso com o melhor para honrar o investimento”, defende.

Avaliação pré-temporada

De acordo com Regattieri, fevereiro marca um momento esperado por todos: a avaliação pré-temporada. “Em todas as modalidades, há um dia em que os atletas vêm até o Clube para fazer as primeiras avaliações de início de temporada: físicas, da fisioterapia, da nutrição e da medicina. Elas servem de parâmetro para as demais avaliações realizadas durante o ano”, conta.

Na avaliação da base do tênis, o técnico principal, Henrique Quintino, estará presente. Para ele, “além de formar atletas para as equipes de



Atleta da base do Minas pratica vôlei com crianças: sonho de infância

ponta, a base forma cidadãos para a vida”. As equipes de tênis são apoiadas pelo projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas do Tênis e da Ginástica – Ano II, nº 2020.02.0137, que promete uma temporada vitoriosa em 2023: “Há grande expectativa, em função do 2º lugar geral no Campeonato Brasileiro Interclubes, em 2022”, diz Quintino.

Incentivos aos times de base

Acreditando na realização do sonho esportivo, o Minas mantém times de base em suas nove modalidades – basquete, futsal, ginástica artística, ginástica de trampolim, judô, natação, tênis, vôlei feminino e vôlei masculino – todos apoiados pelo projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas por meio da Integração das Ciências do Esporte, nº 71000.048620/2021-19. Além disso, os demais times recebem apoios específicos: basquete e futsal (projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas do Basquete e do Futsal – Ano II, nº 2020.02.0068); natação (projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas da Natação, Ano III, nº 2020.02.0142); vôlei feminino (projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas do Voleibol Feminino Sub-14 a Sub-21, nº 2019.01.0156); e ginástica (projeto Formação e Desenvolvimento de Atletas do Tênis e da Ginástica – ano II, nº 2020.02.0137).



Adeus, Ricardo

O Minas Tênis Clube lamenta profundamente a morte do conselheiro Ricardo Alves Zech Coelho, aos 50 anos. Membro do Conselho Deliberativo do Minas desde 1998, o minastenista foi reeleito em novembro de 2022 para mais um mandato de três anos. Associado desde que nasceu e participante ativo das atividades do Clube, Ricardo era filho de Sergio Bruno Zech Coelho, presidente do Conselho Deliberativo do Minas Tênis Clube de 2013 a 2020 e presidente do Minas em quatro mandatos, nos triênios 1996/1998, 1999/2001, 2008/2010 e 2010/2013, e irmão do atual diretor de Tênis Gustavo Zech Coelho. A família minastenista deseja sinceras condolências para toda a família e conforto aos amigos. Na foto, Maria Flávia Alves Zech Coelho, Ricardo Alves Zech Coelho, Sergio Bruno Zech Coelho, Maria Vitória Alves Zech Coelho e Gustavo Alves Zech Coelho.



Alerta hackers

Em todo o mundo, os crimes pela internet envolvem diversos segmentos e nem mesmo instituições financeiras passam impunes. A criatividade dos hackers é crescente e muitos conseguem burlar regras da segurança da informação. Por isso, é sempre importante todos conferirem os dados antes de pagar as faturas, já que uma das fraudes mais comuns é a adulteração do número do boleto ao ser exibido na tela. Eles entram com um vírus no computador ou no dispositivo que está sendo utilizado e, quando o boleto é gerado na tela, há uma alteração na numeração do código de barras, com a substituição do número correto do banco (no caso do Minas, o número 104, referente à Caixa Econômica Federal) e da conta para outro banco e outra conta. Para não correr o risco de cair em fraudes e se proteger, antes de pagar os boletos, se certifique que:

o antivírus e o sistema operacional do seu dispositivo estejam atualizados. Isso garante uma barreira de proteção para o equipamento;

o código do banco, no boleto, confere com o logotipo da instituição financeira;

boletos criados por computadores infectados apresentam códigos de barras com espaçamentos incomuns, que não podem ser lidos automaticamente. Portanto, verifique se os espaços entre os números estão corretos; antes de confirmar o pagamento, verifique as informações do beneficiário (nome e CNPJ).

E para sua segurança, sempre confira os campos abaixo antes de efetuar o pagamento da sua fatura de condomínio do Minas.

CAIXA | 104-0 | 10498.99147 99000.100042 00692.745375 7 92310000034200

Número da Caixa Econômica Federal

Número da Agência do Minas Tênis Clube

Número da Conta do Minas Tênis Clube



Com o pé direito!

A retomada definitiva do calendário de eventos sociais do Minas Tênis Clube foi simbolizada pelo Réveillon Fantástico, tradicional festa que ocorre há mais de duas décadas. E, desta vez, teve como sabor o recomeço! Os mais de 6 mil minastenistas presentes na festa realizada na Unidade II comemoraram a chegada de 2023 em grande estilo, com uma encantadora queima de fogos que deixou a hora da virada ainda mais especial. Confira as fotos!



Elza Moreira, Andirana Veiga, Maura Julia e Lucia Helena Resende



Nicole Pires, Vanessa Pires, Leônidas Pires e Leonardo Pires



Rosária Moretzsohn Oliveira e Gilberto Oliveira



Kateryna Gudziak, Ana Paula Araújo e Aline Araújo



Soheil Mazza e Mojde Mazza



Marcelo Lima e Fernanda Grandinetti e família



Robson Maciel, Ana Clara Maciel, Ana Cristina Grandinetti, Lécia Barros e Marcos Barros



Clara Pimenta, Vanessa Pimenta e Ramon Pimenta



Pedro Aragão, Bruno Aragão, Lara Aragão, Nina Aragão e Bruno Aragão



Vice-presidente do Minas, Wagner Furtado & Regina Moreira, Thereza Cristina de Castro Martins & Carlos Henrique Martins Teixeira, presidente do Minas



Aucir Sacramento, Silene Sacramento, Laura Sacramento e Olivia Sacramento



Flávio Maia, Simone Lemos, Larissa Maia e Leonardo Maia



Joaquim Capuzzo, Amauri Capuzzo, Vanessa Capuzzo e Isabela Capuzzo



Idamo Iacomini e Alexandra Iacomini



Samuel Borja, André Kfourri, Lucas Freire e Vinícius Freire



Cecília Pedrosa e Guilherme Pedrosa



Diversão nas férias

Minastenistas de 4 a 13 anos participaram da Colônia de Férias, em janeiro, que contou com atividades esportivas, recreativas e aquáticas, tirolesa, arvorismo, escalada, oficina de arte, cinema, pedalinho na Lagoa dos Ingleses, gincanas, acampamento com boate e muito mais! Durante três semanas, cerca de 870 crianças se divertiram e brincaram muito nas dependências dos Minas I, Country e Náutico. O evento foi um verdadeiro sucesso e os pequenos sócios construíram muitas memórias felizes no nosso Clube do coração.

O cabo de guerra foi uma das atividades mais animadas da semana



A gincana no Minas Country fez a alegria da criançada



As crianças arrasaram na pista de dança



Francisco Couto, Leticia de Paula Wardi, Lara Coelho e Camila Mundim brincaram muito



Lara Coelho Soares, Laura Borchio Villani e Ana Laura Costa Pires amaram passar a noite no acampamento



Turminha Laranja, dos 7 anos, arrasou fazendo arte



A Colônia do Minas é alegria e diversão garantida



Otto Cury Guerra e João Hargreaves Falci aproveitaram todos os brinquedos do Náutico



A corajosa
Marcela
Guimarães na
tirolesa



Muitas
brincadeiras
e diversão
nas férias dos
pequenos
minastenistas



O Time Verde fez
bonito no paintball



Nos dias de
sol, o toboáguas
foi um dos
brinquedos
preferidos do
Gabriel Mendes
Vasconcelos



Fernando Spínola
se jogou no
toboáguas!



As amiguinhas
Luiza de Castro
e Carolina
Rocha eram só
sorrisos



João Francisco Souza Hofman, Felipe Lopes
Salvador e Daniel Carneiro de Oliveira amaram
a volta no pedalinho na Lagoa dos Ingleses



Explosão de fofura com Helena, Ana
Laura e Isabella no pedalinho



Arte e cultura estão em casa

Há 76 anos, Clube dava início ao investimento em Cultura, um de seus quatro pilares

O ano era 1947. O Minas Tênis Clube completava 10 anos de inauguração, com departamentos esportivos em pleno funcionamento. E então, percebeu-se a necessidade de avançar e atuar na área cultural. A música foi o início de tudo. Assim, foi criado o Departamento Musical, responsável por audições de piano e apresentações de orquestras.

Além da música, o Minas aos poucos se abriu a outras artes, resultando no Departamento Cultural e Artístico, criado em 1962, sob direção de José Palhano Júnior. Entre as atividades realizadas estavam, além das musicais, exposições de pintura, escultura, desenho, tapeçaria, apresentações de teatro e balé, mesas-redondas, conferências e lançamentos de livros.

Em 1964, cinco anos depois do Coral Infantil (em atividade em dois períodos, de 1959 a 1975 e de 2003 a 2009), foi criado o coral adulto – chamado Coral Minas Tênis Clube que acumula décadas de atividades, incluindo apresentações internacionais e premiações.

Arte e cultura em variadas formas

Nos anos 1980, o Departamento se expandiu e assumiu a coordenação de cursos de teatro, cinema, literatura, dança e canto. À época, as exposições de artes plásticas ocuparam a Galeria de Arte do Minas II, os lançamentos de livros e apresentações musicais se davam no auditório do Colégio Isabela Hendrix e no Salão de Festas da segunda Unidade. Em 1997, foi criada a Sala Brenno Renato, para reunir e divulgar acervos históricos do Minas.

Entre os anos 2000 e 2010, os eventos culturais concentraram-se nos projetos Toque de Clássicos e Nações Unidas, com palestras, gastronomia e músicas estrangeiras. Em 2010, a programação cultural do Minas I passou a receber um reforço de peso, com as apresentações da Orquestra Filarmônica de Minas Gerais, mantendo a conexão musical do Minas.



Centro de Memória Minas Tênis Clube

Nos anos 1970, o primeiro diretor do Departamento Cultural do Minas, José Palhano Júnior (ao fundo), à mesa, se reúne com funcionários

Centro Cultural Unimed-BH Minas

A consolidação do pilar Cultura no Minas se deu em 2013, há dez anos. Idealizado no Plano Diretor do Minas I de 1998, o Centro Cultural do Clube foi a principal contrapartida exigida pelo Poder Público de BH à perda arquitetônica promovida pela demolição do antigo Ginásio. O espaço se viabilizou por meio da reestruturação da área cultural, em 2010, tendo 2012 como marco de inauguração e abertura ao público em 2013. Formado por Teatro, Galeria de Arte, Centro de Memória, Biblioteca, duas salas de Cinema, Cafeteria e salas multimeios, o Centro Cultural integra o Circuito Liberdade desde 2019, sendo, portanto, aberto à população, possui o certificado de Registro de Museus, do Instituto Brasileiro de Museus, desde 2018, e conta com patrocínio máster da Unimed-BH desde 2020.

Nas próximas edições da nossa revista, você vai conhecer mais sobre o Centro Cultural Unimed-BH Minas. Acompanhe!



Fachada do Centro Cultural Unimed-BH Minas



Conheça o Centro de Memória do Centro Cultural Unimed-BH Minas! Aponte a câmera do seu celular para o QR Code e saiba como funciona.

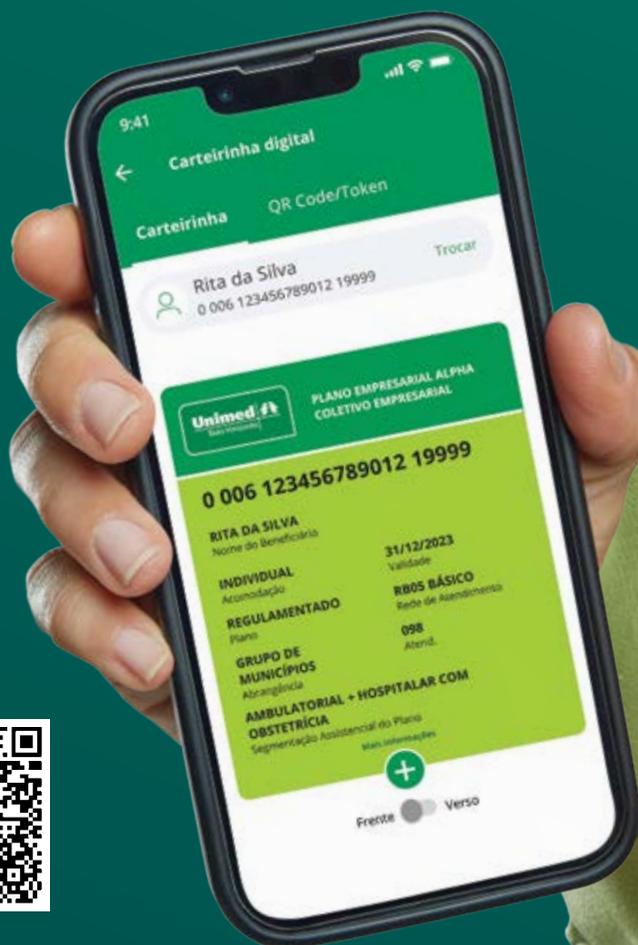


Aponte a câmera do seu celular para o QR Code e navegue pelo acervo digital do Centro de Memória. Há muita história e casos para recordar!

O meio ambiente nos une.

A carteirinha Unimed agora é digital.

A Unimed-BH está ainda mais verde, sabia? Agora, a sua carteirinha é digital e tá no seu celular. Menos plástico no meio ambiente e mais cuidado com o planeta! Baixe o aplicativo da Unimed-BH e tenha a sua carteirinha digital sempre com você.



Baixe já o app.



Unimed
Belo Horizonte

Que tal uma experiência de
viagem inesquecível nos
**MELHORES destinos turísticos
nacionais e internacionais?**



**Acesse agora o site ou o app do MTC
e aproveite esta novidade da 123milhas!**

DESCONTOS EXCLUSIVOS para associados
em passagens aéreas e reservas de hotéis.

Viaje mais e melhor!

123
milhas

#ViajarÉPraTodos