ANO 4 - NÚMERO 39 - DEZEMBRO DE 2018

CEP DIGITAL

REVISTA DIGITAL DO **CLUBE ESPORTIVO DA PENHA**

CHEGADA DO PAPAI NOEL

DESTAQUES › ROUPA NOVA › IV ENCONTRO DE CORAIS › CIRCUITO DE DAMAS

Aproveite as
condições especiais e
adquira ainda hoje o
Seu Título!

Um Clube de Campo no Coração da Penha!

Conheça o Clube!
Poste um comentário solicitando
uma **Visita Guiada.**

CEP

CEPENHA.COM.BR ☎ 2082.7244

BORGES CARNES
CORTES ESPECIAIS
BOX 03
QUALIDADE
BOM PREÇO
GARANTIDA
Carnes
Exóticas

BORGES CARNES

Cortes Especiais

Uma Boutique de Carnes
para valorizar seu paladar

MERCADO MUNICIPAL DA PENHA - BOX 03

Av. Gabriela Mistral, 160 - Tel:. 2082-0522 / 2647-5948- (Ao lado do Terminal de ônibus)

4 Palavra do Presidente
5 Matéria de Capa - Chegada do Papai Noel
9 Roteiro Cultural - Árvore de Natal do Ibirapuera
10 Roupa Nova
12 IV Encontro de Corais
13 Circuito de Damas - Premiação e Confraternização
14 Relatório de Obras
15 Conselho Deliberativo
16 Leia e Reflita
17 Crônicas
18 Retratos do Cotidiano
19 Radar - Fotos de Associados
20 Agenda - Próximos Eventos
21 Túnel do Tempo - Natal no Brasil

Expediente

CEP DIGITAL
Revista Digital do
Clube Esportivo da Penha
Ano 4 - Número 39 - Dezembro de 2018

Gestão
Afonso Celso Lenzi

Editor-Chefe
Adair Cortez

Editor-Assistente
Sebastião Pinto Braga

Periodicidade
Mensal

Mailing de Distribuição
10.000

Marketing
Luiz Fernando Mordenti
Alexandre Ribeiro Mourão

Publicidade
Larissa- 11 2082.7244
marketing@cepenha.com.br

Fotografia e Artes
Sebastião Pinto Braga
Larissa Dias

Redação e Contatos

Rua Capitão João Cesário, 354
Penha - SP (Portaria de Pedestres)
Rua Armando Cardoso Alves, 106
Penha - SP (Portaria de Veículos)
www.cepenha.com.br
cep@cepenha.com.br
facebook.com/cepenha
11 2082.7244

Ano Novo, Novas Esperanças

Afonso Celso Lenzi
Presidente

O brasileiro atravessou nos últimos anos um período de muitas dificuldades e desesperanças. Instalou-se na maioria das pessoas a sensação de que a situação do país não mudaria para melhor no curto prazo e somente com uma profunda mudança na política e nos dirigentes poderíamos sair da crise.

A mudança aconteceu, trazendo com ela a esperança de que um novo tempo está prestes a começar, criando novas expectativas e a crença de que a fase ruim já passou.

Para que isso aconteça de verdade, a mudança deve ocorrer dentro de cada um de nós, devemos pautar nossa conduta por atitudes positivas, acreditar que muito em breve seremos uma nação mais justa, próspera, igualitária e fraterna.

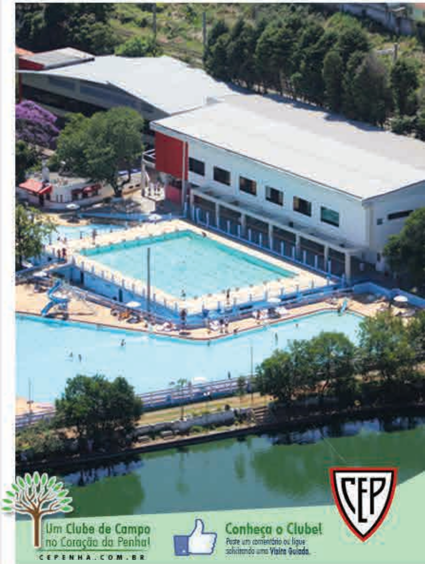
Desejo a todos os nossos associados um Feliz Natal e um Ano de 2019 com muitas realizações, paz e prosperidade.

Contato:
afonsolenzi@cepenha.com.br

Matéria de Capa

CHEGADA DO PAPAI NOEL

O Evento aconteceu em nosso Clube no dia 16 de Dezembro (Domingo).


Um Clube de Campo
no Coração da Penha!
CEPENHA.COM.BR
Conheça o Clube!
Poste um comentário ou ligue solicitando uma Visita Guiada.
CEP

CHEGADA DO PAPAI NOEL

16 DE DEZEMBRO

Muita alegria, animação e encantamento de todos os associados. O dia foi animadíssimo e a criançada aproveitou cada minuto da festa. Brindes, fotos com Papai Noel, números de dança, sorvetes, pipocas, brinquedos infláveis e um mundo de outras atrações.

CHEGADA DO PAPAI NOEL

16 de Dezembro

Nossos patrocinadores montaram estandes com brindes e a festa ficou mais animada ainda. Parabéns aos organizadores, pais e avós que proporcionaram aos pequenos essa inesquecível experiência!

Obaaa!!!
Hoje tem
Feirinha Puket

AGRADECEMOS A COLABORAÇÃO DE NOSSOS PATROCINADORES

WIZARD
by Pearson

CVC
SHOPPING PENHA

Hikari

Auto Shopping
CRISTAL

Colégio
Fereguetti

Chiquinho
sorvetes

Odontoclinic
Penha

RR
SECURITY

Puket

HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO:
5 horas da manhã à meia-noite.

COMO CHEGAR:
Av. Pedro Álvares Cabral
Parque do Ibirapuera, São Paulo - SP

ÁRVORE DE NATAL DO IBIRAPUERA

A árvore permanecerá de **1º de dezembro de 2018 a 1º de janeiro de 2019** no gramado do lago do Parque Ibirapuera, em frente à estátua do Pedro Alvares Cabral. O projeto tem como destaque as 12 bolas de LED, de quase um metro de diâmetro, que veicularão cenas de natal com a família de ursos.Maior que nos últimos anos – 43 metros de altura por 15,5 metros de diâmetro e uma estrela grande no topo, a árvore contará com mais de 250 enfeites entre lâmpadas, cristais em formato de floco de neve e bolas com símbolos natalinos.

Além disso, cinco ursos em tamanho real e duas árvores com 2,40 metros decorada com micro luzes estarão em sua base completando a decoração.

ROUPA NOVA

14 DE DEZEMBRO

Um show memorável para um público maravilhoso! Ginásio lotado, som perfeito, organização bem planejada, tudo isso para proporcionar um evento fantástico, um show que vai ficar na memória de todos.

ROUPA NOVA

14 de Dezembro

O grupo Roupa Nova mostrou por que faz tanto sucesso, um repertório incrível, interação com o público e um telão fantástico. Parabéns aos organizadores e colaboradores por proporcionar aos nossos associados e ao público da zona leste um show com o nível das melhores casas de São Paulo!

IV ENCONTRO DE CORAIS

02 de Dezembro

Com um repertório focado em temas natalinos, os Corais Cantabile e do Clube Esportivo da Penha fizeram uma apresentação primorosa em nosso Galpão de Eventos no domingo, tendo como Regente Eli Gonçalves. Foram momentos de enlevo e emoção, com homenagens e muito boa música. Parabéns ao Depto. Cultural pela realização!

CIRCUITO DE DAMAS - PREMIAÇÃO E CONFRATERNIZAÇÃO

06 de Dezembro

Em nosso Espaço Ilha, a Federação Paulista de Tênis realizou uma festa com alto astral, com a presença de tenistas de diversos clubes de São Paulo. O evento contou com Música ao Vivo, almoço delicioso e o papo gostoso entre as tenistas.
Ao final foram realizadas as premiações dos destaques do ano.
Parabéns aos organizadores e tenistas pela linda festa!

REFORMA DA ILHA

REFORMA CONCLUÍDA!

CRONOGRAMA DA OBRA			
ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUÍDA
OK	OK	OK	OK

CONSTRUÇÃO DE CICLOVIA

CRONOGRAMA DA OBRA			
ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUÍDA
OK	OK	OK	

INFORMATIZAÇÃO DA PORTARIA DE VEÍCULO

CRONOGRAMA DA OBRA			
ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUÍDA
OK	OK	OK	

Prezados Conselheiros,

Mais um exercício se encerra e nos preparamos para a festas de final de ano e para um verão que ao que parece virá com tudo. Apesar de todos os preparativos que fazemos internamente, nesta época onde aumenta muito a frequência de pessoas no clube é quando mais precisamos da ação de todos os conselheiros no sentido de colaborar na orientação e fiscalização das nossas normas internas. Um aspecto importante é nos ajudar na zeladoria do clube colaborando para orientar as pessoas sobre o destino correto do lixo, principalmente depois de utilizarem as áreas disponíveis no clube. É também no calor e nas férias que aparecem os atletas de finais de semana. Isto é ótimo e o clube incentiva a pratica de esportes, porém o praticante deve ser conscientizado sobre a necessidade de buscar um acompanhamento médico periodicamente para evitar um problema de saúde que pode ter consequências graves.

Na exposição ao sol, principalmente crianças, usar e abusar do protetor solar. Contamos com os senhores nos ajudando na conscientização dos sócios, para termos um ótimo final de ano e um verão maravilhoso.

Forte abraço a todos!

João Batista Pereira
Vice - Presidente do
Conselho Deliberativo

Renato Mordenti Filho
Presidente do
Conselho Deliberativo

É Verdadeiro!

Luiz Carlos Gonzaga
Diretor de Cultura do Cep

Não sou branco, negro, amarelo ou vermelho.

Sou um cidadão do universo, no momento, estagiando como ser humano na escola terrestre.

Não sou homem ou mulher, nem alto ou baixo.

Sou uma consciência oriunda do plano extra físico, uma centelha vital do Todo que está em tudo!

Tenho a cor da Luz, pois vim das estrelas.

Sei que o meu tempo aqui na Terra é valioso para minha evolução.

Não há religião acima da verdade.

O Divino pode se manifestar em miríades de formas diferentes.

Só se escuta a música das esferas com o coração.

Nada pode me separar do "Amor Maior Que Governa a Existência".

Espiritualidade não é um lugar, grupo ou doutrina.

É um estado de Consciência do Ser.

Discernimento ou Amor.

Não há progresso consciêncial verdadeiro se não houver esforço na jornada de cada um.

O dia em que nasci não foi feriado na Terra.

E no dia em que eu partir, também não será!

Do que penso e sinto se reflete em minha aura.

Minhas energias me revelam por inteiro. Logo, preciso crescer muito, para melhorar a Luz em mim.

Não vim de férias para o mundo, mas para aprender, trabalhar e vencer a mim mesmo nas lides da vida.

Não sou o centro do universo e sem a Luz não sou nada!

Sem Amor, o meu coração fica seco...

Sem espiritualidade, meu viver perde o sentido.

Os guias espirituais não são minhas babás extrafísicas.

Eles são meus amigos de fé e trabalho...

Ninguém sabe tudo e conhecimento não é sabedoria.

Todos somos professores e alunos uns dos outros.

Não nasço nem morro, só entro e saio dos corpos perecíveis ao longo da evolução.

Não posso ser enterrado ou cremado, pois sou um espírito.

Viver não é só comer, beber, dormir, copular e morrer sem sentido algum.

Viver é muito mais: é pensar, sentir e viajar de estrela em estrela, sempre aprendendo.

De nada vale a uma pessoa ganhar o mundo se ela perde sua alma.

O mal que me faz mal, não é o mal que me fazem, mas o que acalento em meu coração.

Sou mestre de nada e discípulo de coisa alguma.

Somos todos um!

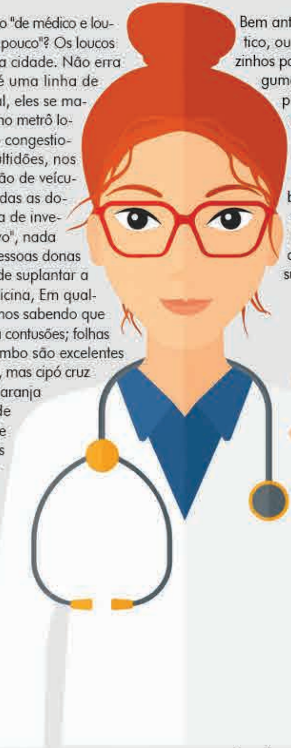
Sem Amor ninguém segue.

Meu mantra se resume em só uma palavra: Gratidão!

ANTES QUE O TEMPO APAGUE

Medicina Caseira

Luiz Carlos Ladeia
Diretor de Cultura do Cep



Quem nunca ouviu o ditado "de médico e louco, todos nós temos um pouco"? Os loucos tomam todos os lugares desta cidade. Não erra quem diz que a metrópole é uma linha de montagem de malucos, afinal, eles se manifestam a todo instante, seja no metrô lotado, no ônibus atrasado, no congestionamento de trânsito, nas multidões, nos absurdos cometidos na direção de veículos, depois de algumas ou todas as doses, coisas que Nero morreria de inveja... Quanto ao outro "adjetivo", nada melhor do que uma dessas pessoas donas de todas as receitas, dignas de suplantar a mais alta autoridade da medicina, Em qualquer conversa na rua, ficávamos sabendo que arnica amassada é ótima para contusões; folhas de caju, de jambolão e de jambo são excelentes para o tratamento de diabetes, mas cipó cruz é imbatível. Chá de folha de laranja cura dor de ouvidos, sebo de carneiro reduz entorses, raiz de salsa combate infecções, folhas de babosa ajudam no tratamento de cabelos e também são componentes de uma infusão que elimina câncer; chá de quebra-pedra é excelente para pedra nos rins; folhas de serralha são fontes de ferro e ótimas para anemia, e uma infinidade de outras receitas que os ditos populares espalham por aí.

Conheci uma velhota, um doce de pessoa. Era dela sempre a última palavra quando se tratava de alguma moléstia. Bem antes que o farmacêutico fizesse o primeiro diagnóstico, ou o médico, responsável pelo segundo, todos os vizinhos passavam pelo quintal de sua casa, em busca de algumas folhas secas, colocadas num jornal, ou de suas plantas, consideradas milagrosas. Um dia, a nossa amiga ficou sabendo que o filho de uma vizinha estava em casa, enfermo. Só depois é que descobriu que o sujeito era desses que nunca levam desaforos para casa. Numa discussão corriqueira, em um bar, ele tentou resolver com os punhos uma pequena tentou resolver com os punhos uma pequena discordância. Estimulado por algumas doses, ele desacatou a todos que não compactuavam com as suas ideias. Encurtando a conversa, ele investiu conversa, ele investiu contra um estranho e o sujeito, bem mais fraco do que ele, não vacilou: espetou uma faca na barriga do valentão!.

Semanas depois, já em casa, com uma lista de recomendações e outra de medicamentos ele foi orientado a ficar atento à alimentação. Quando soube do fato, a nossa amiga velhota foi até lá mostrar solidariedade à mãe do sujeito, e se colocar à disposição para o caso de alguma necessidade. Conversa vai, conversa vem, a preocupada mãe confessou que não confiava muito no médico que atendera o seu filho: "-Parece muito novinho, acho que tem muito o que aprender". Além disso, ela desconfiava que a medicação "não estava surtindo o efeito desejado".Quando a velha senhora soube que o médico teria indicado mamão, para facilitar o fluxo do intestino, ela ficou uma fera. "_Onde se viu? Mamão ? Isso é um absurdo!". E a mãe, ainda mais aflita, perguntou: - "Como? Se ele ainda ajuda a função intestinal!?". Sem traumas, mostrando a segurança de sempre, a velhota foi enfática: -De fato, é bom pro intestino, mas pra facada isso é um veneno!

Luiz Carlos Ladeia é cronista, jornalista aposentado e autor dos livros "Troncos Soltos na Água", "A várzea que eu vi", "Os cristais de Magdalena Rios" e "Passos de Ontem" (Peça teatral publicada em livro, vencedora do Prêmio Literário Cidade do Recife).

RETRATOS DO COTIDIANO

O Natal dos nossos Netos

Carlos Eduardo

Antigamente andávamos pelo nosso amado bairro da Penha, passeando com nossos pais para ver as iluminações e enfeites de Natal nas casas de nossos vizinhos e nas lojas ali presentes na época. Mas, como os jovens de hoje enxergam o Natal? Hoje se convidamos um adolescente para ver o enfeite de Natal no Shopping, ele pergunta se depois vão passar em algum Fast Food ou assistir algum filme de herói lançado no mês.

Temos hoje outra dificuldade também, desconecta-los dos smartphones, ele pode até aceitar o passeio, mas se eles tiverem 5 segundos parados, lá estarão olhando para a telinha. Acredito que nos dias de hoje, precisamos resgatar alguns costumes familiares, e não perder os que ainda praticamos (mesmo que diminuindo ano após ano), na década de 70 já tínhamos árvores artificiais, mas preferíamos montar a nossa de maneira natural, um tronco de árvore, ou até mesmo um pinheirinho natural para ser enfeitado, me lembro que a data de montagem era dia 30 de novembro que é o início do período do advento (primeiro tempo do ano litúrgico, o qual antecede o Natal) para os cristãos. Tínhamos grandes problemas com o pisca-pisca era muito delicado e caro, então quando queimava uma, todas paravam de funcionar, era uma missão encontrar a danificada para fazer a troca. O Natal não pode perder o seu símbolo, de união, reflexão, resolver todos os problemas que ficaram no decorrer do ano (principalmente esse ano com as eleições, tem gente que precisa se acertar com muitaspessoas) para começar o ano bem. Devemos sentar e conversar com os nossos jovens, muitas crianças e adolescentes se fecham em seus aparelhos eletrônicos, pois estamos muito preocupados com nós mesmos, é trabalho, é chefe, é trânsito, e, acabou o ano, demos para eles um celular novo, tênis da moda e o mais importante que é a atenção, ficou pra lá, nossos filho, ou neto sempre está lá, então a conversa fica sempre para depois, mas, ele vai crescendo, e você vai deixando para depois, é hora de mudar, no nosso tempo nossos pais sempre iniciavam uma conversa falando sobre o clima, ou perguntando como estava na escola, hoje precisamos entrar no mundo deles, a geração "smart" recebe informações muito rápido, falar da escola quando as aulas já acabaram a uma semana, é muito tempo para eles, pergunte para ele o que eles gostam de ver no Youtube ou qual foi a última série que assistiram no Netflix, depois de escutar, de sua opinião, você vai perceber o quanto sua criança mudou, se conseguimos multiplicar nosso tempo no serviço, por que não conseguimos fazer o mesmo com quem mais precisa de nós. Uma coisa eu tenho certeza, que não importa se você viveu seus melhores dias na década de 70, 80, 90 ou curte mais os dias de hoje, o que não podemos perder no Natal, independente da sua religião, crença ou tradição, refletir, para mudar, e estar junto com quem mais amamos.

1

2

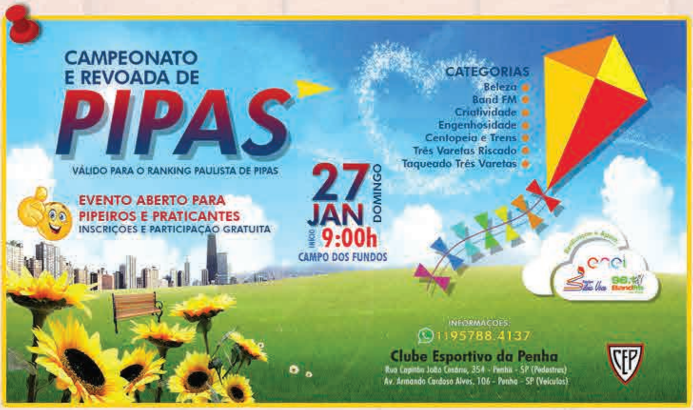
1- A festa de encerramento do ano de 2018 e 30 anos de existência do Racha do Escocês aconteceu no Restaurante do Boliche; **2** - Nossas atletas Master EII-I do Voleibol Feminino conquistaram o 2º Lugar G3 no Campeonato Sindi Clube; **3**- Nossa equipe de Futsal Sub 14 conquistou o inédito título de Campeão Estadual Série Prata A1 - 2018; **4**- Associados curtindo a estrutura do clube e colocando em dia o papo sobre o ano que está quase terminando; **5**- Recebemos a visita do associado com carteira número 28, Sr. José Barbosa Leão, 87 anos, conhecido e querido por todos como Zelão.

3

4

5

Agenda - Próximos Eventos



CAMPEONATO E REVOADA DE PIPAS

VÁLIDO PARA O RANKING PAULISTA DE PIPAS

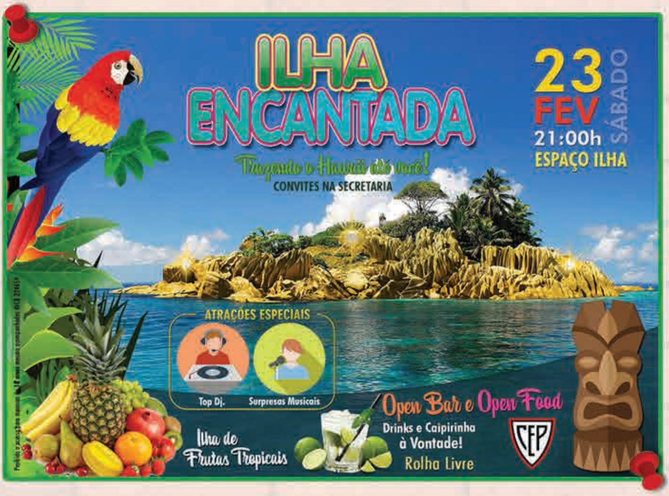
EVENTO ABERTO PARA PIPEIROS E PRATICANTES
INSCRIÇOES E PARTICIPAÇÃO GRATUITA

27 JAN DOMINGO
INÍCIO 9:00h
CAMPO DOS FUNDOS

CATEGORIAS
- Beleza
- Band FM
- Criatividade
- Engenhosidade
- Centopeia e Trens
- Três Varetas Riscado
- Taqueado Três Varetas

INFORMACOES:
1195788.4137

Clube Esportivo da Penha
Rua Capitão João Cesário, 354 - Penha - SP (Pedestres)
Av. Armando Cardoso Alves, 106 - Penha - SP (Veículos)



ILHA ENCANTADA

Trazendo o Havaí até você!

CONVITES NA SECRETARIA

23 FEV SÁBADO
21:00h
ESPAÇO ILHA

ATRAÇÕES ESPECIAIS
- Top Dj.
- Surpresas Musicais

Ilha de Frutas Tropicais

Open Bar e Open Food
Drinks e Caipirinha à Vontade!
Rolha Livre

Decoração de natal no Parque Ibirapuera

FOTO DE
2015

O NATAL

Na antiguidade, o Natal era comemorado em várias datas diferentes, pois não se sabia com exatidão a data do nascimento de Jesus. Foi somente no século IV que o 25 de dezembro foi estabelecido como data oficial de comemoração.

As antigas comemorações de Natal costumavam durar até 12 dias, pois este foi o tempo que levou para os três reis Magos chegarem até a cidade de Belém.

Nosso Clube não poderia deixar de lado uma data tão importante e realiza a Chegada do Papai Noel todos os anos!