



# AABB

Revista

# Rio



Associação Atlética Banco do Brasil - Rio de Janeiro

Ano XX - nº 234 - Março de 2014

## Nova iluminação das piscinas clareia mais e embeleza a área



**Obras do bar / lanchonete  
devem ser entregues em abril**

**Confira os descontos  
na Seção Convênios**

# Hospital do Coração de Duque de Caxias

Em medicina toda escolha é definitiva



Atendimento a Particulares e Convênios



## Especialidades

Clinica Médica  
Cardiologia Clínica  
Cardiologia Intervencionista  
Cirurgia Cardíaca  
Cirurgia Geral  
Cirurgia Vascular  
Cirurgia Endovascular  
Cirurgia Plástica  
Eletrofisiologia  
Radiologia  
Radiologia Intervencionista  
Terapia Intensiva  
Urologia  
Gastroenterologia  
Neurologia  
Entre outros

**Pronto-Atendimento 24 horas**

Tel: (21) 2196-8012 / 4063-9001

Rua General Mitre, 110

Jardim 25 de Agosto - Duque de Caxias - RJ

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



## Cuidadores de Pessoas



Experiência em AVC  
Pré e Pós-Operatório

Referência em cuidados de pacientes com Alzheimer, Parkinson e Doenças Senis. Cuidamos da criança ao idoso. Mantemos rigorosa supervisão dos nossos serviços

Tratamos com respeito - Cuidamos com carinho



**Enfermagem Domiciliar**

*Amigos Cuidadores* Tel: 21 2424-1068

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



Começamos o ano com a satisfação de entregar ao associado dois projetos que vão melhorar os serviços destinados ao uso e facilitar a locomoção dos usuários.

Um deles é o novo elevador para a utilização pelas pessoas idosas e aquelas com dificuldade de locomoção para o andar superior da sede social. Localizado no espaço junto ao Bar, o mecanismo já está em funcionamento e desejamos que tenha a serventia para o que se propõe, por tempo longo.

O outro é a implantação do projeto de iluminação chamado de “easy-lighting” em nossas piscinas. O sistema é de uma simplicidade visível em que os engenheiros inserem uma lâmina de alumínio espelhada de alta reflexão, utilizando os próprios suportes já existentes, fornecendo iluminação em duplicidade, o que leva em conta a economia no fornecimento de luz, falando-se em custo, e a eliminação de desperdícios de material. Uma boa proposta para a revitalização de nossos setores que carecem de maior claridade a preço menor do que aquele que se vem obtendo.

Em pleno andamento vão as obras de remodelação do Bar e Lanchonete que se espera sejam entregues ao final de março e começo de abril deste ano. A primeira fase do projeto já foi concluída. Constava do projeto arquitetônico e das intervenções básicas de troca de rede elétrica e de equipamentos mais modernos, além da adequação das instalações de fornecimento de água, gás, esgoto e exaustão. Estamos todos na expectativa e torcendo por mais essa conquista pela valorização do patrimônio da AABB.

Como nosso principal foco é o lazer, o bem-estar e a alegria do nosso quadro social e de seus familiares, desejamos que todos tenham, nestes feriados de folia, um carnaval animado e em paz.

Que Deus os abençoe!

REINALDO BATISTA RIBEIRO

Presidente do Conselho de Administração

SAC 0800 701 3746 COOPERFORTE 0800 701 3746

**PODE NÃO PARECER, MAS  
ELES TÊM MUITO EM COMUM.**

MILHARES DE ASSOCIADOS, MUITOS BENEFÍCIOS E  
O ORGULHO DE FAZER PARTE DE ALGO MAIOR.

Ser associado Cooperforte é pertencer a um grupo em que todos têm  
sonhos e objetivos, e todos contribuem para a realização de cada um.  
Ser associado Cooperforte é acreditar que as diferenças fazem parte  
da união. São elas que a enriquecem.

Ser associado Cooperforte é para o Dudu, para o seu Carlos, para você.

**COOPERFORTE**  
Sua força. Nossa cooperativa.  
0800 701 3746 • www.cooperforte.com.br

EDITORIAL 20

**ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA  
BANCO DO BRASIL - RIO DE JANEIRO**  
CGC: 27.055.565/0001-22 Inscrição Estadual: 81.540.551  
Av. Borges de Medeiros, 829-Leblon  
Caixa Postal 281 – CEP 22.430-042  
Telefones: 2274-4722.  
Reconhecida de Utilidade Pública pela Lei 936, de 15/09/1959.  
E-mails: aabb-rio@aabb-rio.com.br  
cadastro@aabb-rio.com.br  
gerad@aabb-rio.com.br  
gerop@aabb-rio.com.br  
Home Page: [www.aabb-rio.com.br](http://www.aabb-rio.com.br)

## CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente: ODALI DIAS CARDOSO  
presidencia@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente: NELSON AUGUSTO CHAVES FARIA  
Membro: LARISSA DOS SANTOS

## CONSELHO FISCAL

Presidente: MÁRIO FERNANDO ENGELKE  
conselhofiscal.presi@aabb-rio.com.br  
Membros Efetivos:  
ADOLPHO GONÇALVES NOGUEIRA  
DANIELLE BRANCO ESTRELA  
NELSON BOMFIM RIBEIRO  
OSMAR COSTA BECK  
SÉRGIO SPÍNOLA MUNIZ  
Membros Suplentes:  
ALICE MITIO NAKAMOTO  
MAURÍLIO ROSSI  
SIMONE FERREIRA S. VERDAM

## CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO

Presidente:  
REINALDO BATISTA RIBEIRO  
aabbpresidencia@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Administrativo:  
IVAN DE CASTRO ESTEVES  
administrativo@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Financeiro:  
MARCO AURÉLIO PINTO DE ARRUDA  
financeiro@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Esportivo:  
RAIMUNDO NONATO DE AZEVEDO  
vpesportivo@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente do Patrimônio:  
JOÃO JOSÉ PEREIRA  
patrimoniosedede@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente de Divulgação:  
PAULO MORAES DE OLIVEIRA  
revista-aabb@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Cultural:  
REGINA MARQUES DOS REIS GONZALEZ  
cultural@aabb-rio.com.br  
Vice-Presidente Social:  
JÚLIO ALT  
social@aabb-rio.com.br  
Assessor da Diretoria:  
MÁRIO MAGALHÃES DE SOUZA  
assessor.presidencia@aabb-rio.com.br

Programação Social	5
Aniversariantes	6
Conselho	10
Administração	12
Evento	13
Bingo	13
Biblioteca	14
Cultural	14
Administração	15
Cultural	16
Variedades	16
Cooperforte	18
Seresta	20
Esportes	21
Cultural	24
Cassi	25
Cursos e Serviços	26

## REVISTA MENSAL AABB-RIO

Ano XX - nº 234 - Março/2014  
Dist. Gratuita - Produzida por  
LL DIVULGAÇÃO EDITORA CULTURAL LTDA.  
Diretor: Luthero de Azevedo Silva  
Colaboradores: Diretoria, Associados e  
Funcionários do Clube  
Coordenação: Kátia Regina S. Monteiro  
Gráfica: Rower Gráfica  
Tiragem: 6.000 exemplares  
Jornalista: Paulo Moraes de Oliveira Reg. 359  
MTb.Pa  
Diagramação: Renato Monteiro de Carvalho  
LL DIVULGAÇÃO EDITORA CULTURAL LTDA  
Rua Cel. Moreira César, 426 sl. 1401 - Icaraí  
Niterói - Tel/Fax: 2714-8896  
e-mail: [comercial@lldivulga.com.br](mailto:comercial@lldivulga.com.br)

## Cirurgiã Dentista

Dra. Eunice Ortega

Clinica geral - Estética - Clareamento - Periodontia

**Tabela do Banco do Brasil e Sindicato**

Convênios: Embratel - Petrobras - Petrobras Distribuidora

**Tel: (21) 2547-1798**

Av. Nossa Senhora de Copacabana, 750 / 613 - Copacabana - Rio de Janeiro - RJ



Tratamento de gengiva, cirurgia, enxertas, dente com mobilidade

**NOSSA CAPA** – O associado recebeu no mês de fevereiro o espaço do complexo de piscinas com uma nova iluminação. Trata-se da implantação do projeto de revitalização elétrica com a utilização do sistema "Easy-Lighting" que permite melhor claridade da área, menor custo no fornecimento e visível beleza no posicionamento dos focos sobre as palmeiras plantadas ao fundo. Foto de Cláudio Martins.



# ODONTOLOGIA ESTÉTICA

**Dr. Luis Ernesto C. Preciado**

Clinico Geral - Implantes - Odontologia Estética  
Clareamento - Periodontia - Prótese Fixa e Móvel  
Oclusão / ATM

**Convênio Caixa Econômica e outros**

**Tel: 2294-7433 / Cel: 8075-7676**

Ed. Leblon Medical Center - R. Carlos Góes, 375 / 513 - Leblon - RJ

Tabela Banco do Brasil

**01**  
Sábado

13:00 / 17:00

Feijoada de carnaval com o grupo "Samboteco e Passistas".

Salão Nobre

**20**  
Quinta

19:00 / 22:00

Happy Hour com "Hilton Assunção"

Salão Galeria

**02**  
Domingo

13:00 / 17:00

Luizinho Santos e Trio, executando marchinhas de carnaval, não percam!

Pérgula da Piscina

**21**  
Sexta

21:00 / 01:00

Sexta Dançante com Ângelo Garcia

Salão Margarida

**04**  
Terça

13:00 / 17:00

Luizinho Santos e Trio alegrando seu carnaval.

Pérgula da Piscina

**23**  
Domingo

13:00 / 17:00

Duo Nova Bossa com Flávio no violão e Neysi na flauta.

Pérgula da Piscina

15:00 / 17:00  
Desfile infantil de fantasias com premiação; tragam seus filhos para concorrer!

Salão Granito

**26**  
Quarta

15:00 / 17:00

Bingo Social: venha conferir

Salão Galeria

**09**  
Domingo

13:00 / 17:00

Apresentamos o cantor Jorge Luiz

Pérgula da Piscina

**27**  
Quinta

20:00 / 22:00

"Jazz Drops": tributo a "NAT KING COLE"

Salão Galeria

**12**  
Quarta

15:00 / 17:00

Bingo Social: venha ganhar prêmios

Salão Galeria

**28**  
Sexta

21:00 / 01:00

Baile de Aniversariantes com Banda Phênix

Salão Margarida

**14**  
Sexta

19:00 / 23:00

Noite da Seresta e MPB - cante e encante

Salão Galeria

**29**  
Sábado

19:30 / 23:30

Telhado Branco - grupo boêmio do Leblon.

Salão Granito

**16**  
Domingo

13:00 / 17:00

Nelson Laranjeiras cantando MPB

Pérgula da Piscina

**30**  
Domingo

13:00 / 17:00

Dom Sillas e Trio - Cantando sucessos

Pérgula da Piscina

O momento da pose para a posteridade



O Salão Margarida enfeitou-se com criativa decoração para receber os associados e convidados que vieram festejar seus aniversários, ocorridos nos meses de dezembro e janeiro pp, em movimentado baile animado pela excelente banda Cassino Brasil.

Essa reunião solene, que a AABB selecionou como seu principal evento mensal, traz no cerimonial o ponto culminante. A equipe do VP Júlio Alt selecionou os nomes dos presentes que o próprio Vice-Presidente Social convidou-os para compor o espaço em frente ao palco do salão de dança.

E tantos vieram que o número chegou a mais de 20 enfileirados em frente ao palco, seguido de pose no corte simbólico do bolo confeitado e da foto histórica clicada pela objetiva do Cardozinho.

Em 21/02, a banda Status saldou com seu repertório musical os aniversariantes de fevereiro, na voz possante de JJ Pereira, que convidou um a um para as solenidades de praxe.

Os aniversariantes de março serão festejados no dia 28/03, com a banda "Phênix".

Todos merecem os nossos mais sinceros parabéns!!!



A bailarina da dança de salão, Enoe Cúrcio Viana e a atleta campeã de natação, Sandra Pfeifer Santa Maria, festejando seus aniversários natalícios



O casal de aniversariantes Vera Lúcia Baia e Daniel Pimentel comemoram mais um ano de existência



O conselheiro Antonio Marcelo Grizotti, ainda exultante pela chegada dos seus 70 anos de idade e, conjuntamente com os 42 anos de vida em comum com a risonha esposa Ana Nery, ambos receberam as homenagens dos casais de amigos João Mesqueu/Carmen e José/Nazle Chalom



Manoel Aparecido Rodrigues somou mais uma primavera em sua existência ao lado da esposa, a fonoaudióloga Júlia Mie Nagakubo Rodrigues, e dos familiares Raimundo Yoshikazu Nagakubo e Wanderleya Batista Nagakubo



José Carlos Moreira Brandão Neto saudou a chegada dos seus 80 anos compondo mesa com a sua esposa Marina Bessa Brandão e os familiares Neyde Brandão Sá, Paulo Sá, Pedro Henrique Brandão, Nina Pereira Brandão, além do casal Marta e José Carlos Brandão comemorando 22 anos de casados.



O atleta sênior do futebol, Paulo Sérgio de Castro Correa comemorando mais um aniversário com os amigos Eliane, Eduardo, Mônica e Fernanda



O conselheiro Orlando Barcellos comemorou o seu aniversário natalício e, também, a passagem dos seus 52 anos de feliz matrimônio com a esposa Neide e na companhia dos casais de amigos conselheiros Carlos ALberto/Marisa e Carlos Copello /Elza”



Ruth Kauffmann festejando seu aniversário ao lado do esposo Michel Ladezenski e do, também, aniversariante Fernando Santana que acompanhava sua querida filha Carmen Lúcia



Hamilton de Lima Pereira confraternizando com Ana Magnólia Coutinho Pereira e o casal de amigos, a pintora Raquel e o conselheiro Silvio Costa



Os aniversariantes Marcelo Gouveia e Caio Lewenkopf comemorando com as respectivas esposas Marta Gouveia e Aline Lewenkopf



A jovem Helena Oliveira comemorando seus 11 anos ao lado do papai Paulo, da mamãe Simone e da irmã Marlene



A associada Conceição Nara Gomes festejando seu aniversário com os amigos Michel Khoury, Marlene e Carlos Rebordão



A aniversariante Tilde Quintanilha recebe o carinho do esposo Tuninho e dos amigos Eliana e Roberto



A aniversariante Nancy Vicente de Carvalho em clima de festa com o filho Jonas Vicente de Carvalho Boechat e amiga Iraci Ferreira da Silva



A aniversariante Selma Medina Quintanilha comemorando a chegada de mais uma primavera ao lado de Belinha Caldas e Tony Clark



O aniversariante Marcelo Vieira Peixoto Almeida festejou ao lado da esposa Renata Rodrigues Frias



O aniversariante Evandro de Britto confraternizando com a esposa Inês Pinto de Brito e os familiares Egle de Britto e Maria Carmen Baeta de Britto



A aniversariante Luiza Oliveira confraternizando com os amigos João Paulo, Nancy e Enoe



O aniversariante Jesus Ribeiro confraternizando com a esposa Isabel



O conselheiro Joary Fernandes Lima comemorando com a esposa Waldereiz P. Lima



O aniversariante Jorge das Neves comemorando ao lado da esposa Marilena Monteiro das Neves, do amigo Paulo Moraes de Oliveira VP de Divulgação e Marlene Moraes de Oliveira



As aniversariantes Eliana de Oliveira e Nícia Maria Machado comemorando com os amigos



O casal Eliana e Roberto comemorando 39 anos de casados ao lado dos amigos Tilde e Tuninho



O aniversariante Odali Dias Cardoso presidente do Conselho Deliberativo confraternizando ao lado da esposa Dr.<sup>ª</sup> Nilcéa Neder Cardoso



O aniversariante José Hamilton Magalhães comemorando com a esposa Norma Amaral de Magalhães



A aniversariante Amélia Antunes confraternizando com o esposo Ademir Antunes e sua mãe Nerice



A aniversariante Regina Torres confraternizando com Rachel de Luca, Ian Paulo Bastos, Maria Paes e Décio Macedo



O aniversariante Guilherme comemorando com a esposa Rose e amigos



A aniversariante Velma Linhares comemorando com Elzemar Araújo



O aniversariante Sérgio Mauro comemorando com Leila





O tradicional "Parabéns para você"!!!



O aniversariante Alberto Dellopes comemorando com a esposa Maria da Glória Lopes



O aniversariante Marco Aurélio VP Financeiro comemorando ao lado da esposa Luciene, da mãe Astrogilda e dos casais de amigos Mariana/João José e Mário/Ruth



Maria Rita Mendonça comemorando a chegada de mais um ano ao lado da amiga-irmã Cláudia Soares Nascimento



O aniversariante Walter confraternizando com a esposa Suely e amigos



**Crepes Cabral**

Os nossos crepes são tipicamente franceses, feitos de forma bem artesanal à frente dos convidados de acordo com o recheio escolhido. O crepe é servido a vontade tanto nas opções de recheios como na quantidade que venha a comer.

**Recheios salgados**

- CAMARÃO COM CATUPIRY
- CARNE SECA
- CALABRESA COM QUEIJO E CEBOLA
- ESPINAFRE COM MOLHO BRANCO E CHAMPIGNON
- FRANGO COM CATUPIRY
- PALMITO COM ERVAS
- QUATRO QUEIJS
- QUEIJO TOMATE E MANJERICÃO
- QUEIJO COM PRESUNTO
- MANHATTAN
- NOVA YORK

**Recheios doces**

- ABACAXI COM DAMASCO
- BANANA AÇÚCAR E CANELA
- CREPE DE SUZETTE
- CREPE DE CHOCOLATE
- DOCE DE LEITE
- GOIABADA COM CATUPIRY
- MORANGO COM CHOCOLATE + ACOMPANHAMENTOS

**Levamos todo o material necessário para a preparação dos crepes**

Tel.: (21) 2218-6691 ou 3279-2869 - Diretor Cabral - 9764-9118



### Orlando e Nova York

Saída: 19 de junho

- Traslados de chegada e saída em New York (Privativo).
- 10 noites de hospedagem em Orlando
- 04 noites de hospedagem em Nova York
- Aluguel Carro em Orlando
- Seguro de Viagem

A partir de **US\$ 2.834,**  
+ taxas por pessoa em apto quádruplo

A partir de **US\$ 3.356,**  
+ taxas por pessoa em apto duplo

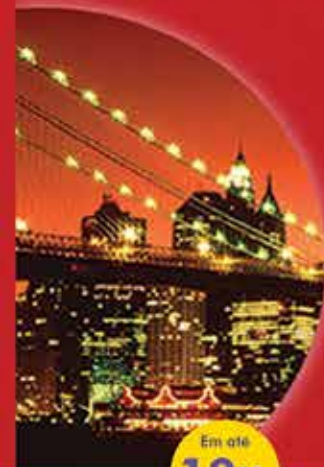
### Orlando

Saídas em junho e julho

- Passagem aérea
- 12 noites de hospedagem
- 13 dias de aluguel de carro compacto
- Seguro viagem

A partir de **US\$ 2.179,**  
+ taxas por pessoa em apto quádruplo

A partir de **US\$ 2.539,**  
+ taxas por pessoa em apto duplo



### Nova York

Saída: 21 de julho

- Aéreo voando TAM
- 6 noites de hospedagem
- Seguro viagem

A partir de **US\$ 2.749,**  
+ taxas por pessoa em apto quádruplo

Em até  
**10x**  
sem juros

### Canadá e Nova York

Saídas: 28/08\* e 25/09

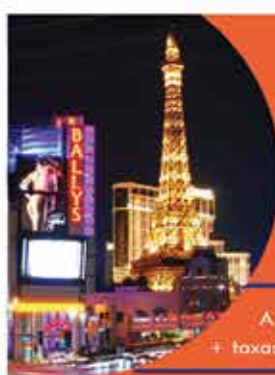
- Passagem aérea

Visitando:

Nova York, Boston, Quebec  
Montreal, Ottawa, Toronto,  
Niagara Falls  
Washington e Philadelphia

\*A partir de **US\$ 2.904,**  
+ taxas por pessoa em apto quádruplo

\*A partir de **US\$ 3.465,**  
+ taxas por pessoa em apto duplo



### Las Vegas

Saída: 26 de julho

- Passagem aérea
- 6 noites de hospedagem
- Traslados de chegada e saída
- Seguro viagem

A partir de **US\$ 1.901,**  
+ taxas por pessoa em apto duplo

Em até  
**10x**  
sem juros



### MSC LÍRICA

Temporada 2014 / 2015

Reveillon 2014/2015 - Copacabana  
De 27/12 a 03/01

Rio de Janeiro - Salvador - Cabo Frio  
Copacabana - Ilhabela - Rio de Janeiro

A partir de entrada de **US\$ 154,**  
+ 10 x de **US\$ 137,80**  
preço por pessoa em cabine vista mar (dupla)  
com todas as taxas e seguro incluso

Consulte  
outras saídas



### Paris - Roma - Zurique

10 dias - saídas às 3ª feiras

- 3 noites em Paris,
- 3 noites em Roma, 1 noite em Florença
- 1 noite em Veneza,
- 1 noite em Zurich

A partir de **US\$ 1.610,**  
Parte terrestre - em apto duplo  
de abril a outubro de 2014

A partir de **US\$ 1.470,**  
Parte terrestre - em apto duplo  
de nov/2014 a mar/2015



### Lisboa - Madri - Roma

10 dias - saídas às 3ª feiras

- 2 noites em Lisboa (Fátima)
- 2 noites em Madri
- 1 noite em Barcelona
- 1 noite em Nice
- 3 noites em Roma

A partir de **US\$ 1.505,**  
Parte terrestre - em apto duplo  
de abril a outubro de 2014

A partir de **US\$ 1.370,**  
Parte terrestre - em apto duplo  
de nov/2014 a mar/2015



R. Cel. Moreira César, 229 loja 216 - Shopping Icarai  
Icarai - Niterói - email: icarai@clubeturismo.com.br  
**Tel.: (21) 3674-3008**

Preços por pessoa em dólares americanos, a serem convertidos para reais no dia do pagamento. Reservas sujeitas à disponibilidade e preços sujeitos a alteração sem aviso prévio. Não estão incluídas taxas (embarque, segurança etc)

# Viva sem preocupações. Viva MegaVida.

## PREÇOS COMPETITIVOS CONTRATAÇÃO ATÉ 85 ANOS

**MegaVida** é o seguro de Vida exclusivo para os associados da AAPBB, seus cônjuges, pais, filhos e netos. Podem associar-se a AAPBB os Aposentados, Pensionistas ou funcionários em atividade do BB, PREVI e CASSI. O **MegaVida** foi desenvolvido com maiores vantagens, contribuindo para a melhor qualidade de vida da família, confira:

### DOENÇAS GRAVES

É uma cobertura que o MegaVida possui na contratação do Plano Total. Em decorrência do diagnóstico de alguma das doenças abaixo, no período de vigência da apólice, essa cobertura possibilita que o segurado receba em vida o capital segurado contratado para essa garantia.

Câncer Metastático; Infarto Agudo do Miocárdio (IAM); Acidente Vascular Cerebral – Derrame (AVC); Falência do Rim (Insuficiência Renal Crônica); Transplante de órgão Vital; Perda de 80% ou mais da visão bilateralmente; Mal de Alzheimer; Esclerose Múltipla; Doença de Parkinson.

### PARECER MÉDICO AUXILIAR INTERNACIONAL

Sem nenhum custo adicional, coloca ao seu alcance, especialistas dos maiores e melhores centros de excelência médica mundiais. Duke University Health System; Leon Levine Science Research Center; Medical Sciences Research Building; Massachussets General Hospital; Brigham & Women's Hospital; Dana-Farber CancerCare; UCLA Healthcare – University of California Los Angeles; UCLA Medical Center; Santa Monica - UCLA Medical Center ; Stewart and Lynda Resnick Neuropsychiatric Hospital; Mattel Children's Hospital; UCLA Medical Group.

### COBERTURAS

Existem três opções de planos que o segurado poderá optar:

**Plano Total:** Coberturas de Morte; Indenização Adicional por Morte Acidental (IEA); Invalidez Permanente por Acidente (IPA) e Doenças Graves (DG).

**Plano Especial:** Coberturas de Morte; Indenização Adicional por Morte Acidental (IEA) e Invalidez Permanente por Acidente (IPA).

**Plano Básico:** Coberturas de Morte e Invalidez Permanente por Acidente (IPA).

O MegaVida possui amplos valores de coberturas para todas as faixas etárias



### SORTEIOS

Com o MegaVida você tem 4 chances por mês a um prêmio de R\$ 15.000,00 (sorteios pela Loteria Federal)

### ASSISTÊNCIA FUNERAL

Sem nenhum custo adicional, será concedido o benefício do Serviço de Assistência Funeral, limitado em R\$ 5.000,00

Este material possui apenas uma breve descrição do produto. Consulte as Condições Gerais do Seguro no site [www.aapbb.org.br](http://www.aapbb.org.br). O registro deste plano na SUSEP não implica, por parte da Autarquia, incentivo ou recomendação à sua comercialização. (art. 96 da circular SUSEP 302/05). A Aceitação do seguro estará sujeita à análise do risco.

Demais condições de contratação e detalhamento das coberturas contratadas estão disponíveis nas condições gerais do Seguro de Vida Itaú, registrado na SUSEP sob o número 10.004985/99-18

## SURGE UM BAR / LANCHONETE COMPLETAMENTE NOVO

O associado freqüentador assíduo de nossa sede social foi surpreendido com o fechamento da parte frontal do Bar, uma intervenção que vinha sendo motivo de estudos desde a interdição dos fiscais da Vigilância Sanitária.

Inicialmente foi contratada a empresa de arquitetura Jobim de Manutenção Patrimonial Ltda., das arquitetas Sandra Maria Gomes e Aline cuja equipe elaborou um projeto de revitalização das condições gerais das instalações para o funcionamento do Bar e Lanchonete que atendem os associados nas áreas de lazer do Clube. Para tanto, foram consideradas as principais necessidades do espaço e das exigências da última vistoria da fiscalização ao local, aliadas às solicitações da Diretoria da AABB.

No tempo, foi criada uma Comissão de Obras, representativa do Clube, para aprovação do projeto e acompanhamento da execução dos trabalhos.

Sandra, a arquiteta, revelou-nos que primeiramente foram feitos levantamentos atualizados de toda a área para verificar a situação dos materiais e equipamentos existentes. O resultado não foi bom, tudo estava deteriorado ou em péssimo estado de conservação. Os estudos foram direcionados ao dimensionamento das novas instalações de maneira a proporcionar um fluxo ordenado de tarefas sem o cruzamento na rotina de atendimento. Foi solicitada a criação de uma pequena cozinha para atendimento e elaboração de pequenas refeições.

Concluído o projeto, foi contratada a

empresa Ectra Engenharia, representada pelo engenheiro civil Humberto Rossi, que venceu a concorrência das consultas, pelo menor custo. A obra será executada em duas fases, sem grandes prejuízos para o atendimento ao público.

As intervenções da primeira fase, já concluídas, foram assim definidas pelo engenheiro Humberto:

- 1) Substituição e modernização do antigo quadro de luz, com redimensionamento das cargas e implantação do novo medidor, atendendo as normas de segurança;
- 2) Instalação de nova rede elétrica, com fiação, tomadas, interruptores substituídos;
- 3) Substituição e adequação das luminárias de acordo com as exigências da ANVISA, com luminosidade suficiente para execução das tarefas no local;
- 4) Novos revestimentos de piso e parede, bancas, metais, visando melhor higiene ao local;
- 5) Revisão e adequação de toda a instalação de gás, água quente e fria, hidráulica e esgoto;
- 6) Elaboração do projeto de exaustão com aprovação na GEM-Gerência de Engenharia Mecânica.

Para a segunda fase, que começou na segunda-feira 17/02, com previsão para conclusão em abril/14, a obra terá uma área de intervenção de 35 metros quadrados. E o novo Bar/Lanchonete será entregue ao associado com novos equipamentos, desde o fogão, coifa, balcões frigoríficos, prateleiras e escoregadores em aço inoxidável. Tudo novo!



## INSTALADO NOVO ELEVADOR

Cumprindo mais uma etapa das diversas prioridades eleitas pela Diretoria, no mês passado foi inaugurado o novo elevador que servirá para a condução dos idosos e pessoas com necessidades especiais a serem transportadas para o andar superior de nossa sede social.

O novo meio de transporte tem a capacidade para duas pessoas, está instalado ao lado do Bar e as instruções para seu uso estão colocadas em posição visível para o seu usuário.



# UM “HAPPY HOUR” DE VÁRIAS VOZES

O maestro Hilton Assunção continua com sua proposta musical no excelente “Happy Hour”, cantando e executando no teclado os maiores sucessos de todos os tempos e agradando seu público que cresce à cada apresentação.

Na quinta-feira, 20/2, Hilton contou com as “canjas” de sua esposa Ana Lúcia Marinho, no piano; e com as vozes dos amigos Sérgio, Fontinha e Cláudio que interpretaram canções de grandes compositores internacionais.

Hilton voltará ao Salão Galeria, no dia 20/03, e espera contar com a participação dos amigos para novas e bem-vindas “canjas” ao seu programa mensal.



## **B**INGO • Fotos digitais Carlos Cardoso

# BINGO SOCIAL

O Bingo Social se tornou um ponto de encontro para os associados que estão em busca de algumas horas de lazer e muita diversão. E para aqueles que contam com um pouquinho de sorte, ainda podem levar um dos prêmios oferecidos para a casa.

Venha conferir e prestigie uma tarde animada e muito agradável, os próximos bingos serão nos dias 12 e 26 de março, no Salão Galeria da AABB-Rio.



Os felizes ganhadores da quarta-feira dia 05 de fevereiro foram:  
**Aldenora** – CD da *Angela Maria*;  
**Márcia** – Sanduicheira/Grill;  
**Diva** – Panela elétrica para arroz;  
**Idalina** – Kit do Boticário e CD do *Roberto Carlos*;  
**Otília** – Bolsa de praia e canga;

**Neide** – Kit do Boticário;  
**Anita** – Pedra para assar Pizza e conjunto de banheiro;  
**César** – Máquina de fazer crepe;  
**Iracema** – Conjunto de toalhas de banho;  
**Rosilda** – Colcha de Matelassê;  
**Ivone** – Conjunto de frios e conjunto de banheiro;



## Biblioteca Alexandre Caminha

Livros Novos

### FICÇÃO.....

- O CHAMADO DO CUCO - Robert Galbraith  
 MAGO MESTRE, V.2 - Raymond E. Feist  
 CIDADES DOS OSSOS, V. I - Cassandra Clare  
 SOB A REDOMA - Stephen King  
 CERBERUS - Leonardo Monte  
 AS LUZES DE SETEMBRO - Carlos Ruiz Zafón  
 BRIDGET JONES: LOUCA PELO GAROTO - Helen Fielding  
 FEDERICO EM SUA SACADA - Carlos Fuentes  
 O CLUBE DOS FEIOS - Carlos Trigueiro  
 O JULGAMENTO DE GABRIEL, V.2 - Sylvain Reynard

### NÃO-FICÇÃO.....

- DÉCADA PERDIDA: DEZ ANOS DE PT NO PODER - Marco Antonio Villa  
 OS SEGREDOS DO PAI-NOSSO - Augusto Cury  
 CONTOS DO DIA A DIA - Zíbia Gasparetto  
 MULHERES FRANCESAS NÃO DORMEM SOZINHAS - Jamie Cat Callan  
 O CÓDIGO DA CURA - Dr. Alexander Loyd  
 VINTE ANOS E UM DIA - Jorge Semprún  
 OPRAH: UMA BIOGRAFIA - Kitty Kelley  
 MARILYN E JFK - François Forestier  
 ZELOTA: A VIDA E A ÉPOCA DE JESUS DE NAZARÉ - Reza Aslan  
 A LISTA DE SCHINDLER - Mietek Pemper

### INFANTO-JUVENIL.....

- ELA DISSE, ELE DISSE: O NAMORO - Thalita Rebouças e Maurício de Sousa  
 CAIR DAS TREVAS (AMADA IMORTAL), v.2 - Cate Tiernan  
 UM GRITO DE SOCORRO - Alcides Goulart  
 OS CUPINS: O SUMIÇO DAS NOTAS DO PIANO - Roberto Machado Junior  
 PÉROLA E A BONECA - Wendy Harmer  
 MINHOCAS COMEM AMENDOINS - Élisabeth Géhin  
 O ALFABETO DAS FÁBULAS - Edições TodoLivro  
 MANUAL DA DELICADEZA DE A a Z - Roseana Murray  
 O PATINHO FEIO - Rai Kids – Editorial Libsa  
 A PEQUENA SEREIA - Maurício de Sousa

“Recomendamos a leitura dos livros abaixo que fazem parte de nosso acervo”



### SEU AMIGO ESTEVE AQUI.

Cristina Chacel.

Este livro conta a história do preso político Carlos Alberto Soares de Freitas, que desapareceu em 15 de fevereiro de 1971 e nem seu corpo foi encontrado. Costurando pesquisas e informações fragmentadas a autora reconstitui pela primeira vez essa história passada durante a ditadura militar.

Escrito em clima de suspense, o livro traça o perfil de um militante que viveu seus últimos anos na mais absoluta clandestinidade.



### EM NOME DE SALOMÉ.

Julia Alvarez.

Este livro conta a história de duas mulheres – mãe e filha, uma, poeta, a outra, professora que passou a vida no anonimato. Ambientada na politicamente caótica República Dominicana do final do século XIX, baseia-se na vida real de uma família instável, intelectual e romântica.



### ESPELHO PARTIDO.

Mercè Rodoreda.

Este é um livro de bastidores, onde os antigos criadores contam as lendas e os mistérios que envolvem uma família onde todo mundo se apaixona por quem não deve se apaixonar. E com isso o passado surge como os tentáculos de um polvo negro e viçoso. Expoente da cultura catalã moderna a heroína é uma combinação explosiva de origem humilde, beleza rara, inteligência e instinto de sobrevivência.



## PISCINAS SOB ILUMINAÇÃO “EASY LIGHTING”

Toda a área do complexo de piscinas da AABB-Rio está agora sob os efeitos de uma nova iluminação, mais clara e menos dispendiosa. Ao exemplo do que aconteceu com a Biblioteca, o projeto destinado às piscinas e seus arredores, desenvolvido pela empresa EASY-LIGHTING – SOLUÇÕES TÉCNICAS EM ILUMINAÇÃO LTDA. (Tels. (21) 2539-1656 - Cel.: (21) 9 9679-2815), foi implantado pelo engenheiro Claudio Martins e seu auxiliar engenheiro Luiz Fernando, com o foco na racionalização do fornecimento de luz, gerando outras vantagens acessórias.

Segundo o VP João José Pereira, a adoção das mudanças deve-se, em primeiro lugar, pela observação do resultado do projeto Biblioteca, que teve a aprovação do associado visitante do setor e, em segundo plano, com a demonstração feita pelos técnicos contratados,

que nos permitiu obter, como vantagem econômica, uma redução de custos de fornecimento de energia em torno de 50%. Explicando melhor, anteriormente usávamos 8 lâmpadas de 500 watts que produziam um fornecimento de 4.000 watts luz e., com a mudança implantada, passa a produzir 2.000 watts luz, com 8 lâmpadas de 250 watts.

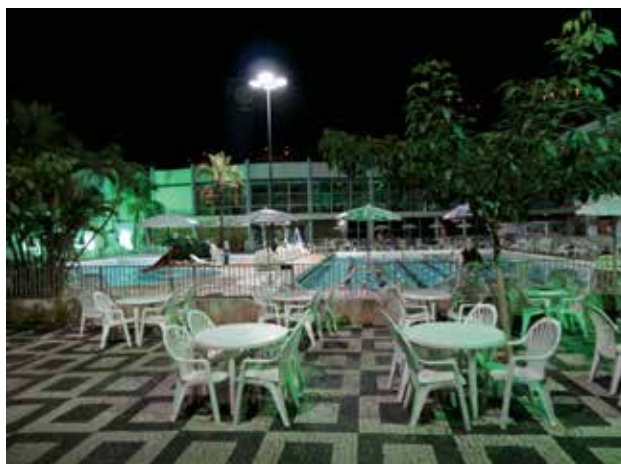
Para o engenheiro Cláudio, a ex-

planação do projeto vista por um novo ângulo, que ele mesmo declina: “A revitalização oferece à área muito mais iluminação (luxes) por muito menos gasto em kWh (R\$). Ou seja, o aumento da iluminação (luxes) acontece sem se gastar um centavo a mais de energia elétrica”.

Como vantagem acessória, argumentou o engenheiro: “O investimento será uma fração da economia anual.

Antes, o associado tinha no piso 40 luxes de iluminação e hoje desfruta de 240 luxes. E é perceptível que a revitalização da iluminação acompanha a valorização do patrimônio do Clube”.

Para citar o aproveitamento de material já existente, aplicado no projeto, o engenheiro concluiu, citando o Protocolo Verde: “A eliminação de desperdícios, a eficiência energética e o uso de materiais reciclados são práticas que devem ser estimuladas em todos os níveis operacionais”.



## TARDE ANIMADA PARA A CRIANÇADA!!!

O domingo 23 de fevereiro foi marcado com muita diversão para as crianças presentes na nossa AABB-Rio. Com direito a contação de histórias e atividades lúdicas, além do lançamento do livro infantil "De um ponto Eu traço o conto" de Verônica de Mello e Júlia Travassos, que fez muito sucesso entre os pequenos.



## QUANDO CHEGA O CARNAVAL

"Vestidos de Odalisca, Batman ou Pirata ingressamos no mundo da ilusão. É o carnaval que chega trazendo alegrias dentro de nossos corações."

E o carnaval chegou! Blocos surgiam pelas ruas alegremente, quase todos portavam máscaras e com estes disfarces, dançavam e cantavam. E havia os que somente ficavam nas laterais, observando. Então me pus a pensar: será que só no carnaval usamos máscaras?

O que dizer da esposa, aborrecida com o marido, respondendo ao seu chamado: "Já vou, meu amor."; da empregada, sorrindo e concordando com a patroa que a manda varrer novamente a varanda, pois não gostou da limpeza; da artista, preterida por outra pelo Diretor de Cena: "Claro, aceito a troca."; do filho, que no computador responde ao chamado insistente do pai: "Já vou, paizinho"; da vendedora, que desceu toda a mercadoria à freguesa que nada comprou: "Pois não, madame, sempre às ordens."; e da mocinha pobre ao ancião rico: "Te amo tanto, querido!".



E por aí vai, vestimos a máscara da cordialidade, quando por dentro a revolta e a raiva imperam. Vejamos o trio Colombina, Pierrot e Arlequim. Colombina abandona o virtuoso Pierrot e se entrega ao esperto Arlequim. Quantos na vida real são os Pierrôs. E os que se vestem de Batman, Super-Homem e, na verdade, são crianças amedrontadas vestindo a roupagem da força e da audácia; E os gays aproveitando para ser a mulher de sua fantasia. Não existe época melhor para ser ou aparentar o que gostariam de ser. Vestimos máscaras para esconder frustrações e decepções em nossas vidas.

Portanto, que o carnaval seja bem-vindo, pois transforma todos naquilo que desejam ser. É hora de rir, brincar e esquecer um pouco da realidade de cada um. E que venha o carnaval!!!

(\*) Associada, jornalista e colaboradora da Revista da AABB-Rio.



# Convênios

## Assistência de enfermagem

CUIDAMOS DE QUEM VOCÊ AMA!



### Assistência de Enfermagem e Cuidadores de Idosos

Agende uma avaliação grátis!

Tel: (21)3597-2583 - Call Center 24h (21) 7702-7161  
www.padraoenfermagem.net.br

## Curso de Idiomas



**INGLÊS - ESPANHOL  
PORTUGUÊS PARA ESTRANGEIROS**

TURMAS REGULARES - INDIVIDUAIS - TOEFL - IMERSÃO

MAIS INFORMAÇÕES: (21) 2272-5450 CENTRO OU (21) 2491-3116 BARRA  
planidiomas@planidiomas.com.br / FANPAGE: facebook/planidiomas

健康

融合

均衡



**ANDRÉ YANO**  
MASSOTERAPEUTA e DIGITOPUNTURISTA

## Problemas de Coluna?

Dores causadas por desnível da cintura escapular e cintura pélvica, atingem mais de 90% da população

O massoterapeuta e digitopunturista André Yano realizou uma pesquisa e constatou que 90% da população sofre de dores na coluna provocadas pelo desnível da cintura escapular (cervical) e da cintura pélvica (lombar), deixando braço e perna mais curta, ocasionando:

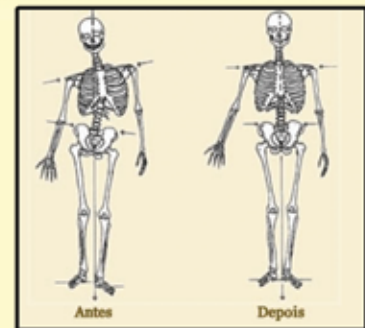
### Sintomas da cervical

(cervicalgia, má circulação, dor de cabeça, tonteira, zumbido, dor no pescoço e nas costas).

### Sintomas da cintura pélvica

(lombalgia, má circulação, dores: ciática, joelho, planta dos pés, artrose).

A base fundamental do tratamento é o realinhamento da cintura escapular e da cintura pélvica, deixando braço e pernas iguais.



Horários:

2ª a 6ª de 9:00 às 18:00h  
Sábados na parte da manhã  
9:00 às 12:00h

**Não sofra mais! Ligue e marque uma visita**

Tels: (21) 2547-2154 / (21) 99562-3620

problemasdecoluma@andreyano.com.br  
www.andreyano.com.br

Consultório em Copacabana

# A COOPERATIVA FEITA DE HISTÓRIAS

Todos os anos e por quase 3 décadas, no terceiro mês, a COOPERFORTE - a maior Cooperativa de Crédito do País - reúne na Capital Federal os 30 Delegados, representantes dos associados de todas as unidades federativas, para contar a história do sucesso alcançado no exercício que passou. Relembra a iniciativa dos 33 pioneiros, funcionários do Banco do Brasil, que se uniram sob o manto sagrado do Cooperativismo, acenando com os valores da amizade, solidariedade e ajuda mútua, para criar em 21/08/1984, a COOPERFORTE, próxima a completar os seus gloriosos 30 anos.

Os relatos dos últimos 15 anos estão recheados de capítulos memoráveis, demonstrando em números a pujança empresarial e o crescimento mesmo em tempos de crises. Para os seus associados que hoje alcançam a formidável marca das 125 mil almas, sua Diretoria garante e comprova, pelos resultados levantados, que o progresso é impulsionado simplesmente pela rigorosa adoção dos fundamentos econômico-financeiros, assim descritos em seus balanços:

a) empréstimos e aplicações, ofe-

recidos a preços e qualidade atrativos, disponibilizados em todo o país, por telefone, internet e "móvil", diretamente na residência do associado;

b) público-alvo de classe média, sempre crescente;

c) observa fielmente a filosofia cooperativista de solidariedade, de confiança e ajuda mútua, com crédito a custo favorável e adequada remuneração das aplicações;

d) nível de reservas adequado, inadimplência quase a zero, prudente administração dos recursos dos credores e devedores;

e) continuidade administrativa que dá credibilidade e sucesso empresarial à Cooperativa.

Uma pesquisa de opinião levantada no ano passado, ouvidos 800 associados residentes em cada recanto do país, entre eles 400 tomadores e 400 aplicadores, alcançou os índices de aprovação de 99,1% a 99,4%, para as respostas sobre os quesitos:

a) solidez, confiança e segurança;

b) simplicidade na aprovação de crédito;

c) rapidez e agilidade na liberação de recursos;

d) equipe qualificada;

e) informações claras e precisas;

f) rapidez na resposta aos associados.

A postura administrativa da Diretoria foi reconhecida por Instituições das áreas de Comunicação e Telemarketing que lhes concederam, em 2013, os prêmios ABT, este nas categorias comunicação pelas campanhas Compartilhe Cooperforte e Caminhos da Felicidade.

A Cooperforte está inserida nos preceitos ditados pela Política Nacional do Cooperativismo (Lei 5764/1971); ordenados pela Lei Complementar (130/2009) que dispõe sobre o Sistema Nacional de Crédito Cooperativo; pelo Banco Central do Brasil, através da Resolução 3859/2010 que altera e consolida as normas relativas à constituição e a autorização para o funcionamento, as alterações estatutárias e o cancelamento de autorização de cooperativas de crédito. Por esta lei a Cooperforte foi autorizada a associar além dos funcionários do Banco do Brasil, também os servidores das demais instituições financeiras públicas federais (BACEN, CAIXA, BASA, BNB, BNDES), incluindo entidades componentes de seus conglomerados e seus familiares e que alterou a sua denominação para Cooperativa de Economia e Crédito Mútuo dos Funcionários de Instituições Financeiras Públicas Federais, Ltda.

As Assembleias Geral Ordinária e Extraordinária 2014, a serem realizadas em Brasília (DF), obedecerão ao seguinte programa:

#### **Dia 29/03/14**

Prévia - AGO / AGE 2014 - Cooperforte;

#### **Dia 30/03/14**

AGO / AGE 2014 - Apresentação do Relatório do Conselho de Administração e a prestação de contas do exercício de 2013, pelo presidente José Valdir Ribeiro dos Reis; Deliberação sobre a destinação das sobras; Assuntos Gerais.

## Seus olhos em boas mãos



**Núcleo de  
Microcirurgia  
Ocular**

Consultores e Microcirurgões de Olhos

**LEBLON** - R. Carlos Góis 375 | Gr. 407

Tel: 21 2274-2901 | 2274-4746

**CENTRO** - R. Nilo Peçanha 50 | Gr. 2001

Tel: 21 2532-6645 | 2532-7365

**COPACABANA** - R. Santa Clara 70 | Gr. 1107

Tel: 21 2548-4900 | 2548-7100

**BARRA DA TIJUCA** - Av. das Américas 3301 | Bl. 5 | Gr. 304

Tel: 21 2259-2699

**URGÊNCIAS 24h**  
Tel: 21 8496-0650

Direção: Dr. Carlos Halfeld  
CRM 5260304-2

◆ Convênios e Particular ◆



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

**Tavares Advocacia**

Cível - Família - Sucessões - Consumidor  
Empresarial - Trabalhista - Obrigações e  
Contratos - Responsabilidade Civil  
Imobiliário - Previdenciário - Bancário  
Juizados Especiais

Aposentado - Cesta Alimentação  
Incorpore o auxílio Cesta Alimentação  
a sua aposentadoria

Av. Franklin Roosevelt, 126 / Sl. 408  
Centro - Rio de Janeiro - RJ  
www.tavareseadvogados.com

Valdemiro Tavares

Atuamos junto à PREVI e Banco do Brasil

**Tel: (21) 2220-3604**



**CDI**

**Clínica Dermatológica de Ipanema**

Doenças da pele, cabelos e das unhas

Consultas: Particular e Convênios

Cassi - Unimed - Petrobras - Saúde Caixa - GEAP - Assim  
Caberj - Sul América - Unafisco - Bradesco

Rua Farne de Amoedo, 106 - Ipanema - Rio de Janeiro - RJ

**Tel: 21 2287-0453**



**Dr. Hugo de Castro**     **Dra. Paula S. de Castro**

**Cirurgia Plástica da Barra**

Todas as cirurgias estéticas faciais e corporais  
Cirurgia dermatológica e câncer de pele

**Tel: (21) 2430-9340**

Centro Médico Barrashopping - sala 310 - Barra da Tijuca - RJ



**Periodontia e Prótese Dental**

**Dr. Mário Kruczan**  
CRO: 12376

Tratamento de Gengivas  
Dentes com Mobilidade  
Enxertos e Implantes  
Prótese de Precisão

Atendimento pela tabela do Banco do Brasil

R. Siqueira Campos, 59 / Sl. 906 - Ed. Medical Tower

**Tel: 2236-0501**

## SERESTA

Uma nova versão da Noite dos Seresteiros aconteceu no dia 14 de fevereiro no Salão Galeria, diante de exigente plateia que ouve, aplaude e, também, participa cantando.

Cantores saudosistas de alto nível brilharam e encantaram o público presente com belas performances, recebendo generosos aplausos a cada final de apresentação.



## “EXPOSIÇÃO ARTE AUTISMO”



Em comemoração ao Dia Mundial de Conscientização do Autismo a AABB-Rio traz a exposição “Arte autismo” – com o Pintor Autista Filipe. O início será no dia 01 de abril, com movimentação itinerante e nos dias 02 e 03 de abril, será aberto para visitaçao de 10 às 22 horas, no Salão Nobre. Venha conferir!!!



**Prof. José Figueiredo Penteado**  
CRM: 52.03721-0

**CONSULTAS**

**ENDOSCOPIAS**

**HÁLITO**

**GASTRITE**

**COLITE**

**HEPATITE**

**PRISÃO DE VENTRE**

**DIVERTICULOSE**

**Botafogo**

R. Voluntários da Pátria 190 / 724  
Tel: (21) 2539-1217 / 2539-1397

**Barra:**

Av: Luiz Carlos Prestes 410 / 107  
Tel: (21) 3325-0484 / 2104-9540

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

[www.centrodohalito.com.br](http://www.centrodohalito.com.br) - [www.endorio.com.br](http://www.endorio.com.br)

Email: [riogastro@riogastro.com.br](mailto:riogastro@riogastro.com.br)



# Notícias do Departamento de Esportes

## DETEC



### 1 - BOLÃO DO CARIOÇÃO 2014:

Com o Campeonato de Futebol Profissional do Estado do Rio de Janeiro recomeça a competição entre os "palpiteiros" da AABBI-Rio.

Aproveitamos a oportunidade para convidar os associados a continuar dando seus palpites nos jogos dos domingos, do referido campeonato, tornando assim, a competição entre os "palpiteiros" cada vez mais disputada e divertida.

Lembramos que os convidados de associados podem participar do BOLÃO, mas não têm direito a premiação, pois a mesma é destinada exclusivamente aos associados da AABBI-Rio.

#### ENTENDA COMO FUNCIONARÁ O "BOLÃO" DO CARIOÇÃO 2014:

- Nos jogos realizados aos domingos: os interessados em participar devem adquirir a "ficha de palpites", com o funcionário de plantão que estará à disposição dos associados a partir de quarenta minutos antes do início do primeiro jogo, em frente ao Salão Galeria, situado à direita do hall de entrada do clube;

- Cada participante recebe uma ficha que deve ser preenchida e devolvida ao referido funcionário, antes do início dos primeiros jogos do respectivo domingo.

- Em cada rodada, o DETEC contatará o vencedor da mesma, por telefone ou e-mail, para que o mesmo possa receber o Vale-Lanche de vencedor da rodada.

- Esse Vale-Lanche deverá ser apanhado no DETEC até 10 (dez) dias após o contato feito pelo Departamento, no horário de 13:00 às 20:00 horas, de 3ª às 6ª feiras, e poderá ser utilizado até 15 (quinze) dias após o recebimento do mesmo. Após esse prazo, o Vale-Lanche perderá sua validade. Deve ser ressaltado que a não-retirada do Vale-Lanche no prazo especificado acima implica na perda do direito ao mesmo.

- O vencedor final será o associado (a) que somar o maior número de pontos ao longo de toda a competição.

#### REGULAMENTO:

A - Placar Correto = .....5 (cinco) pontos;

B - Placar do Vencedor = .....3 (três) pontos;

C - Placar do Derrotado = .....2 (dois) pontos;

D - Empate sem acertar o placar = .....3 (três) pontos;  
E - Vencedor sem acertar o placar = .....1 (um) ponto.

#### PREMIAÇÃO:

1º Lugar – Camisa Polo do time do coração

2º Lugar – Bandeira do time de coração

3º Lugar – Bola de futebol

### 2- BASQUETEBOL

#### 18º ANIVERSÁRIO DO GVBAR:

O Grupo de Veteranos de Basquetebol da AABBI-Rio completará sua maioria no próximo dia 1º de abril, e no dia 05 de abril será realizado o Torneio do 18º Aniversário do GVBAR, no ginásio de esportes, com início previsto para as 09:00 horas.

Todos os associados estão convidados, e os que quiserem participar do Torneio deverão comparecer com uma camisa azul e outra amarela.

Para maior conhecimento do GVBAR, que está aberto a todos os associados, verifique o blog:

<http://gvbar.blogspot.com.br/>

### 3 - FUTSAL:

#### 3.1 - COMPETIÇÕES DE FUTSAL:

Na Temporada Esportiva de 2014, a AABBI-Rio competirá nos Campeonatos da UFSERJ (União de Futsal do Estado do Rio de Janeiro), que serão iniciados em na 1ª quinzena de março, nas seguintes categorias:

Sub-09 = atletas nascidos em 2005 e 2006;

Sub-11 = atletas nascidos em 2003 e 2004;

Sub-13 = atletas nascidos em 2001 e 2002.

#### 3.2 - ESCOLINHA DE FUTSAL:

Devido a grande procura, a K-Esportes oferece novos horários para as aulas de basquetebol:

3ª e 5ª feiras:

09:30 às 10:30 horas = crianças de 04 a 07 anos;

16:00 às 17:00 horas = crianças de 03 a 05 anos;

17:00 às 18:00 horas = crianças de 06 a 07 anos;

18:00 às 19:00 horas = crianças de 08 a 09 anos;

19:00 às 20:00 horas = crianças de 10 a 11 anos.

4ª e 6ª feiras:

17:00 às 18:00 horas = adolescentes de 12 aos 14 anos;

18:00 às 19:00 horas = crianças de 08 a 09 anos;

19:00 às 20:00 horas = crianças de 10 a 11 anos.

Maiores informações: professor Kleper = 97820-5517

### 3. - NATAÇÃO: CIRCUITO ESTADUAL DE MÁSTER E PRE- MÁSTER 2014:

Está com o seu início previsto para a primeira quinzena de abril, em datas que dependem de confirmação pela Federação Aquática do Estado do Rio de Janeiro (FARJ).

### 4 - TÊNIS:

#### 4.1 - "BABY-TÊNIS":

A empresa M&R Fitness responsável pela administração da Escolinha e dos Treinamentos de Tênis na AABB-Rio, tentando atender solicitações de diversos associados, oferecerá com início no mês de abril próximo, cursos de "BABY-TÊNIS" para crianças a partir de cinco anos de idade.

As aulas serão ministradas para grupos, com metodologia especial de acordo com normas internacionais recomendadas pela ITF (International Tennis Federation), para a Iniciação das crianças no "mundo do tênis".

Os cursos de "BABY-TÊNIS" serão ministrados sob a coordenação dos professores: Guilherme Prata, Regnier Azevedo e Rogério Vilela.



#### Informações:

**Guilherme Prata**

**98899-6775;**

**Regnier Azevedo**

**97921-5432;**

**Rogério Vilela**

**99782-9257.**

*Professores responsáveis  
pelos cursos de "BABY-  
TÊNIS": Rogério Vilela,  
Regnier Azevedo e  
Guilherme Prata*

### 4.2 - TORNEIO DE TÊNIS DO 86º ANIVERSÁRIO DA AABB-RIO:

No período de 10 a 25 de maio, será realizado o tradicional TORNEIO DE ANIVERSÁRIO DA AABB-RIO; competição aberta para todos os associados, independentemente de gênero, idade e nível técnico. As inscrições poderão ser efetuadas pelo próprio associado, no Mural do Tênis, localizado na praça do tênis, no período de 01 de Março a 03 de maio de 2014.

#### As categorias em disputa serão:

- Simples Feminina;
- Simples Masculina "A";
- Simples Masculina "B";
- Simples Masculina "C";
- Dupla Feminina;
- Dupla Masculina "A";
- Dupla Masculina "B";
- Dupla Masculina "C"; e
- Dupla Mista.

### 5 – TORNEIOS DE ANIVERSÁRIO DA AABB-RIO:

Durante o próximo mês de maio o DETEC pretende realizar alguns torneios comemorativos do 86º aniversário de fundação da AABB-Rio.

O DETEC nutre a expectativa de que os associados se motivem e se mobilizem para participar dessas competições internas, que para a sua concretização, dependem exclusivamente da vontade e motivação dos associados.

Seguem algumas informações preliminares, que devem servir de orientações básicas.

#### Importante:

Todo associado(a) inscrito(a) em qualquer torneio, deverá apresentar um Atestado Médico, que libere o mesmo(a) para a prática da respectiva modalidade, objeto da inscrição.

Os torneios que serão programados, ocorrerão durante o mês de aniversário do clube, ou seja, durante o período de 1º a 31 de maio próximo vindouro, nas seguintes modalidades esportivas:

- Basquetebol;
- Futebol Society;
- Futsal;
- Sinuca;
- Tênis;
- Squash;
- Voleibol, e
- Xadrez.

**Direito de Ouvir**<sup>®</sup>  
APARELHOS AUDITIVOS

**Julia Mie Nagakubo Rodrigues**  
Fonoaudióloga - CRF<sup>®</sup> 11639/RJ

**SOLUÇÕES AUDITIVAS SOB MEDIDA PARA VOCÊ!**



**Descontos  
especiais**  
para associados



**Parcelamento  
em até 10x  
sem juros**



**1 ano de pilha  
grátis**

Av. Nossa Senhora de Copacabana, 1226 | Sala 801 | Fones: (21) 4062.0606 / 99237.6237  
www.direitodeouvir.com.br | [f](#) /Rede-de-Clínicas-Direito-de-Ouvir-CopacabanaRJ

*Aparelhos incoercíveis.*

**Observações:**

- nas modalidades de esportes coletivos (basquetebol, futebol society, futsal e voleibol), as equipes devem ser organizadas pelos associados interessados em participar desses torneios de aniversário;

- para que esses torneios sejam efetivamente realizados, será necessário que pelo menos quatro equipes sejam inscritas em cada uma dessas modalidades;

- os horários das competições dessas modalidades serão estabelecidos em comum acordo entre o DETEC e os respectivos representantes das equipes.

Maiores informações no Departamento de Esportes:

E-mail: [aabb-detec@aabb-rio.com.br](mailto:aabb-detec@aabb-rio.com.br)

Fones: 2274-4350 ou 2274-4722 (ramal 436), após as 13:00/20:00 horas.

**6 – XADREZ:**

As aulas de Xadrez serão reiniciadas no mês de março, às 3ª e 5ª feiras, no horário de 14:00 às 18:00 horas, na Sala de Xadrez do clube.

Caso seja necessário, outros horários poderão ser oferecidos em função de novas demandas.

Informamos também que o professor de Xadrez da AAB-B-Rio, Sr. Rafael Pires, foi convidado para assumir a direção do Departamento de Veteranos da Federação de Xadrez do Estado do Rio de Janeiro (FEXERJ), o que é motivo de satisfação para o Xadrez da AAB-B-Rio.

**7 – FESTIVAL DE PATINAÇÃO:**

No dia 22 de fevereiro, foi realizado o 1º SKATEZONE no ginásio da AAB-B-Rio, que para a realização do evento, recebeu um piso especial, que foi montado por cima do piso original do ginásio, de modo a impedir qualquer possível dano ao mesmo.

O 2º SKATEZONE deverá ser realizado no dia 15 de março, a partir das 16:00 horas; estando todos os associados convidados pelos organizadores do evento.

**8 - PROGRAMAÇÃO PERMANENTE DO DETEC:**

A Programação Permanente do DETEC poderá ser conferida no site do clube, no endereço: [www.aabb-rio.com.br](http://www.aabb-rio.com.br)

*O sonho de toda menina  
é ser bailarina*



**Baby (3 e 4 anos) 3ª e 5ª feira de 9:30 às 10:15**

**Infantil (5 e 6 anos) 2ª e 4ª de 18:00 às 19:00**

**Novas turmas a partir de 5 alunos**

**Venha fazer uma aula experimental!!**

**Descontos especiais para alunos do  
Kineret**



# PEÇA TEATRAL COM **PROMOÇÃO** PARA OS ASSOCIADOS

O associado da AABB-Rio que quiser ter a oportunidade de assistir ao espetáculo "Encontros Impossíveis", no Teatro Princesa Isabel (Rua Av. Princesa Isabel, 186 – Copacabana), aos sábados e domingos, tem até o dia 30 de março para pegar a sua revista, preencher o cupom e pagar apenas R\$ 20,00, pelo ingresso.

Encontros Impossíveis é um espetáculo teatral de arte e tecnologia, que apresenta Adão – interpretado por Renato Prieto – um jornalista em fim de carreira, que ao receber visitas de grandes nomes da humanidade em seu apartamento - pessoas que sempre desejou entrevistar, mas que já morreram - começa a questionar sua sanidade, suas escolhas e sua própria vida.

Com situações acontecendo dentro do apartamento do protagonista, "Encontros Impossíveis" é uma peça contemporânea em forma e conteúdo, com cenografia e uma tecnologia arrojada. Por meio de projeções serão trazidos ao palco personalidades que nos últimos dois séculos nos divertiram, nos fizeram chorar, refletir e nos ajudaram a enxergar a nossa relação com a vida e com o mundo.

Neste contexto o autor, numa orquestração perfeita entrelaçando monólogos de Felipe interpretado pelo ator Victor Meirelles e diálogos de grande estranheza, impacto, provocação e humor, conduz o personagem Adão,

um jornalista de meia idade vivido pelo ator Renato Prieto a contracenar com personalidades como Freud, Carmen Miranda, Marilyn Monroe, Judy Garland, Gandhi, Madre Teresa de Calcutá, Chico Xavier, Martin Luther King e Frank Sinatra.

Unindo a magia do cinema e a arte do teatro em um só palco, dois atores,

Renato Pietro – protagonista do filme "Nosso Lar" e Victor Meirelles – apresentador do programa "Rio Cultural", emocionam a plateia, com um drama leve, bem humorado e carismático.

O espetáculo tem a direção de Gustavo Gelminil, texto de Rodrigo Fonseca, Renato Pietro e Victor Meirelles no elenco.



ASSOCIAÇÃO ATLÉTICA  
BANCO DO BRASIL  
AABB - RIO DE JANEIRO

SOU SÓCIO DA AABB-RIO

Matrícula nº \_\_\_\_\_

## ENCONTROS IMPOSSÍVEIS

Teatro Princesa Isabel

Rua Av. Princesa Isabel, 186 - Copacabana - RJ

Tel.: (21) 2275-3346 / 2208-5282

Sábados e domingos às 19h

Espectáculo não recomendado para menores de 10 anos

Em cartaz até o dia 30/03/2013

Valor do Ingresso R\$50,00

Associados que apresentarem o cupom: R\$ 20,00

**AABB**  
SALÃO GALERIA

**JAZZ**  
**DROPS**

**TRIBUTOS A**

**NAT "KING" COLE**

**27 de MARÇO de 2014**  
**QUINTA-FEIRA**

▶ **A PARTIR DAS 20:00** ◀

**ENTRADA FRANCA**



## UMA MAÇÃ POR DIA

Ingestão da fruta tem efeito similar ao de estatinas na prevenção de problemas cardiovasculares.

Especialistas da Universidade de Oxford, no Reino Unido, demonstraram que, de fato tem fundamento científico comer uma maçã por dia, especialmente para quem tem mais de 50 anos, pode ser tão eficaz na prevenção de problemas cardiovasculares quanto o uso regular de estatinas, as drogas para baixar o colesterol. E isso sem nenhum efeito colateral.

O estudo publicado na edição de Natal da "British Journal of Medicine", confirma que "uma maçã por dia mantém o médico distante," é um excelente lema para a medicina moderna. Especialistas do grupo de Pesquisa da Promoção da Saúde da Universidade, usaram um modelo matemático comparando o uso de estatinas à ingestão diária da fruta, com propriedades antiinflamatórias e rica em antioxidantes.

No Reino Unido, estima-se que cerca de 17,6 milhões de pessoas que não tomam estatinas poderiam estar recebendo o medicamento. Se todas elas estivessem medicadas, revela o trabalho, cerca de 9.400 mortes por infarto e derrame, seriam evitadas por ano. No entanto se, em vez de medicar todas essas pessoas, fosse oferecida uma maçã por dia a 70% da população de 50 anos ou mais (aproximadamente 22 milhões de pessoas), o número de mortes por problemas cardiovasculares evitadas seria similar: 8.500.

### Suco não Conta

Ou seja, além de alcançar praticamente o mesmo benefício, ao menos do ponto de vista de saúde pública, optar pela maçã no lugar do remédio a partir dos 50 anos poderia ainda evitar diferentes tipos de efeitos secundários e problemas relacionados ao uso contínuo dos medicamentos, como transtornos



musculares e diabetes. O estudo foi feito apenas no Reino Unido, mas, garantem os especialistas, suas conclusões poderiam ser aplicadas a qualquer país. A única restrição seria para os diabéticos que deveriam ter uma ingestão mais controlada de açúcar.

Estimativas internacionais mostram que mais de dois terços dos adultos não comem de 3 a 4 porções de frutas por dias, conforme preconiza a Organização Mundial de Saúde. Nos países mais ricos, no entanto, 90% da população consomem, pelo menos, uma fruta diariamente.

Para Adam Briggs, que participou do estudo, todos se beneficiariam se comessem mais. Segundo os seus cálculos, se adultos de todas as idades ingerissem uma fruta a mais por dia, cerca de 11 mil mortes por problemas cardiovasculares, poderiam ser evitadas anualmente.

### Suco não vale porque as fibras e muitos dos nutrientes se perdem.

- O que as pessoas não fazem e deveriam fazer é consumir frutas no meio da manhã, à tarde e à noite, em vez de alimentos industrializados que não têm os mesmos teores de vitaminas, minerais e fibras – afirma a nutricionista Larissa Cohen, do Espaço Stella Torreão.

- Isso teria um efeito importante na prevenção de vários problemas porque, além de estar consumindo a fruta,

a pessoa deixaria de comer coisas que podem ser malélicas.

Outros estudos já tinham constatado que pectina e os polifenóis (antioxidantes) presentes, sobretudo na casca da maçã, são responsáveis pela melhoria do metabolismo do colesterol e, ainda, reduzem a produção de moléculas inflamatórias relacionadas ao risco cardíaco.

- As maçãs são ricas em antioxidantes, por isso têm um papel semelhante ao das estatinas no equilíbrio lipídico do organismo – explica o nutrólogo Mário Falcão, da Faculdade de Medicina da USP. – Todas as frutas trazem grandes benefícios para a saúde, por conta dos nutrientes, vitaminas, minerais e fibras. Entretanto, se tivesse que apontar uma para ser consumida diariamente por adultos, acho que ficaria com os ingleses, a maçã é a mais completa. Não tem muitas calorias, dá saciedade e tem todas essas propriedades.

Nas palavras de Adam Briggs: "Os vitorianos estavam certos quando criaram a sua simples e brilhante diretriz de saúde pública: uma maçã por dia mantém o médico longe."

Transcrito do Jornal "O Globo" - Ciência, pg. 45 de 19.12.2013.

**\* Membro Titular do Conselho Deliberativo da AABB-Rio e do Conselho de Usuários da CASSI-Rio.**

### BASQUETEBOL

Centro de Treinamento K-Esportes  
**3ª e 5ª feira** – 18:30 às 19:30h.  
**Informações:**  
 Kepler: 97820-5517  
 Ana Lúcia: 99944-3193.

### BALLET E DANÇA

Instituto de Dança Kineret  
**Dança Israelí** – 3ª a sábado; **Ballet Clássico**  
 – 2ª a 5ª; **Jazz** – 2ª a 5ª; **Sapateado** – 2ª, 4ª e  
 6ª; **Hip Hop** – 2ª e 4ª;  
**Informações:** 98796-8788(Daniel) –  
 97964-8660 (Diana)  
 www.kineret.com.br

### CANTO CORAL - Curso gratuito

AABB-Rio **3ª feiras** - 19:30 às 21:00h  
**Informação:** Antonio Fontinha – 2541-7813  
 José Carlos Brandão – 98857-0157  
 Luiz Carlos – 99404-4248  
 Roberto Sá – 99128-3585

### DANÇA DE SALÃO - Adolescentes e Adultos

ESPAÇO DE DANÇA CRISTIANO SALGADO-ME  
**3ª e 5ª feiras** - 17:00 às 21:00h.  
**Informação:** Tel. (21) 2214-5233 / 3126-7070 /  
 3149-5950 / 99869-6161 (Cristiano)

### FUTEBOL DE SALÃO – FUTSAL

Centro de Treinamento K-Esportes  
**3ª e 5ª feira**  
 17:30 às 18:30 (De 04 a 07 anos)  
 18:30 às 19:30 (De 06 a 09 anos)  
**4ª e 6ª feira**  
 18:30 às 19:30 (De 10 a 15 anos)  
**Informações:** Kepler – 97820-5517

### GINÁSTICA & ALONGAMENTO (GIL) - Adolescentes & Adultos

AABB-RIO - Prof. Manoel Mário Sant'Anna.  
**2ª a 6ª feiras** - 08:00 às 09:00h - ginástica  
**2ª a 6ª feiras** - 09:00 às 09:30h - alongamento  
**4ª e 6ª feiras** - 17:00 às 18:00h - ginástica  
**3ª e 5ª feiras** - 17:00 às 18:00h - alongamento  
**3ª e 5ª feiras** - 18:00 às 19:00h - ginástica  
**Informação:** Secretaria. Tel. 2274-4722 (Ramal 5)

### GINASTICA ENERGÉTICA (GAE) - Adolescentes & Adultos

Ana Lúcia Corporis Terapias Naturais Ltda.  
 M.E. (CORPORIS ME)  
**3ª a 6ª feira** - 07:30 às 08:10h / 08:20 às  
 09:00h / 09:00 às 09:40h.  
**Informações:** Ana Lúcia - Tel.: 99974-5906 /  
 2285-76S2 / 2274-4722 (Ramal 442).

### HIDROGINÁSTICA

FFS Eventos Esportivos Ltda.  
**3ª a 6ª feira** - 07:00 às 07:50h. / 11:30 às 12:20h.  
**Inf.:** Lincon Duarte.Tel.:97846-8091 - www.  
 ffs.com.br

### HIDROTERAPIA/FISIOTERAPIA

AZ Eventos Esportivos e Reabilitação  
**2ª a 6ª feira** - 07:00 às 11:00h.  
**Informações:** Zeca Brandão: (21)98830-0157  
 / 98005-2035 / 2575-8835

### JIU-JITSU (JIU) - MASCULINO E FEMININO

Black Belt Sport Center Ltda. (BLACK BELT)

Jiu-Jitsu - **2ª a 6ª** - 10:30 às 12:00h.  
 Jiu-Jitsu - **3ª a 6ª** - 17:00 às 18:00h.  
 Jiu-Jitsu Infantil - **4ª e 6ª** - 18:30 às 19:30  
**Informações:** Murilo e Rubens - Tel.: 99152-  
 0935 / 2274-4722 (Ramal 436).

### ACADEMIA PROQUALITY

**2ª à 5ª feira:** 06:00 h. às 23:00 h.  
**6ª feira:** 06:00 h. às 22:00 h.  
**Sábado:** 09:00h. às 17:00 h.  
**Domingo e Feriado:** 09:00 h. às 15:00 h.  
**Maiores Informações:** 2540-0977 e 2274-4722  
 R. 444

### NATAÇÃO - crianças, adolescentes e adultos

Crianças, Adolescentes e Adultos.  
 Equipe 8 Eventos Esportivos Ltda.  
**3ª a 6ª feira - 01 a 03 anos**  
 07:30 às 08:00h e 10:00 às 10:30h.  
**03 a 08 anos**  
 08:30 às 09:00h. (Touca Vermelha)  
 09:00 às 09:30h. (Touca Vermelha, Amarela e  
 Estágio I)  
 09:30 às 10:00h. (Touca Amarela e Estágio I)  
 15:00 às 15:30h. (Touca Vermelha)  
 16:00 às 16:30h. (Touca Amarela)  
 16:30 às 17:00h. (Touca Vermelha e Amarela)  
**06 a 11 anos**  
 08:00 às 08:40h. (Estágio II)  
 15:00 às 15:40h. (Estágio IeII)  
 15:40 às 16:20h. (Estágio II e IV)

### Até 14 anos

09:20h, 14h, 17h.e18h  
 (Aperfeiçoamento)

### Adultos

06h, 07h, 08h e 11h. (Aperfeiçoamento)  
 07:45 às 08:30h. (Aprendizado)  
 10h, 14h, 17h, 18h, 19h.e20h. (Aperf./Aprend).  
**Informações:** 2274-4722 (Ramal 416)  
 97703-5773 (Leda) / 99764-3317 (Waldir).

### RECREANDO - crianças de 2 a 4 anos

Bei Artes e Sonhos Esp. e Recreação.  
 Brincadeiras e Trabalhos Manuais para  
 Crianças de 02 a 04 anos.

### 2ª a 6ª feira

08:00 às 12:00h. / 12:45 às 16:45h.  
**Informações:** 2274-4722 (Ramal 401)  
 3405-5155/98807-0271 (Isabel).

### TAEKWONDO

TKD & Cia Artes Marciais Ltda ME. (TKD&CIA ME).  
**2ª feira**  
 11h. Treinamento da Equipe de Competição.  
**3ª e 5ª feira**  
 17:30h. (A partir de 14 anos - Juvenil e Adulto).  
 18:30h. (Até 13 anos).  
 19:30h. (A partir de 14 anos - Juvenil e Adulto).  
 20:30h. Treinamento da Equipe de Competição.  
**4ª e 6ª feira**  
 18h. Treinamento da Equipe de Competição.  
 19:30h. (A partir de 14 anos - Juvenil e Adulto).  
 20:30h. Treinamento da Equipe de Competição.  
**Sábado**  
 09h. Aula para graduados  
 (a partir da faixa Vermelha)  
 11h. Treinamento da Equipe de Demonstração.  
 13h. Treinamento da Equipe de Competição.

### TÊNIS

M&R Fitness Eventos Esportivos e Prescrição  
 de Exercício Ltda. Aulas individuais e coletivas  
**Informações:** Guilherme Prata – 98899-6775  
 Rogério – 99782-9257  
 Regnier – 97921-5432  
 Norma – 99614-2441

### VOLEIBOL


ESCOLA DE VOLEI BERNARDINHO.  
**3ª a 6ª feira**  
 08:00 h. às 10:00 h.  
 15:00 h. às 18:00 h.  
 18:00 h. às 21:00 h.  
**Maiores informações:** 2249-9824 - Luciene.

### XADREZ

NEXAPA  
 Marcação de Horário Direto com o Professor  
**Informações:** Departamento de Esportes:  
 Rafael: 98296-1981.

### YOGA

Shiva Empresa de Terapia de Yoga e  
 Fonoaudiologia Ltda. (SHIVA LTDA.)  
**3ª e 5ª feira:**  
 07:30 às 08:45h. (misto)  
 09:00 às 10:15h. (feminino)  
 16:15 às 17:30h. (misto)  
 18:10 às 19:25h. (misto)  
**Informações:** Alice – 2294-5049.  
**“CALL CENTER” – Tel.: (0XX.21) 2274-4722**  
**SECRETARIA SOCIAL/TESOURARIA** - Ramal 5  
 2ª feira não funcionamos.  
**Horário de Funcionamento:**  
 3ª a 6ª feira - 09h às 21h. / Tesouraria fecha  
 às 20:30h.  
 Sábados/Domingos e Feriados: 09 às 17:30h. /  
 Tesouraria fecha às 17:00h.  
**BIBLIOTECA** - Ramal 434  
 2ª feira não funcionamos.  
**Horário de Funcionamento:**  
 3ª a 6ª feira – 09:00h às 19:45h.  
 Sábados/Domingos e Feriados: 10:00h às 17:45h  
**Obs:** Nos dias úteis, após as 21h e nos finais de  
 semana e feriados, após 17:30, qualquer chamada  
 telefônica via “Call Center” só poderá ser atendida no  
 Ramal 6. - O serviço de alto-falantes para chamada  
 de Associados, segue o mesmo critério acima.  
**PORTARIA SOCIAL** - Ramal 6  
**PORTARIA DE SERVIÇOS** - Ramal 7  
**DIRETORIA** - Ramal 8  
**BIBLIOTECA** - Ramal 434  
**DEPARTAMENTO MÉDICO** - Ramal 406  
**DEPARTAMENTO DE ESPORTES** - Ramal 431/436  
**PORTARIA DA PISCINA** - Ramal 445  
**SALÃO DE BEBEIRO** - Ramal 435  
**SALÃO DE BELEZA** - Ramal 421  
**SAUNA FEMININA** - Ramal 428  
**SAUNA MASCULINA** - Ramal 417  
**SINUCA** - Ramal 405  
 Obs: Sabendo o ramal disque pausadamente o  
 número sem ser preciso ouvir às instruções.  
 E-mail: [aabb-rio@aabb-rio.com.br](mailto:aabb-rio@aabb-rio.com.br)  
 Home-Page: [www.aabb-rio.com.br](http://www.aabb-rio.com.br)



Dra. Rêni Kerscher,  
Paulo Coelho  
e Maria Julia

# RENOVEDENTE

**Clinica Odontológica de Estética e Reabilitação**

## Especialidades

- Implantodontia
- Odontopediatria
- Ortodontia
- Periodontia
- Clareamento Dental
- Endodontia
- Estética Dental
- Prótese Dental

## Implante Dentário:

O implante é o único artifício que impede a perda óssea no local onde o dente foi perdido;  
Evita constrangimentos pelo deslocamento e incômodo das próteses removíveis;  
Evita remoção para higienização;  
Não machuca os tecidos bucais;  
Não há rejeição, pois o implante é feito em titânio;  
Não há limite de idade para o procedimento, desde que haja uma avaliação médica favorável



## Tijuca

Rua Conde de Bonfim, 352 / Sl. 302  
(todas as especialidades)  
renovedente@renovedente.com.br  
www.renovedente.com.br

## Depoimento:

*"Tenho 91 anos, fiz implante há 3 anos e estou muito feliz. Além de não ter tido dor e não usar prótese removível".*

**Paulo Coelho**

## Convênios:

Banco do Brasil - Petrobras  
Caberj - ANABB e Interlife  
(implante)



## Direção:

Dra. Rêni Aparecida da Silveira Kerscher  
**Especialista em Implantes**  
CRO: RJ 9806

**Facebook:** <http://www.facebook.com/Renovedente>

**Tels: 3092-9393 / 2234-6809 / 2234-0659 / NEXTEL: 7700-9475 ID \*180060**

Atendimento pela Dra. Rêni Kerscher (CRO-RJ 9806) e Dra. Daniela Plaza (CRO-RJ 28716) nas especialidades de implantodontia e ortodontia

**Ipanema:** Rua Visc. de Pirajá, 595 / sobreloja 219

**Barra:** Av. das Américas, 2901 / Sala 712

# Life Imagem



**RIO**

**2212-6700**



**NITERÓI**

**2707-6200**

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

[lifeimagem@lifeimagem.com.br](mailto:lifeimagem@lifeimagem.com.br)

- **RESSONÂNCIA MAGNÉTICA**
- **TOMOGRAFIA COMPUTADORIZADA**
- **RADIOLOGIA INTERVENCIONISTA**
- **ULTRASSONOGRRAFIA**
- **DOPPLER COLORIDO**
- **DENSITOMETRIA ÓSSEA**
- **MAMOGRAFIA DIGITAL**
- **ECOCARDIOGRAMA**
- **VASCULARES**
- **CINTILOGRAFIA MIOCÁRDICA**



## Unidades:

### Barra da Tijuca

Av. das Américas, 3665 / Loja 101 A  
Barra Square - Expansão  
Tel: 2212-6200

### Botafogo

Rua Voluntários da Pátria, 445 / Sls. 507 e 508  
(Centro Médico Botafogo)  
Tel: 2212-6200

### Centro

Avenida Graça Aranha, 416 / Sl. 214  
Tel: 2212-6200

### Tijuca I

Rua Conde de Bonfim, 300  
(Edifício Granado)  
Tel: 2212-6200

### Tijuca II

Rua Bom Pastor, 295  
(Anexo ao Hospital Evangélico)  
Tel: 2212-6200

### Norte Shopping

Av. Dom Hélder Câmara, 5474 / Cob. 3031  
Tel: 2595-8293

### Campo Grande

Avenida Cesário de Melo, 3045  
Tel: 2415-2399

### Duque de Caxias

Estrada Itaciba, 741  
(Anexo ao SASE)  
Tel: 2212-6200

### Niterói

Rua Jornalista Moacyr Padilha, 250 - Centro  
(Anexo ao Hospital Santa Cruz)  
Tel: 2707-6200