



INFORMANDO
PRIMEIRO

Setembro / Outubro 2015

Reforma do Boliche



Contas em Dia

PMFC fecha ano
com Superávit

Semana da 3ª Idade

Muita diversão e atividades
marcam o evento

Tênis

Campeonato Interclubes
Primeiro de Maio se destaca



/pmfc_insta



@1maioFC



/PrimeirodeMaioFutebolClube



blogprimeiominuto.blogspot.com.br



SUMÁRIO

Contas em dia

Saldo do Clube **4**

Uso consciente de água

Consumo responsável **5**

Depto. de Comunicação Social

Reformulação do setor **6**

Homenagem do Panathlon Clube

Sessão solene de 24 anos da Entidade **7**

Encontro de Técnicos de Futebol

Associação de treinadores da região ABCDMRR e Litoral



8

Notas

Boliche e Dedetização **9**

Outubro Rosa

Prevenção do câncer de mama **10**

IV Biathlon de Revezamento Família

Interação sociocultural através da atividade esportiva **11**

Semana da Terceira Idade

Atividades voltadas para os mais velhos **12**

IV Encontro de Yoga

Troca de experiências práticas e teóricas **14**

Primeiro de Maio é campeão no Interclubes de Tênis

Evento volta com vitória dos atletas do clube **15**

2ª Etapa - Circuito Harrow de Squash

Competição recebeu jogadores da região **16**

2º Campamento Internacional de Squash

Participação do treinador Renato Gallego **17**

Olimpíadas de Aniversário

Evento de comemoração dos 102 anos do Clube **18**



Campeonato Interno de Xadrez

Categoria iniciante do Primeiro de Maio **20**

Torneio de Boliche de Duplas

Reunião de jogadores de diversos níveis técnicos **21**

Por que corro, corro, corro... E não emagreço?

Dicas para fazer a corrida dar resultados **22**

Interclubes Masculino e Feminino de Bocha

Homenagem ao aniversário de 102 anos do Clube



24

Dia da Árvore

Figueira **25**

Curiosidade

Chácara Mimosa **26**

Editorial

Primeiro de Maio Futebol Clube
Av. Portugal, 79 - Centro - Santo André
CEP 09040-010 - Tel.: 4993-7100
www.primeirodemaio.com.br

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente

Nilo Sérgio Ortiz

Vice-Presidente Administrativo e Patrimonial

Sidnei Chicchi

Vice-Presidente Econômico-Financeiro

Ricardo Lisboa Villela de Andrade

Vice-Presidente Social

Maurício Pereira de Menezes

Vice-Presidente de Esportes

Francisco de Assis Junior

Diretor Administrativo

Paulo Vitor Pitton

Diretor de Sede

Paolo Boscarol

Diretor de Informática

Antônio Cláudio Gimenes

Diretor Financeiro

João Carlos Feliciano dos Santos

Diretor Social

Luiz Renato Martins Fontes

Diretor de Comunicação Social

Diniz Villa Junior

Diretor de Esportes Atividades Internas

Wesley Fasolari

Diretor de Esportes Atividades Externas

João Carlos do Nascimento Pereira

Assessores da Presidência

Armando das Neves Feltrin

Leandro Telent

Alfredo Abdo Junior

Ozias Vaz

PRESIDÊNCIA DO CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente

Dionísio Chiaranda

1º Vice-Presidente

Armando Wagner Piva

2º Vice-Presidente

Waldir Ronaldo Novelli

1º Secretário

Jaime Costa

2º Secretário

Idemar Fabri

PRESIDÊNCIA DO CONSELHO FISCAL

Presidente

Djalma de Abreu Filho

Vice-Presidente

José Roberto Piva

Secretário

Valter Monteiro

5º Membro Titular

Paulo Tarcísio Garcia Leal

COMISSÃO DE SINDICÂNCIA E DISCIPLINA

Presidente

José Roberto Piva

Revista Informando Primeiro

Publicação mensal do Primeiro de Maio Futebol Clube

Jornalista Responsável: Amanda Mércuri

Coordenador de Marketing: Marco Antonio Peixoto

Revisor Ortográfico: Antonio Colavite Filho

Diagramação: Scribba Comunicações

Impressão: Expressão Santo André Gráfica e Editora

Tiragem: 4.100 exemplares

Os artigos assinados e os anúncios publicados são de inteira responsabilidade de seus autores, não refletindo necessariamente a opinião da diretoria do Primeiro de Maio Futebol Clube ou de seus associados.



Palavra do Presidente

Caros leitores:

Esta edição da Revista Informando Primeiro traz novidades fresquinhas. Agora, a equipe de Comunicação Social do Primeiro de Maio recebeu o reforço de um novo Coordenador de Marketing e uma Jornalista. Dessa maneira, a identidade visual e o conteúdo das próximas páginas ficaram ainda melhores.

Essa reestruturação pretende aproximar vocês, associados, para levar a informação sobre os acontecimentos do Clube de forma mais rápida, dinâmica e completa.

Além disso, setembro e outubro contaram com eventos importantes, como as Olimpíadas de Aniversário, lançamento do Sindicato de Técnicos de Futebol, sessão solene comemorativa ao aniversário do Panathlon Club e Semana da Terceira Idade.

Mostramos também matérias sobre as atividades esportivas do clube e um texto sobre o uso consciente da água.

Abraços e boa leitura.

Nilo Ortiz

Presidente da Diretoria Executiva



Contas em Dia

O Primeiro de Maio investe diariamente em melhorias com foco no desenvolvimento responsável.

A **DIRETORIA FINANCEIRA** gestão 2014/2016 sempre primando pelo cumprimento de todas obrigações do Primeiro de Maio com pontualidade, conseguiu com esforço e dedicação fechar suas contas com saldo positivo. Mais um ano de trabalho está sendo finalizado sem recorrer a empréstimos (BANCOS), como demonstrado pelos extratos bancários e certidões abaixo. Continuaremos a atender as necessidades com responsabilidade e consciência.



Vice-Presidente Econômico-Financeiro
Ricardo Lisboa Villela



Diretor Financeiro
João Carlos Feliciano dos Santos

PODER JUDICIÁRIO
JUSTIÇA FEDERAL DO PRIMEIRO GRAU EM SÃO PAULO
CERTIDÃO DE DISTRIBUIÇÃO

Nº da Certidão 20150801971127

CERTIFICADO, revestido os registros de distribuição, e datado de 25 de abril de 2015, sob o número 57.588.196/0001-02, que contém: PRIMEIRO DE MAIO FUTEBOL CLUBE, do vinculo do CNPJ do número 57.588.196/0001-02.

NADA CONSTA na Justiça Federal de São Paulo, Serviço Judiciário de São Paulo.

Observações:
a) Certidão revestida pela Internet, expedida com base nas Ordens de Serviço nº 03/2009 DJF e 04/2014 DJF;
b) A conferência dos dados pessoais de pessoas pesquisadas e de responsabilidades do solicitante da Certidão, deverá ser realizada pelo CPF/CNPJ ser conferida pelo interessado e distribuidor;
c) A autenticidade desta Certidão deverá ser verificada por qualquer interessado no endereço: www.jus.br, sob o nº da Certidão, através do código de segurança: HBW153K7W1 5555 350 350 350 350;
d) Esta Certidão abrange o Estado de São Paulo;
e) Não foram consultados cartórios inquiridos na apresentação eletrônica e no processo eletrônico;
f) Esta Certidão não abrange os processos em tramitação no Sistema Eletrônico PJe.

São Paulo, 09 de outubro de 2015 às 10h03:11h.

Núcleo de Apoio Judiciário
nua@jfrf.jus.br - (11) 3235.8656

Bradesco
Net Empresa

Extrato (Últimos Lançamentos)
PRIMEIRO DE MAIO FUTEBOL CLUBE | CNPJ: 057.588.196/0001-02
Nome do usuário: RICARDO LISBOA VILLELA DE ANDRADE
Data da operação: 19/10/2015 - 08h36

Agência Conta	Total Disponível (R\$)	Total (R\$)
00413 0058413-4	701.221,88	701.221,88

Agência: 413 | Conta: 0058413-4

Conta Poupança bloqueada

Total de Recursos		Saldo Disponível Para Investimento	
Total	R\$ 701.221,88	Total	R\$ 319,18

Disponível		Demonstrativo de Investimentos	
Produto	Saldo R\$	Produto	Saldo R\$
Total Disponível	701.221,88	BRASESCO FICFI RENDA FIXA MACRO **	697.486,78
Conta-Corrente	319,18	INVEST PLUS BRADESCO **	3.415,92
Invest Plus	3.415,92	Total	700.902,70
Demais Investimentos com Baixa Automática	697.486,78	** Investimento com Baixa Automática	

Limites de Crédito			
Produto	Limite Total (R\$)	Limite Utilizado (R\$)	Limite a Utilizar (R\$)
Cheque Flex Pessoa Jurídica	5.000,00	0,00	5.000,00
Limite Rotativo Flex Pessoa Jurídica	5.000,00	0,00	5.000,00

MINISTÉRIO DA FAZENDA
Secretaria da Receita Federal do Brasil
Procuradoria-Geral da Fazenda Nacional

CERTIDÃO NEGATIVA DE DÉBITOS RELATIVOS AOS TRIBUTOS FEDERAIS E À DÍVIDA ATIVA DA UNIÃO

Nome: PRIMEIRO DE MAIO FUTEBOL CLUBE
CNPJ: 57.588.196/0001-02

Resolvido o direito de a Fazenda Nacional cobrar e inscrever quaisquer dívidas de responsabilidade do sujeito passivo acima identificado que vierem a ser apuradas, e certificado que não constam pendências em seu nome, relativas a créditos tributários administrados pela Secretaria da Receita Federal do Brasil (RFB) e a inscrições em Dívida Ativa da União junto à Procuradoria-Geral da Fazenda Nacional (PGFN).

Esta certidão é válida para o estabelecimento matriz e suas filiais e, no caso de ente federativo, para todos os órgãos e fundos públicos da administração direta e ele vinculados. Refere-se à situação do sujeito passivo no âmbito da RFB e da PGFN e abrange inclusive as contribuições sociais previstas nas alíneas 'a' e 'd' do parágrafo único do art. 11 da Lei nº 8.212, de 24 de julho de 1991.

A aceitação desta certidão está condicionada à verificação de sua autenticidade na Internet, nos endereços <http://www.receita.fazenda.gov.br> ou <http://www.pgfn.fazenda.gov.br>.

Certidão emitida gratuitamente com base na Portaria Conjunta RFB/PGFN nº 1.751, de 02/10/2014. Emitida às 09:22:06 do dia 09/10/2015 <hora e data de Brasília>.
Válida até 09/04/2016.
Código de controle da certidão: B1FF.5620.2572.20A1
Qualquer rasura ou emenda invalidará este documento.

O valor "destacado" é destinado ao cumprimento de obrigações de final de ano, referente ao ano base 2015. Mesmo após todos os pagamentos, fecharemos o ANO com "dinheiro em CAIXA".

CAIXA
CAIXA ECONÔMICA FEDERAL

Certificado de Regularidade do FGTS - CRF

Inscrição: 57588196/0001-02
Razão Social: PRIMEIRO DE MAIO FUTEBOL CLUBE
Nome Fantasia: PRIMEIRO DE MAIO FUTEBOL CLUBE
Endereço: RUA AV. PORTUGAL, 79 / CENTRO / SANTO ANDRÉ / SP / 09040-010

A Caixa Econômica Federal, no uso da atribuição que lhe confere o Art. 7, da Lei 8.036, de 11 de maio de 1990, certifica que, nesta data, a empresa acima identificada encontra-se em situação regular perante o Fundo de Garantia do Tempo de Serviço - FGTS.

O presente Certificado não servirá de prova contra cobrança de quaisquer débitos referentes a contribuições e/ou encargos devidos, decorrentes das obrigações com o FGTS.

Validade: 04/10/2015 a 02/11/2015
Certificação Número: 2015100403380654956110
Informação obtida em 09/10/2015, às 09:26:22.

HISTÓRICO		31/05/2015
Saldo em Aplicação Financeira	R\$	286.439,19
Saldo em Conta Corrente	R\$	148.165,74
Saldo em Poupança	R\$	5.571,00
Saldo Total	R\$	440.175,93
Cheques em Compensação	R\$	-3.709,13
A) Disponibilidade=	R\$	436.466,80
OBRIGAÇÕES		
Tributárias	R\$	-7.668,46
Sociais e Trabalhistas	R\$	-152.083,64
Fornecedores	R\$	-165.692,84
Financiamentos = Finame/Leasing (Mensalidade)	R\$	-5.288,77
B) Soma das Obrigações	R\$	-330.733,71
Após Obrigações (A-B) SUPERAVIT	R\$	105.733,09

HISTÓRICO		30/09/2015
Saldo em Aplicação Financeira	R\$	524.796,41
Saldo em Conta Corrente	R\$	338.424,69
Saldo em Poupança	R\$	5.571,00
Saldo Total	R\$	868.792,10
Cheques em Compensação	R\$	-1.652,40
A) Disponibilidade=	R\$	867.139,70
OBRIGAÇÕES		
Tributárias	R\$	-7.234,39
Sociais e Trabalhistas	R\$	-148.756,63
Fornecedores	R\$	-121.099,17
Financiamentos = Finame/Leasing (Mensalidade)	R\$	-7.758,85
B) Soma das Obrigações	R\$	-284.849,04
Após Obrigações (A-B) SUPERAVIT	R\$	582.290,66

Primeiro de Maio incentiva uso consciente de água

No dia 4 de outubro é comemorado o dia da natureza. A data foi criada para conscientizar a sociedade em questões ambientais.

Um dos grandes problemas ecológicos atuais é a falta de água, que chegou com tudo no Brasil em 2014. A crise hídrica tem preocupado a população e principalmente as autoridades.

O Primeiro de Maio também está pensando no futuro desse bem tão valioso. O Clube, que possui dois poços que fornecem água para grande parte das instalações, anda percebendo o esbanjo do uso de água pelos associados e funcionários.

Diariamente são gastos cerca de 37 mil litros de água, tendo uma variação maior aos finais de semana, dias em que o movimento do Clube aumenta.

“As pessoas realmente estão gastando bastante, mas é papel de todos tomar consciência e poupar a água para não faltar mais pra frente”, afirma o tratador de água, Jadir Almeida, que trabalha no Primeiro de Maio há 20 anos.

Clube abraça causa para o consumo responsável de associados e funcionários

Dados divulgados pela Companhia de Saneamento Básico do Estado de São Paulo (Sabesp) mostram que o volume útil do Sistema Cantareira, que é o conjunto de represas que abastecem quase toda São Paulo, esvaziou.

Em Santo André, o assunto é ainda mais delicado, já que o Serviço Municipal de Saneamento Ambiental (Semasa), empresa responsável pela distribuição de água da cidade, divulgou no começo de 2015 a possibilidade de iniciar um rodízio da água entre os bairros.

A água, que é vital para a sobrevivência do seres humanos, está escassa. Mas isso pode mudar se todos colaborarem com pequenos atos, como não deixar torneiras pingando, ou então não demorar ao utilizar os chuveiros dos vestiários.

O dia da natureza acontece uma vez por ano, mas os atos para economizar água devem ser contínuos.

**Pense no futuro:
Poupe água.**

5

Informe-se no PRIMEIRO

Preparados para o jogo perfeito

Já são seis os campos Forbex com certificação FIFA Quality Concept





Reestruturação do Departamento de Comunicação Social do Primeiro de Maio chega para otimizar setor

Clube está reformulando time do Departamento de Comunicação para melhorias destinadas aos associados e patrocinadores



Amanda Mércuri



Fabio Armani



Marco Antonio Peixoto

Comunicação Social

6

Informando PRIMEIRO

O Primeiro de Maio Futebol Clube realizou mudanças no setor de comunicação. A equipe, dirigida pelo Diretor de Comunicação Social, Diniz Villa Junior, em parceria com o estagiário de Rádio e TV, Fabio Armani, agora conta com o suporte de um novo Coordenador de Marketing, Marco Antonio Peixoto, e a Jornalista Amanda Mércuri.

O objetivo da reestruturação é lançar novos projetos, como a integração das redes sociais. Atualmente, o Primeiro de Maio está presente no Facebook, Twitter e acrescentou o Blog Primeiro Minuto, que é uma extensão da revista interna Informando Primeiro. Com as novas medidas, o Clube pretende aproximar os sócios e levar a informação sobre os acontecimentos do local de forma mais rápida e dinâmica.

Além do benefício aos associados, os patrocinadores também serão contemplados, já que estarão presentes em todos os canais do Primeiro de Maio. Os parceiros

serão vistos com maior eficácia, devido à nova interação promovida em todas as plataformas online.

As mudanças são recentes, mas os resultados já são visíveis. Após o aumento de atualizações na página do Facebook, o número de acessos mais que dobrou.

O Primeiro de Maio também está investindo em outros meios de divulgação, como vídeos de eventos sociais, conteúdo para as TVs internas e banners nos murais que ficam nas dependências do Clube.

Segundo o Coordenador de Marketing, Marco Antonio Peixoto, o projeto de 2016 já está sendo desenvolvido. "Ano que vem, os patrocinadores poderão investir com antecedência na área desejada, tanto nos eventos sociais como nos esportivos.

Poderão ser feitas também ações de merchandising e anúncios nos

ACOMPANHE-NOS:

Site: <http://www.primeirodemaio.com.br>

Blog: primeiominuto.blogspot.com.br

Facebook: <https://www.facebook.com/PrimeirodeMaioFutebolClube>

Twitter: <https://twitter.com/1maioFC>

espaços físicos do Primeiro de Maio", afirma.

Também estão sendo criadas marcas de atividades e eventos, que mostram uma nova identidade visual. Estão sendo incluídos, por exemplo, logos de campeonatos internos, como Copa das Torcidas, eventos mais tradicionais, como o Som na Praça, entre outros.

A revista Informando Primeiro passará por reestruturação, para trazer textos mais completos sobre os acontecimentos do Primeiro de Maio e informar sobre assuntos variados, como esporte e saúde. Além disso, esperamos tornar a periodicidade de publicação mais pontual.

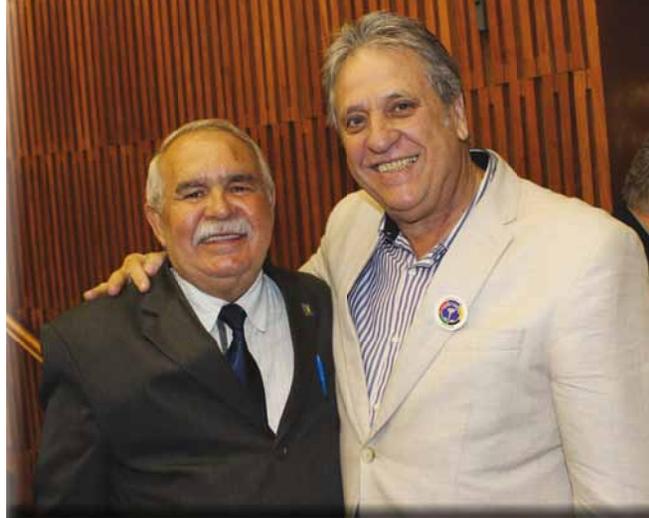
Com essa renovação, a equipe ficou mais forte e preparada para oferecer um serviço ainda melhor.

Espero que aproveitem.

Nilo Ortiz recebe homenagem do Panathlon Clube

A Câmara de Vereadores de Santo André realizou no dia 23 de setembro uma sessão solene comemorativa ao aniversário do Panathlon Club. A Entidade, que está completando 24 anos de existência, homenageou o Presidente do Primeiro de Maio, Nilo Ortiz, que foi presenteado com o certificado de honra ao mérito.

O evento também contou com a presença de associados, militantes e ex-militantes na vida esportiva da cidade.



Sessão solene foi feita em comemoração aos 24 anos da Entidade Desportiva e presenteou Presidente do Primeiro de Maio

7

Informando PRIMEIRO



#PrazerEmAprender

Santo André • São Bernardo • São Caetano
arbos.com.br

 **ARBOS**
Compromisso com a educação





Primeiro de Maio recebe evento de lançamento de Sindicato de Técnicos de Futebol

Clube abriu as portas para cerimônia de oficialização da associação voltada para treinadores da região ABCDMRR e Litoral

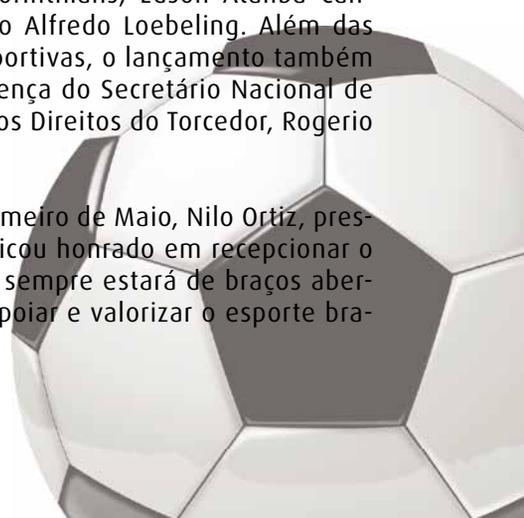
No dia 21 de setembro, o Primeiro de Maio recebeu o mais novo Sindicato de Técnicos de Futebol (Sintrefut) da região ABCDMRR e Litoral. No evento, foram oficializados a fundação, território, deliberação, eleição e filiação da associação.

O movimento foi iniciado por integrantes da FBTE (Federação Brasileira de Treinadores de Futebol), e tem como objetivo organizar a categoria e fortalecer a voz do meio esportivo. "Vamos estimular a participação democrática, a fim de criar um fórum de debate do futebol para unir a modalidade", afirma o coordenador do Sindicato, Marcos Boccatto.

A cerimônia contou com nomes ilustres do espor-

te, como o ex-jogador e técnico do Corinthians, Márcio Bittencourt, o ex-jogador do Corinthians, Santos e São Paulo, Paulo Roberto Jamelli Júnior, o ex-jogador do Corinthians, Édson Ataliba Cândido, e o ex-árbitro Alfredo Loebeling. Além das personalidades esportivas, o lançamento também contou com a presença do Secretário Nacional de Futebol e Defesa dos Direitos do Torcedor, Rogerio Hamam.

O Presidente do Primeiro de Maio, Nilo Ortiz, prestigiou o evento e ficou honrado em receber o Sindicato. "O clube sempre estará de braços abertos para receber, apoiar e valorizar o esporte brasileiro", concluiu.



BOLICHE

No período de 14 a 29 de setembro, as pistas do boliche passaram por reformas. Realizamos a troca de piso, que foi revestido com carpete, a substituição de todo o comando eletrônico das pistas por outro mais moderno e atual, visando minimizar os custos de manutenção, além de novas mesas e cadeiras substituídas anteriormente.



NOTAS

DEDETIZAÇÃO

No dia 5 de outubro foi realizada a dedetização de todo o Primeiro de Maio. A medida acontece a cada 6 meses e é feita para garantir a limpeza dos estabelecimentos e certificar a qualidade de todos os ambientes para os associados.



9

Informando o PRIMEIRO



5 Motivos para você passar na Rede Oficina Brasil.

- 1 - Revisões GRÁTIS: 30 e 60 dias
- 2 - Conforto e segurança
- 3 - Peças originais de reposição
- 4 - Orçamento prévio
- 5 - Acompanhamento dos serviços

Seu carro bem tratado e você satisfeito!

CARREFOUR SANTO ANDRÉ / VILA HUMAITÁ

Av. Pedro Américo, 23 Box : 29/30

Vila Humaitá - Santo André

Telefone: (11) 4994-5030 / (11) 4994-6184

OFICINA BRASIL
Serviços Automotivos
redeoficinabrasil.com.br

OUTUBRO ROSA

Primeiro de Maio apoia movimento de prevenção contra o câncer de mama

O Primeiro de Maio apoia ações do movimento e incentiva as práticas de cuidados para prevenir o câncer de mama.

Durante o mês inteiro é comemorado o Outubro Rosa, movimento que estimula a população a participar de ações preventivas ao câncer de mama.

A data é celebrada todos os anos em diversos países e tem como objetivo compartilhar informações sobre o tema para conscientizar a importância do diagnóstico precoce da doença.

O movimento surgiu em 1990 na Primeira Corrida pela Cura, realizada em Nova York. Em 1997, as entidades de Yuba e Lodi, também nos Estados Unidos, começaram a realizar atividades de prevenção contra o câncer de mama.

A doença é mais comum em mulheres (apenas 1% dos casos são em homens) e quatro em cada cinco casos ocorrem depois dos

50 anos. Não existe uma única causa para o câncer de mama aparecer, pois ele pode ocorrer devido a diferentes fatores: sedentarismo, obesidade, começar ou parar de menstruar, caráter hereditário, entre outros.

A boa notícia é que a doença pode ser evitada com práticas saudáveis, como se alimentar corretamente, fazer exercícios, manter o peso adequado, amamentar e evitar consumir bebidas alcoólicas.

Outra orientação importante é realizar o chamado autoexame, que consiste em apalpar cuidadosamente cada seio, procurando por alterações, como caroços. Também é importante observar mudanças no contorno das mamas ou secreções existentes. Esse procedimento não substitui a

consulta ao médico, mas pode ajudar na detecção da doença.

No dia 24 de outubro, o Clube irá receber a peça teatral "Ou tu arrisca, ou tu se toca", promovida pela Prefeitura de Santo André, em parceria com a Secretaria de Política para Mulheres. A apresentação aborda o tema de maneira divertida e educativa, alertando sobre o câncer de mama. "Dados mostram que a cada 13 minutos uma mulher morre no mundo, vítima da doença.

Por isso, a disseminação de informações sobre o Outubro Rosa é essencial, principalmente no Brasil, onde 52% da população é representada pelo sexo feminino", afirmou a secretária de política para mulheres, Maria Cristina Pechtoll.



IV Biathlon de Revezamento Família

Evento contou com a participação efetiva de sócios do Primeiro

No dia 13 de setembro, o Primeiro de Maio promoveu o IV Biathlon de Revezamento Família. O objetivo do evento foi proporcionar aos associados a interação sociocultural através de uma atividade esportiva saudável e prazerosa.

A prova era constituída por duas partes: 10 chegadas em natação (500 metros) e 5 voltas no entorno do clube (mais ou menos 3.500 metros).

Participaram parentes de 1º grau, como marido e mulher, pais e filhos, irmãos, primos, tios e sobrinhos, avós e netos, ambos sócios do Clube. A idade mínima para a corrida era a partir de 13 anos e idade livre para a natação. As categorias foram definidas com a soma da idade da dupla de atletas.



Venha conhecer
A STEAKHOUSE
MAIS **ROCK'N'ROLL**
DO BRASIL NO
GRAND PLAZA
SHOPPING



Let's Rock!
Let's Rock&Ribs!

Praça de alimentação • Grand Plaza Shopping
Av. Industrial, 600 - Santo André, SP

Semana da Terceira Idade faz sucesso no Primeiro de Maio



12

Informando PRIMEIRO

O evento, promovido em comemoração ao Dia do Idoso, contou com diversas atividades voltadas para os mais velhos

Do dia 28 de setembro até o dia 2 de outubro, o Primeiro de Maio realizou a Semana da Terceira Idade. Os associados participaram de diversas atividades voltadas para os mais velhos em comemoração ao Dia do Idoso, celebrado no dia 27 de setembro.

No primeiro dia foi realizado um treinamento funcional com step, barra, cone com medicine ball e faixa elástica. Na terça-feira, houve jogos de carteadado, pingue-pongue e bocha.

Já na quarta, os sócios fizeram uma aula de mat pilates, técnica com movimentos feitos no chão. No quarto dia assistiram à palestra "Postura no envelhecimento" com a fisioterapeuta Camila Campos. "Achei o tema interessante e muito útil", comentou a associada Roselene Ribeiro Pasquarelli, de 69 anos. Em seguida todos foram almoçar e na parte da tarde participaram de um bingo, que presenteou os sortudos da vez.

Para fechar, no último dia tiveram café da manhã reforçado e aula de dança com diversos es-

tilos musicais. A atividade foi uma das que mais agradaram os sócios. "Adorei dançar com todos juntos. Com certeza vou voltar nas próximas vezes que acontecer esse evento", contou Laura Machado, de 78 anos.

Além da programação animada, o encontro também proporcionou a interação social entre os participantes. "A Semana da Terceira Idade foi excelente. Foi muito prazeroso e também ajudou com convivência do grupo", afirmou Curt Walter Müller, de 65 anos.

As professoras Daiane Sousa e Cristiana Melgacio, junto dos estagiários Jessica Bezerra e Lucas Paulo, foram elogiados pelo trabalho. "Dá pra perceber que a equipe é bastante dedicada. As atividades estavam ótimas. Gostei de todas", disse João Emídio Moura, de 74 anos.

O evento contou com a participação efetiva do Departamento de Esportes e professores, proporcionando um momento agradável para os sócios.



CBA BORRACHAS E PLÁSTICOS LTDA

Na CBA BORRACHAS você encontra mangueiras e acessórios para jardim, Correias de borracha, bombonas para armazenamento de água, correntes plásticas, lonas e encerados para cobertura, mantas e passadeiras para uso doméstico e/ou industrial, ferramentas, fitas adesivas, EPIS, Placas em EVA para montagem de tatames, cordas, chapas, tubos, Cones, mangueiras hidráulicas e industriais, entre outros produtos.

Venha conhecer nossa loja que fica na Avenida Pereira Barreto nº 2376 em Santo André - SP / Tel.: (11) 4422 4750



IV Encontro de

Y



Projeto possibilitou a troca de experiências práticas e teóricas

No dia 15 de agosto, o Primeiro de Maio realizou o IV Encontro de Yoga. O evento, que foi aberto ao público e contou com a participação de professores, alunos e leigos, possibilitou a troca de experiências práticas e teóricas nas mais diversas linhas da modalidade.

“O projeto, além de estimular o exercício que trabalha o corpo e a mente, visa a divulgação do Yoga como método eficaz para combater o estresse e aumentar a autoestima”, afirma o professor e idealizador do encontro, Almir de Carvalho.

O evento também contou com as palestras “A Ciência do Pranayama”, com Danilo Forghieri Santaella, “Resgatando a tradição do Yoga”, com Gerson D’Addio, e “Relação entre os Asanas, Nadis e emoções”, com o próprio Almir.

No final do encontro também foi realizada uma dança indiana com a orientação da professora Saphyra Wilson.

O

G

A

14

Informando PRIMEIRO



Time do Primeiro de Maio ganha Interclubes de Tênis

Evento, que não acontecia há muitos anos, volta com vitória dos atletas do Clube

O torneio Interclubes de Tênis do Primeiro de Maio voltou com tudo. O evento, que aconteceu nos dias 15 e 16 de agosto, voltou para comemorar o aniversário de 102 anos do Clube e festejou também a vitória da equipe da casa.

Composta por Paulo Gatti, Adriano Klerer, Bruno Molo e o capitão Alberto Matos, os atletas do Primeiro disputaram as finais com o Clube Atlético Aramaçan e ganharam por 2X1, com parciais de 4X6, 7X5 e 11X9.

Também participaram da competição a Associação Atlética Industrial Mauá e São Bernardo Tênis Clube.



15

Informando PRIMEIRO



Alimente esse sonho

De 17/10 a 31/10,
a cada pacote de sonho vendido
(com 10 unidades), R\$ 3,00 serão
revertidos para a APAE.



Novos Sabores

#ajudarétudodepão



2ª Etapa do Circuito Harrow de Squash

Competição recebeu jogadores da região



16

Informando PRIMEIRO

Do dia 1º a 4 de setembro, aconteceu no Primeiro de Maio a 2ª Etapa do Circuito Harrow de Squash. O evento promoveu a competição entre jogadores da região.

Os ganhadores da categoria "A" foram Vinicius Morello e Murilo Fernandes, da categoria "B", Fernando Felipe Monte Machado e Rafael Barros, categoria "C", Henrique Ribeiro e Carlos Souza, categoria "D", Victor Salgado e Gabriel Facchin Dotto, e duplas, Fernando Soares/Bruno Grinberg e Vitorino Magnani/Giovani Machado.



Treinador do Primeiro de Maio participa de Segundo Campamento Internacional de Squash na Colômbia



Renato Gallego foi convidado para palestrar junto a outros treinadores conceituados mundialmente

No período de 8 a 12 de setembro, o treinador de Squash do Primeiro de Maio, Renato Gallego, participou do Segundo Campamento Internacional de Squash, sediado em Bucaramanga, Colômbia. Tutor em coaching da World Squash Federation e treinador internacional nível 4, o mentor palestrou sobre progressão tática e movimentação em quadra.

O evento também recebeu palestras dos treinadores Mohamed

Elkeiy e Osama Saleh, ambos do Egito, Ronny Vlassaks, da Bélgica, e José Manuel Elías, do Peru. O curso, realizado com o objetivo de capacitar treinadores, contou com a presença de 25 profissionais da área de países da América Central e do Sul.

“Dividir as palestras com grandes treinadores mundiais foi uma honra. Reconhecimento e aprendizado incrível”, afirmou Gallego.

17

Informando PRIMEIRO



CONFISTEC[®]
ASSESSORIA CONTÁBIL

“Disponibilizar à sociedade serviços contábeis prestados com **Ética, Dedicção e Competência**”

Rua Oratório, 1780 - Parque das Nações
Santo André - SP | CEP: 09280-000
Tel: (11) 4975 - 8833
e-mail: confistec@confistec.com.br



Olimpíadas de Aniversário

Em comemoração aos 102 anos de existência, o Clube realizou atividades para celebrar a data

De 27 a 30 de agosto, o Primeiro de Maio promoveu as Olimpíadas de Aniversário em comemoração aos 102 anos do Clube.

Depois de 6 anos, o evento voltou a fazer parte das atividades esportivas do Primeiro.

A competição foi dividida em 4 equipes (Vermelha, Azul, Amarela e Verde), tendo a participação de associados de todas as idades.

A abertura ocorreu no ginásio de esportes do Clube, onde as equipes fizeram o juramento dos jogos e cantaram o Hino Nacional.

A primeira atividade desenvolvida foi a aula de "zumba", uma dança latina que mistura sam-

ba, salsa, merengue e mambo.

Também foram realizados jogos de queimada, tranca, pingue-pongue, boliche, bocha, basquete, biribol, conhecimentos gerais e uma gincana.

O envolvimento, o comprometimento e alegria dos só-

cios foram o ponto forte das Olimpíadas, além da importante participação de todo Departamento de Esporte e colaboradores.

No final do evento, o Primeiro de Maio foi homenageado com a canção de parabéns para fechar o aniversário.



I Campeonato Interno de Xadrez

O evento recebeu a categoria iniciantes do Primeiro de Maio



20

Informando PRIMEIRO



No dia 12 de setembro foi concluído com chave de ouro o I Campeonato Interno de Xadrez Iniciantes do Primeiro de Maio.

Na categoria absoluta, Pedro Navarro de 12 anos sagrou-se campeão, seguido de Francisco Navarro e Raissa Simeão, que ficou em terceiro lugar após cinco rodadas. No sub-12 masculino, o campeão foi Luiz Oliveira e Raissa também ficou com o título do sub-12 feminino.

Catorze jogadores inscreveram-se e a competição foi um sucesso. Manoel Joel Pereira foi o árbitro, auxiliado por Guilherme Martins. Além disso, tivemos suporte do Departamento de Esportes e pessoal de serviços gerais.

Esta competição permitiu que jogadores menos experimentados no xadrez pudessem mostrar todo o potencial que desenvolveram através das aulas do professor Manoel Pereira. O nível competitivo foi muito intenso entre os participantes, pois até a última rodada havia 5 candidatos ao título.

O torneio ajudou a formar uma nova base da categoria Menores do Primeiro de Maio, representada pelos talentos do Clube.

No evento também foi sorteada uma bicicleta zero quilômetro, doada pelo associado Antonio Carlos Piva.



Torneio de Boliche Duplas com Handicap

Evento reuniu jogadores de diversos níveis técnicos

De 17 a 30 de agosto, aconteceu no Primeiro de Maio o Torneio de Boliche Duplas com Handicap. O objetivo do evento foi unir jogadores de diferentes níveis, de iniciante a avançado.

A competição proporcionou aos "bolicheiros" um torneio equilibrado e disputado do início ao fim.

A dupla campeã da vez foi Luiz Henrique de Santes e Rubens Ferreira de Matos, seguido de Rosina de Freitas Nascimento e Evandro Blass, e em terceiro Andrea Petz Parrode e José Luiz Parrode.

21

Informando PRIMEIRO

saúde
força
brilho



DETOX

TRATAMENTO DE
DESINTOXICAÇÃO E
NUTRIÇÃO CAPILAR

#limpolevesolto

TRATAMENTO
NATURAL
COM RESULTADO
DE SAÍDA



A maioria das pessoas se frustram quando o objetivo principal da prática de atividade física é o emagrecimento. Muitas pessoas possuem uma rotina razoável de atividade física mas, apesar de se beneficiarem com essa prática regular, continuam com excesso de peso ou sobrepeso. Por que isso ocorre?



Por que corro, corro, corro... E não emagreço?

Quando nos referimos à organização do treinamento, seja qual for a modalidade esportiva escolhida, devemos considerar que só haverá sucesso quando os Princípios Científicos do Treinamento Desportivo forem aplicados. Treinar significa levar em conta fatores importantes, como a individualidade biológica, a sobrecarga aplicada, o tempo de adaptação do treino aplicado, a continuidade deste treino, entre outros. O treinamento deve ser suficiente para gerar um estresse fisiológico adequado ao organismo capaz de permitir uma adaptação orgânica. Um estresse (sobrecarga) abaixo da capacidade do indivíduo (débil) ou extremo (além do que o indivíduo suporta) não será eficiente para promover adaptações desejadas com o treinamento.

Nosso corpo é uma máquina perfeita, com um poder imenso de adaptação a diferentes situações. É por esse motivo que, ao treinar, estruturamos o nosso organismo e adquirimos os benefícios próprios do treinamento. Esse processo deve ser crescente e contínuo, ou seja, deve dar novos estímulos sempre e ser regular a essa prática. Isso nos ajuda a entender porque caminhar ou correr sempre da mesma forma nos faz estacionar no processo de ganho com o exercício, pois nosso corpo economiza energia a partir do momento que se adapta ao esforço.

Para continuar a evoluir em seu treino, é preciso otimizar seu tempo, é necessário ser persistente (continuidade) e consultar um profissional adequado para a organização do seu programa de treinamento. Treinamento não é quantidade e, sim, qualidade!

Vania Gutierrez
Técnica da Equipe de Corrida



A filosofia da TRANSPORTES COVISI não é apenas vender serviços de transportes, mas sim, desenvolver e manter parcerias sólidas e duradouras, através da responsabilidade, qualidade, pontualidade, agilidade e preços competitivos.

Nosso objetivo é ajudar nossos clientes em sua trajetória rumo ao crescimento sustentado, e ao sucesso de suas organizações.

Transportadora Covisi
Rua Marília, 249
Bairro Casa Branca
Santo André - SP
Cep: 0915-720
(11) 4432-1962



www.covisi.com.br



"Profissionais respeitados e orientados trabalham satisfeitos e assim aumentam a qualidade de nossos serviços e o bem estar de nossos usuários."

Viação Vaz

Consórcio União Santo André
Base Operacional 02
Rua Monte Mor, 200
Jardim Ocara

11 4422-4520

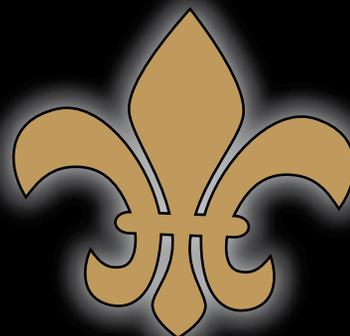
Santo André - São Paulo / Brasil
CEP. 09051-110

www.viacaovaz.com

A **Viação Vaz** faz parte do
Consórcio União Santo André.

Através de análises mercadológicas, técnicas operacionais e financeiras, nosso objetivo é agregar valor e solidez, aumentando assim nossa possibilidade de sucesso e crescimento.

A Viação Vaz adota como um de seus princípios básicos, investimento na capacitação profissional de seus colaboradores realizando programas de treinamento e capacitação.



Viação Vaz Ltda.



Interclubes Masculino e Feminino de Bocha

No dia 27/09, o Primeiro de Maio promoveu as finais do Interclubes Masculino e Feminino de Bocha. O evento ocorreu em comemoração do aniversário de 102 anos do Clube e contou com a presença dos times convidados do Ipiranga e Mesc. Na data, o evento também prestou homenagem ao atleta falecido José Felício Dezena, mais conhecido como Xixa.

Evento aconteceu em homenagem ao aniversário de 102 anos do Clube

No Feminino, o primeiro lugar ficou com o time "A" do Primeiro de Maio, em segundo Mesc, seguido de Clube Atlético Ypiranga e time "B" do Primeiro de Maio. Já no Masculino, os campeões foram os jogadores do Mesc, no vice o time "B" do Primeiro de Maio, seguido do time "D" do Primeiro de Maio e Clube Atlético Ypiranga.

O esporte, que é considerado um dos mais tradicionais do Clube, acontece sempre com três peças: individual, dupla e trio de jogadores. Além disso, a modalidade aceita participantes com idade a partir de 15 anos. A iniciação começa cedo justamente para estimular a prática da Bocha pelos mais jovens. "A intenção é despertar a vontade de jogar dos mais novos", afirma o Diretor da Bocha, Valdir Russo.

24

Informando PRIMEIRO



Dia da Árvore



No dia 21 de setembro é comemorado no Brasil o Dia da Árvore. O Primeiro de Maio tem um ícone dentro do clube que representa bem essa data: A famosa figueira centenária. Ela fica localizada na praça, que leva o mesmo nome da árvore, e tem origem da Oceania, Índia e Sudeste Asiático. Dados estimados calculam que a figueira tem mais de 150 anos. O clube possui várias árvores, o que faz dele uma “ilha verde” em meio ao grande número de prédios que compõe o centro de Santo André.

25

Informando PRIMEIRO

Quer ficar tranquilo? Consulte-nos!



SAÚDE



AUTOMÓVEL



RESIDÊNCIA



VIDA



VIAGEM

(11) 4125-7663 | (11) 99692-3306 NettPlanSeguros.com.br


NettPlan

Chácara Mimosa

Poucos sabem, mas a Chácara Mimosa, que antes pertencia às famílias Simonsen Murray, teve diversas denominações divulgadas, como Vila Mimosa, Chácara Murray ou Chácara Simonsen Murray.

A compra da Chácara Mimosa foi realizada pelo Primeiro de Maio no dia 12 de junho de 1962. O negócio estava sendo discutido desde março do mesmo ano, quando o clube ficou sabendo que a Prefeitura desistiria do projeto de desapropriação da chácara. Isso ocorreria, caso o imóvel fosse adquirido por alguma entidade que conservasse com todas as suas árvores, o chamado "grande pulmão verde de Santo André".

A notícia chegou na cidade com verdadeira revolução nos meios sociais, esportivos e imobiliários. Foi considerada uma das maiores transações da época, com o valor de 155 milhões de cruzeiros.

Em agosto de 1962, a diretoria do Primeiro de Maio decidiu abrir a Chácara Mimosa para visitação pública, como parte dos festejos do 49º aniversário do clube.

A chácara comprada de 21 mil metros quadrados, possuía uma construção com pagode xadrez – Devia ser a sala de chá. Havia também um tanque, que funcionava como piscina, quadra de tênis, garagem, sobrado, e casa dos funcionários.

Por cláusula contratual, os Murray não venderam a casa do zelador José Balbino de Carvalho, que continuou com seu trabalho no Primeiro de Maio. A viúva e familiares de José residiram nesse local até 1993.

A última prestação da compra da chácara foi honrada no dia 14 de novembro de 1967, e assim o clube decidiu oficializar a casa como sede social.



Um dos objetos encontrados pelo clube no casarão foram dois quadros pintados a óleo com vendedores de maçãs. A tela que exibia um velhinho, Sidney Robert Murray levou como lembrança da propriedade. O da velhinha, que foi autorizado a ficar no Primeiro de Maio, se encontra atualmente na sala dos troféus.

Informações tiradas do livro "Os Flechas Verdes", de Ademir Medici.

26

Informando PRIMEIRO





Novembro no PMFC

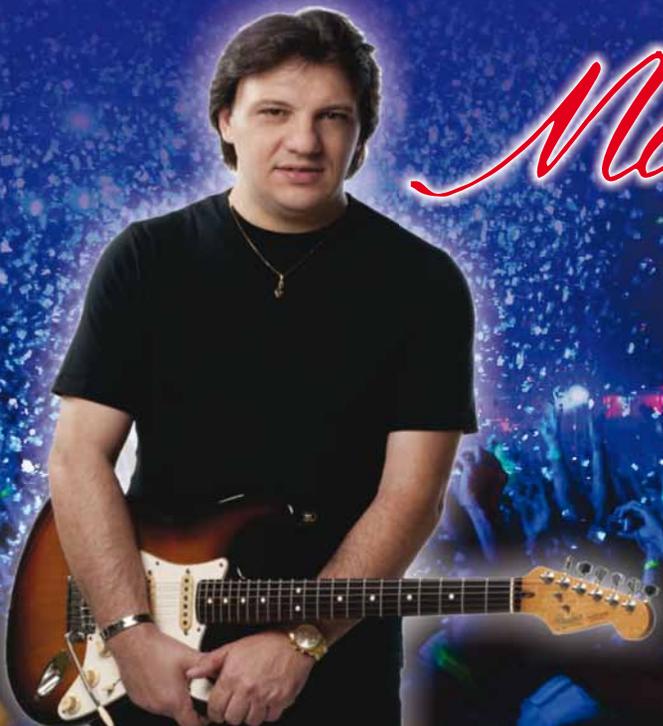
Muita Diversão pra Você!

Venham desfrutar

FESTA
Tropical

14 de Novembro
a partir das 21h

SHOW COM A BANDA
SAN MARCO



O SOM DOS BONS TEMPOS

Marcio Augusto
E ROCK BAND

28 de Novembro
das 21 às 24h

Sábado



**GONÇALVES**[®]

Imóveis e Condomínios
O rumo definitivo para seu imóvel.
www.goncalvesimoveis.com.br

**43**
ANOS

PORTO SEGURO Aluguel
SEGUROS

A PARCERIA QUE VOCÊ ESPERA

Venha fazer parte
do Grupo Gonçalves
Cadastre seu imóvel
em nosso site.

Santo André**Apto STO ANTÔNIO**

REF- 106137 R\$ 205.000
2 dorms, sala conjugada, 1
vaga, 1 banheiro.

Apto B. SANTA MARIA

REF-113289 R\$ 234.000
2 dorms, 1 vaga, 38m² AU.

Apto VILA CURUÇA

REF-116414 R\$ 250.000
2 dorms c/ sacada, sala,
cozinha, 1 vaga.

Apto VL. CECÍLIA MARIA

REF- 108022 R\$ 265.000
2 dorms, sacada, 2 vagas,
coz ampla planej, 70m².

Apto STA TEREZINHA

REF- 116004 R\$ 265.000
Loft, coz americana, port 24
horas, wc c/ espaço p/
tanque.

Apto B. CASA BRANCA

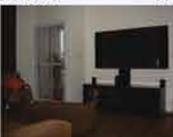
REF-116744 R\$ 345.000
3 dorms 1 suite, sala, coz
planej, 1 wc, 2 vagas.

Apto VL. VALPARAÍSO

REF- 115560 R\$ 498.000
3 dorms 3 suite c/ arms, 2
vagas, sala p. ipe.

Cobertura VL. LINDA

REF-113320 R\$ 325.000
3 dorms 1 suite, sala 2 amb, 2
coz planej, amplo quintal.

Cobertura UTINGA

REF-113829 R\$ 424.000
2 dorms 1 suite, sala, coz, 2
vagas.

Sobrado JD. STELA

REF- 117819 R\$ 320.000
2 dorms, sala, coz, 1 wc, 2
vagas.

Sobrado PQ. DAS NAÇÕES

REF-116593 R\$ 450.000
3 dorms sendo 1 suite c/
sacada, sala, 2 wc, 6 vagas.

Sobrado CAMPESTRE

REF-116782 R\$ 550.000
2 dorms 1 suite, sala 2 amb, 2
coz, 1 vaga.

Térrea PQ. Nº ORATÓRIO

REF- 119714 R\$ 420.000
3 dorms 1 suite c/ planej, sala
c/ sanca, 2 vaga, 1 wc.

Térrea B. SANTA MARIA

REF- 118105 R\$ 600.000
2 dorms 1 suite, sala 2 amb, 2
coz planej, 2 wc, 2 vagas.

Térrea VL. GUIOMAR

REF-112417 R\$ 850.000
3 dorms 1 suite, sala, coz, 2
wc, 3 vagas.

Apto JD. BELA VISTA

REF- 119614 R\$ 552.000
3 dorms, sala, cozinha, 2 wc,
2 vagas.

Apto JD. BELA VISTA

REF- 119175 R\$ 652.000
4 dorms 1 suites, 2 salas
amplas c/ sacada, 3 vagas.

Sobrado TELLES DE MENEZES

REF-119573 R\$ 456.000
3 dorms, sala, cozinha, 2 wc,
3 vagas.

Térrea CAMPESTRE

REF-90401 R\$ 1.200.000
3 dorms 1 suite, 3 vagas,
planejada, edícula
reformada.

Térrea VL. ASSUNÇÃO

REF-119025 R\$ 1.150.000
2 dorms 1 suite, 2 salas, 9
vagas, 1 wc, copa e coz.

Locação**Apto VILA PIRES-SA**

REF-20346 R\$ 1.000,00
2 dorms, sala 2 amb, coz p.
frio, 1 vaga, a/s separada.

Apto JD BELA VISTA-SA

REF- 29344 R\$ 1.100,00
2 dorms p. lam planej, sala
p. lam, 2 wc, 1 vaga.

Apto CAMPESTRE-SA

REF-29288 R\$ 1.200,00
2 dorms p. frio c/ sacada, 2
vagas, a/s p. frio.

Apto VL. VALPARAÍSO-SA

REF-28948 R\$ 1.550,00
3 dorms p. parcel, 1 suite,
coz planej, 2 vagas, a/s
separada.

ASSOBRADADA CAMILOPOLIS-SA

REF-29355 R\$ 2.800,00
3 dorms p. frio, 1 suite c/
hidro, coz planej, 3 wc, 6
vagas.

Matriz: Av. Fco Prestes Maia, 307 - Centro - SBC - Fone: 4331-4040
Ag. Jd do Mar: Av. Kennedy, 143 - Jd do Mar - SBC - Fone: 4123-8000
Ag. Assunção: Av. João Firmino, 1368 - B. Assunção - SBC - Fone: 4352-1000
Ag. Santo André: Av. Dom Pedro II, 2.705 - Sto André - Fone: 4421-8000
Ag. São Caetano: Av. Dr. Augusto de Toledo, 589 - S. C. Sul - Fone: 4225-1000
Personalitê - Fone: 4125-2000