ANO 5 - NÚMERO 50 - NOVEMBRO DE 2019

CEP DIGITAL

REVISTA DIGITAL DO **CLUBE ESPORTIVO DA PENHA**

CHAPA VERDE
AFFONSO LENZI
RUMO AOS 90 ANOS
CEP

ELEIÇÕES 2019

DESTAQUES › FESTIVAL DE DANÇA › FESTIVAL ESTUDANTIL DE MÚSICA › ITAÚ CULTURAL

ZECA ser humano pagodinho

ESPECIAL DE FIM DE ANO

29 NOV

GINÁSIO PRINCIPAL

20H
ABERTURA DA CASA

BILHETERIA OFICIAL SECRETARIA DO CLUBE

ticket360
Cultura e entretenimento através de um click!

WWW.CEPENHA.COM.BR

(11) 95788-4137 2082-7244

CEP

4 Palavra do Presidente
5 Matéria de Capa - Eleições 2019 - Assembléia Geral
9 Roteiro Cultural - Itaú Cultural
10 Festival de Dança
12 Academia de Ballet e Jazz - Halloween
13 Festival Estudantil de Música
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

Expediente

CEP DIGITAL
Revista Digital do
Clube Esportivo da Penha
Ano 5 - Número 50 - Novembro de 2019

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 Veiculos)
www.cepenha.com.br
cep@cepenha.com.br
facebook.com/cepenha
11 2082.7244

Dia Nacional da Consciência Negra

Afonso Celso Lenzi
Presidente

É celebrado no Brasil em 20 de novembro, sendo feriado em cerca de mil cidades em todo o país.

A data é dedicada à reflexão sobre a inserção do negro na sociedade brasileira e foi escolhida por coincidir com o dia atribuído à morte de Zumbi dos Palmares, em 1695, um dos maiores líderes negros do Brasil que lutou pela libertação do povo contra o sistema escravista. O Dia da Consciência Negra é considerado importante no reconhecimento dos descendentes africanos e da construção da sociedade brasileira sendo momento propício para debates sobre racismo, discriminação, igualdade social, inclusão de negros na sociedade e a cultura afro-brasileira.

Convido a todos para que neste dia façamos uma reflexão profunda sobre a importância e a grande contribuição dos negros na formação da nossa pátria.

Contato:
afonsolenzi@cepenha.com.br

Matéria de Capa

CHAPA VERDE
90

ELEIÇÕES 2019 - ASSEMBLÉIA GERAL

A Eleição aconteceu no dia 26 de Outubro (sábado) em nosso Ginásio Principal.

CHAPA VERDE
AFFONSO LENZI
FUMO AOS

CEP
PARQUE AQUÁTICO

ELEIÇÕES 2019 - ASSEMBLÉIA GERAL

26 DE OUTUBRO

Transcorreu dentro de absoluta normalidade a Assembléia Geral para eleição dos Conselheiros que vão atuar no triênio 2019/22. A Chapa Verde foi eleita com 408 votos válidos e um voto em branco.

CHAPA VERDE
AFFONSO LENZI
RUMO AOS 90 ANOS

CHAPA VERDE
AFFONSO LENZI
RUMO AOS 90 ANOS

ELEIÇÕES 2019 - ASSEMBLÉIA GERAL

A posse dos Conselheiros ocorrerá no dia 25 de novembro no Espaço Nobre, quando serão eleitos pelos Conselheiros os dirigentes do nosso clube.
Parabéns a todos os associados e organizadores do pleito.

Patrocinadores Oficiais

WIZARD
by Pearson

Auto Shopping
CRISTAL

Colégio
Fereguetti

Hikari

Carrera
PROMOÇÕES & EVENTOS

CVC
GUILHERME COTCHING

NILLMOR
Corretora de Seguros

Ford
Souza Ramos

PORTO
SEGURO

IMOBILIÁRIA
RE/MAX
CRECI 3053-J Xavante

Agradecemos aos nossos

Patrocinadores
Oficiais

Odontoclinic
Penha

RR
SECURITY

BESNI

HORÁRIOS DE FUNCIONAMENTO:
Terça a Quinta
09h00 às 20h00
Sexta, Sábado e Domingo - 11h00 às 20h00

COMO CHEGAR:
Av. Paulista, 149
Bela Vista, São Paulo - SP

ITAÚ CULTURAL

O Instituto Itaú Cultural, concebido por Olavo Egydio Setúbal e criado pela Lei nº 7505, de 3 de outubro de 1986, tem por objetivo o mapeamento de manifestações artísticas e incentivar a pesquisa e a produção artísticas e teóricas relacionadas aos mais diversos segmentos culturais.

O local é um instituto direcionado para pesquisas e produção de conteúdo, e consegue receber até três exposições (sempre gratuitas) simultaneamente, que normalmente trazem a trajetória de músicos, atores, pintores, artistas, entre outras personalidades que contribuíram para o conhecimento nacional.

As mostras são voltadas para jovens que futuramente se utilizam delas para suas próprias produções. O Itau Cultural também tem programações de cinema, restaurantes e café.

FESTIVAL DE DANÇA - TEATRO SÃO FRANCISCO

No último dia 25, no Teatro São Francisco as alunas da academia de dança do Cep participaram de um belíssimo festival de dança coordenado pela professora e coreógrafa Cláudia Regina. Para complementar o espetáculo, participaram também bailarinas de outras escolas onde a Prof, Cláudia Regina atua.

FESTIVAL DE DANÇA - TEATRO SÃO FRANCISCO

Foram 36 números de dança belíssimos, tendo como tema principal o conto de fadas Cinderela. Parabéns às nossa alunas e aos organizadores.

ACADEMIA DE BALLET E JAZZ - HALLOWEEN

Alunas e alunos de nossa academia realizaram animada Festa de Halloween, com a participação de pais e com a coordenação da Prof. Cláudia Regina. Parabéns pelas belíssimas fantasias!!

FESTIVAL ESTUDANTIL DE MÚSICA INSTRUMENTAL E CORAIS

09 de Novembro

A Prefeitura Municipal de São Paulo realizou em nosso Ginásio Principal um maravilhoso festival de música instrumental e corais, com a participação de dezenas de escolas de nossa região. Foram apresentações de excelente nível, com músicas de grande sucesso no cenário nacional e internacional. Parabéns aos organizadores e participantes pelo lindo espetáculo!

CAMPEÃO
CAMPEÃO

MANUTENÇÃO BOSQUE

CRONOGRAMA DA OBRA

ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUÍDA
OK	OK	OK	

REFORMA CONCLUÍDA!

CRONOGRAMA DA OBRA

ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUÍDA
OK	OK	OK	OK

PARQUE AQUÁTICO

MANUTENÇÃO PLAYGROUND

CRONOGRAMA DA OBRA

ANÁLISE	PROJETO	EXECUÇÃO	CONCLUÍDA
OK	OK	OK	

Prezados Senhores,

Este texto é o último de nossa gestão, gostaria de agradecer imensamente a colaboração e a paciência de todos em participar de nossas reuniões trimestrais para discutir e decidir sobre assuntos do Clube. Nossa missão foi sempre de tornar cada vez mais efetiva a participação de todos os conselheiros e cumprir de forma disciplinada o que dispõe o nosso estatuto social. Desejo muito sucesso e sorte àqueles que conduzirão esta casa a partir de dezembro próximo, e espero poder continuar a colaborar para a busca de melhorias contínuas de nosso Clube.

Muito obrigado a todos.

Forte abraço!

João Batista Pereira
Vice - Presidente do
Conselho Deliberativo

Renato Mordenti Filho
Presidente do
Conselho Deliberativo

CHAPA VERDE
90

Para ler e refletir...

O Tempo

Luiz Carlos Gonzaga
Diretor de Cultura do Cep

O tempo não pode ser segurado, a vida é uma tarefa a ser feita e que levamos para casa.
Quando vemos já é 6 horas da tarde.
Quando vemos já é sexta-feira.
Quando vemos já terminou o mês.
Quando vemos já terminou um ano.
Quando vemos já passaram 50 ou 60 anos.
Quando vemos, nos damos conta de ter perdido um amigo.
Quando vemos, o amor de nossa vida parte e nos damos conta de que é tarde para voltar atrás.
Não pare de fazer alguma coisa que te dá prazer por falta de tempo, não pare de ter alguém ao seu lado ou de ter prazer na solidão.
Porque os teus filhos subitamente não serão mais teus e deverá fazer alguma coisa com o tempo que sobrar.
Tenta eliminar o "depois".
Depois te ligo...
Depois eu faço...
Depois eu falo...
Depois eu mudo...
Penso nisso depois...
Deixamos tudo para depois, como se o depois fosse melhor, porque não entendemos que:
Depois, o café esfria...
Depois, a prioridade muda...
Depois, o encanto se perde...
Depois, o cedo se transforma em tarde...
Depois, a melancolia passa...
Depois, as coisas mudam...
Depois, os filhos crescem...
Depois, a gente envelhece...
Depois, as promessas são esquecidas...
Depois, o dia vira noite...
Depois, a vida acaba...
Não deixe nada para depois porque na espera do depois se pode perder os melhores momentos, as melhores experiências, os melhores amigos, os melhores amores ...
Lembre-se que o depois pode ser tarde.
O dia é hoje, não estamos mais na idade em que é permitido postergar.

ANTES QUE O TEMPO APAGUE

Princesa das Ruas

Luiz Carlos Ladeia
Diretor de Cultura do Cep

Catifunda ganhou na loteria! Varias vezes ouvi a frase, usada para justificar a sorte da dita cuja. Quando cito a personagem, sei que todos irão se lembrar da atriz Zilda Cardoso, que tanta alegria nos propiciou durante a sua vida artística, mostrando a mulher humilde, trajes desajeitados e linguagem popularesca. Era figura obrigatória na TV, como aluna na Escolinha do Professor Raimundo onde, entre uma baforadas do inseparável charuto, espalhava alegria entre os telespectadores. No entanto, a minha Catifunda é outra, acintosa, escandalosa e fora de hora. Foi no auge do inverno, quando as temperaturas paulistanas estiveram a níveis que há muito tempo não se viam, que ela apareceu lá no bairro. Tinha olhos pidões, passos ligeiros e aversão às pessoas mal vestidas. A isso passamos a entender como revolta, frutos da vida de agruras que acabara de deixar. Chegou com pose de quem pretendia se estabelecer, e logo se viu dona do lugar. Fiquei pensando quão é estranho o ser humano. Muitas vezes pratica atos revoltantes, dignos de serem eternamente condenados. Em outras ocasiões, um ato simples acaba gerando doses infinitas de crédito e certeza de que nem tudo está perdido. Foi numas demonstrações de piedade que Catifunda ganhou um lar. A casa humilde tinha ares de mansão, principalmente para quem sempre estivera perdida nas ruas da zona norte. Aliviada de tantos infortúnios, a cadela sem raça definida ganhou um lar, e mais do que isso, ganhou uma roupa de crochê que encobria parte do corpo desajeitado. "Parece um abajur". A citação provocou risos, depois que a roupa foi comparada aos trajes da humorista.

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

Entre um passeio e outro, ela se sente dona da casa e ao primeiro ruído na calçada lá vai ela, toda feroz como quem quisesse proteger o seu território.

Latidos estridentes, arrogância manifesta, confesso que sempre tive vontade de abrir o portão e permitir que ela voltasse ao antigo lar, as ruas de Vila Maria. No entanto, sentindo-se dona do lugar, ela aderiu de imediato a ração balanceada, servida em uma cuia de aço inoxidável, adotou o sono sob o sofá como forma de recuperar as energias perdidas nas constantes idas e vindas ao portão, e passou a curtir uma vida feliz. Vestiu-se de charme, de acordo com a visão e limitações da dona de casa que a acolheu e, toda charmosa, expõe a sua elegância ante os que fazem das calçadas um doce refugio contra os motoristas amalucados.

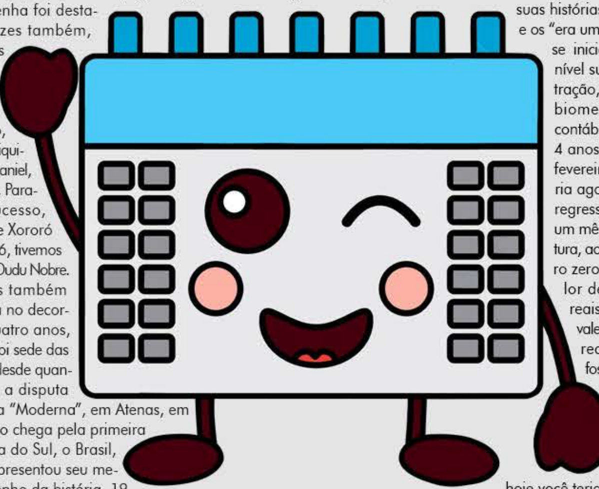
Moradora de rua, sem raça definida, acostumada a recolher os restos que a pizzaria deposita no lixo de todas as noites, ela conhece todos os cantos do bairro e desafia todos os estranhos. Inimiga do silêncio,não hesita em partir para cima de qualquer felino, algo um tanto difícil nos dias de hoje. Difícil porque a convivência pacífica entre cães e gatos jogou para o esquecimento as famosas perseguições que tanto desespero causava nos donos dos felinos.

Vacinada, castrada e às vezes frequentadora de um tal "pet shop", Catifunda está virando importante. Já esteve acompanhando a dona em uma festa infantil, onde expôs um novo visual e, sempre que possível toma banho com um cheiroso shampoo medicinal. E acho que é esse odor que tem atraído outros vira-latas do bairro. Eles param junto ao muro, respiram fundo e se afastam, creio que arrastando a frustração por não conseguirem chamar a atenção da atual princesa das ruas. E ela, sob o sofá, finge ignorar os latidos ansiosos do outro lado do portão.

RETRATOS DO COTIDIANO

O que Pode Acontecer em 50 Meses?

Carlos Eduardo Ferreira da Silva



Desde outubro de 2015 quando saiu a primeira revista "CEPDIGITAL" presenciamos muita informação, entretenimento e notícias. Na nossa primeira edição, que está disponível no site, as matérias de capa foram a Abertura da Primavera, Campeonato de Futebol e a super tradicional Festa Queijo e Vinho do clube. No decorrer desse tempo, o Papai Noel foi capa duas vezes (logo chegando a terceira), a volta da Penha foi destaque duas vezes também, tivemos muitos outros destaques, e os shows, Titãs, Jorge Aragão, Raça Negra, Biquini Cavadão, Daniel, Sidney Magal, Paralamas do Sucesso, Chitãozinho e Xororó e na edição 46, tivemos a presença do Dudu Nobre. Nós vivemos também muita história no decorrer desses quatro anos, o nosso país foi sede das Olimpíadas, desde quando se iniciou a disputa da Olimpíada "Moderna", em Atenas, em 1896 o evento chega pela primeira vez à América do Sul, o Brasil, como sede apresentou seu melhor desempenho da história, 19 medalhas, sendo dessas, 7 de ouro, o desempenho também notável nas Paraolimpíadas, onde conquistamos 72 medalhas, com 14 conquistas douradas. Vivemos uma grande mudança na política, nos Estados Unidos visto na época como azarão Donald Trump venceu as eleições norte americanas, colocando o partido republicano de volta à Casa Branca depois de 8 anos. Algumas redes sociais ainda estão em nossas vidas como o Facebook e WhatsApp, mas vemos o crescimento do Instagram e do Youtube, e o sumiço do Google+. O iPhone da época era o 6, e revolucionou com o tamanho de suas telas maiores, para alguns lembravam um tablet, e hoje, telas grandes são normais, hoje chegamos à versão 11 do aparelho. Se você tivesse um filho no mês do lançamento da edição 1, hoje ele teria quatro anos e dois meses, ele estaria vivendo a fase do "fantástico mundo das palavras" falando de tudo e protagonizando as suas histórias de faz de conta e os "era uma vez...", se tivesse iniciado um cursos de nível superior (administração, fonoaudiologia, biomedicina, ciências contábeis, ou outro com 4 anos de duração) em fevereiro de 2016, estaria agora em contagem regressiva, pois faltaria um mês para sua formatura, ao comprar um carro zero em 2016 no valor de R$ 37.000,00 reais, hoje ele estaria valendo R$ 25.000,00 reais. Se na época fosse feito um depósito de R$ 100,00 reais na poupança no dia do lançamento da edição 1, hoje você teria R$ 134,52, não é o lucro da "Betina", mas é seguro. E agora, pensando mais para frente, como você pretende estar na edição de número 100, aposentado? Na faculdade? Chegar a diretor de sua empresa? Não conseguimos ver o futuro ainda, muitas vezes ele pode parecer vago e distante, para algumas pessoas, ele pode ser uma aposentadoria tranquila, para outros pode ser uma vida sem dificuldades financeiras, investimentos na faculdade dos filhos, viagens, comprar um carro, independente de qual a ideia para seu futuro, o que esperamos é que você divida muitos de seus momentos felizes em nosso clube.

1

2

1 e 2- Treino e atualização de procedimentos para nossa Equipe de Salva-Vidas para proporcionar aos nossos associados um verão tranquilo e seguro;
3, 4 e 5 - Fim de semana com tempo nublado e os associados aproveitando as diversas opções da infraestrutura do nosso clube;

3

4

5

ZECA pagodinho

ser humano

ESPECIAL DE FIM DE ANO

29 NOV

GINÁSIO PRINCIPAL

20H

ABERTURA DA CASA

BILHETERIA OFICIAL

SECRETARIA DO CLUBE

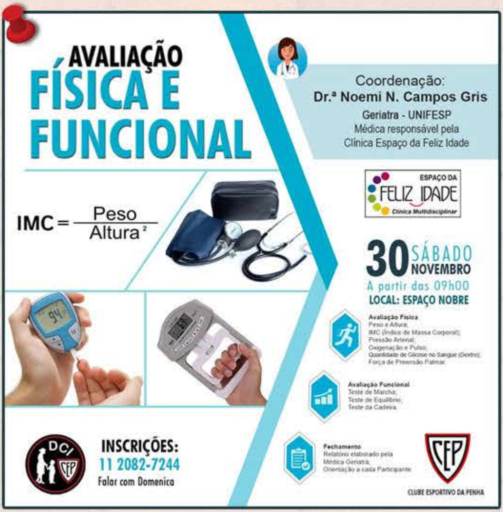
ticket360

Cultura e entretenimento através de um click!

☎ 11 95550.6578

CLUBE ESPORTIVO DA PENHA

PATROCINADORES OFICIAIS



AVALIAÇÃO FÍSICA E FUNCIONAL

$$IMC = \frac{Peso}{Altura^2}$$

Coordenação:

Dr.ª Noemi N. Campos Gris

Geriatra - UNIFESP

Médica responsável pela Clínica Espaço da Feliz Idade

ESPAÇO DA FELIZ IDADE

Clínica Multidisciplinar

30 SÁBADO NOVEMBRO

A partir das 09h00

LOCAL: ESPAÇO NOBRE

Avaliação Física

Peso e Altura;

IMC (Índice de Massa Corporal);

Pressão Arterial;

Oxigenação e Pulso;

Quantidade de Glicose no Sangue (Dextro);

Força de Preensão Palmar.

Avaliação Funcional

Teste de Marcha;

Teste de Equilíbrio;

Teste da Cadeira.

Fechamento

Relatório elaborado pela Médica Geriatra;

Orientação a cada Participante.

INSCRIÇÕES:

11 2082-7244

Falar com Domenica

CLUBE ESPORTIVO DA PENHA

O CLUBE

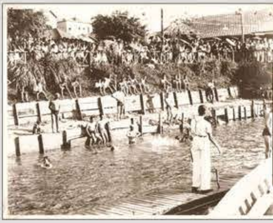
Em 1930 um grupo de idealistas, liderados por Plínio Augusto de Camargo, fundava às margens do Tietê, o CLUBE ESPORTIVO DA PENHA, o nosso Clube!

O rio, de águas límpidas e céleres, que então tinha seu leito onde hoje se encontra o nosso ginásio poliesportivo, proporcionava aos primeiros associados dois esportes: natação e remo.

Em piscinas flutuantes os penhenses aprendiam as primeiras braçadas e, num rústico trampolim, os primeiros mergulhos. Numa pequena contrução, que servia de vestiário e sede, eram realizados, aos domingos à tarde, bailes denominados "domingueiras" dando início à vida de seus associados.

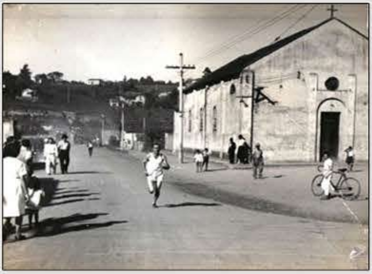
O Clube vinha crescendo, não só em número de associados como também na diversificação dos esportes. Participava dos torneios promovidos pelas federações esportivas tendo mesmo se sobressaído no atletismo, natação, remo, basquete e boxe, revelando, inclusive, alguns recordistas paulistas de natação.

Sua primeira atividade no atletismo foi a "Volta da Penha", criada em 1931, a segunda corrida mais antiga do Brasil.



Piscina Flutuante (cocho) - 1940

Treino de Remo



Volta da Penha - 1940

Anos depois, com a retificação do Tietê e a consequente perda do rio, o Clube sofreu sensível evasão de sócios que só foi superada com a construção de uma piscina olímpica. A piscina, na época um sonho quase inatingível, que só foi possível graças aos esforços desmedidos de abnegados diretores, foi inaugurada em clima de verdadeira euforia, pelo afluxo de novos e inúmeros associados.