

SUA FAMÍLIA PODE SE ASSOCIAR A ABB

INFORMATIVO ABB NITERÓI - AGOSTO 2018

NÃO PRECISA SER FUNCIONÁRIO DO BB!



DIA DOS PAIS

12 DE AGOSTO

— 13H —

VENHA ALMOÇAR NA ABB NITERÓI

Feijoada completa e cardápio variado

Buffet

Música ao vivo com Patrícia Brito

Cristina Guimarães

Recreação infantil com o Arte faz Parte.

restaurante

São Francisco - Rua Hélio Da Silva Carneiro, 78.
21-2611-3155/99867-9933



A Palavra Do Presidente

Prezados associados,

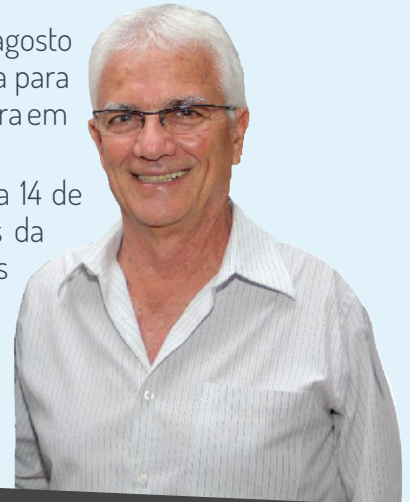
Agosto é o mês de aniversário da AABB, fundada em 02 de agosto de 1952. No dia 25 de agosto estaremos comemorando nosso 66º (sexagésimo sexto aniversário) com jantar e boa música para dançar. Você não pode perder. Aproveite e convide os amigos para se tornarem associados. Agora em agosto, na comemoração de aniversário o associado novo não paga a taxa de adesão.

Faça logo a sua reserva para o show do Guilherme Arantes na AABB São Francisco, no dia 14 de setembro. A festa Julina em Piratininga foi um sucesso, a Quadrilha com os dançarinos da Academia Elizete Mascarenhas, tocando músicas de quadrilha tradicional e músicas modernas foi um show a parte.

Atenção: nossa Assembleia começa agora no sábado, 11/08/2018. Venha saber como anda nosso clube.

Visite o nosso site: niteroi.aabb.com.br e nosso face.

Dúvidas? Mande um ZAP: 21 - 99867-9933



Guilherme Magalhães - Presidente AABB Niterói

EXPEDIENTE

AABB Niterói

Sede:
Rua Hélio da Silva Carneiro, 78
São Francisco - Niterói
Tels: 2611-3155/2714-4714
Subsede:
Av. Raul de Oliveira Rodrigues, 2600
Cafubá - Piratininga
Tel: 2619-5810

Presidente

Guilherme Souza Magalhães

Vice Presidente Administrativo

Marcel Pacheco Andrade

Vice Presidente Administrativo Suplente

Manoel Carlos Gomes

Vice Presidente Social

Sônia Dias Valente

Vice Presidente de Esporte

Lyvio Calhau

Presidente do Conselho Deliberativo

Antonio Paulo Ruzzi Pedrosa

Presidente do Conselho Fiscal

Aristides Milton Junqueira Marques

Assessor Jurídico

Evandro Luís Guedes

Diretor de Aposentados

Ozires Dantas dos Santos Filho

Diretor de Tênis

Douglas Lombello

Diretor de Futebol

Flávio Coelho Carrete

Samba no Chalé



O Samba do Chalé do dia 04 de agosto, foi de grande alegria e animação com o Grupo Degradê. Não deixe de vir e conferir o do dia 29 de Setembro às 16h. Convide seus amigos e traga a sua família.

Festa Julina em Piratininga

A festa julina em Piratininga foi de grande sucesso com a animada quadrilha da Cia de Dança Elizete Mascarenhas, forró, brincadeiras, barracas variadas e música ao vivo.



NOSSOS PARCEIROS





AGENDA DE EVENTOS AGOSTO 2018

11 | SÁBADO
10h

PALESTRA
SAÚDE DA CASSI
em debate,
Compareça.

12 | DOMINGO
13h

DIA DOS PAIS
ALMOÇO ESPECIAL PARA
OS PAPAIS. COM MÚSICA
AO VIVO E RECREAÇÃO

BAILE DE ANIVERSÁRIO | **25** | SÁBADO
20H

GRANDE FESTA DE ANIVERSÁRIO DA AABB.
COM ZECA DO TROMBONE E A BANDA Z.

R\$70 - ASSOCIADOS OU ANTECIPADOS - INGRESSOS LIMITADOS - GARANTA SUA VAGA
Coquetel Volante com estação de massas..

AGOSTO 2018

AGO
convocação **11 A 18** | SÁBADO
10:30h

O Conselho Deliberativo da Associação Atlética Banco do Brasil - Niterói (RJ), na forma do Estatuto em vigor, artigos 10; 11 I; 13 II; 15 IX e XI convoca os associados efetivos, parentes, comunitários e beneméritos, para a Assembleia Geral Ordinária, com **Abertura no dia 11 de agosto de 2018 (SÁBADO), na Sede Social em São Francisco, Rua Hélio da Silva Carneiro, 78, nesta, com sua Instalação iniciando às 10:00 horas e Realização no dia 18 de agosto de 2018 (SÁBADO), em primeira convocação, às 10:30 horas, com a presença de maioria absoluta e, em segunda convocação, às 11:00 horas, com no mínimo 4% (quatro por cento) dos associados com direito a voto, para a seguinte ordem do dia:**

ANALISAR A PRESTAÇÃO DE CONTAS REFERENTE AO ANO 2017

EVENTOS SETEMBRO 2018

14 | SEXTA
21:30h

SHOW COM
GUILHERME ARANTES
Show de Abertura com:
DUO CARIELLO

29 | SÁBADO
16h

SAMBA NO CHALÉ
R\$10 antecipado



VISITE OS RESTAURANTES EXISTENTES EM NOSSAS SEDES.

SÃO FRANCISCO E PIRATININGA

ABERTO A NÃO ASSOCIADOS
SEJA ASSOCIADO E OBTENHA OUTRAS VANTAGENS!



Piratinga – 2619-5810/2619-5811

GUARDIÃO DE PISCINA

DIAS: SÁBADOS
HORÁRIO:
08:30h às 13h
INFORMAÇÕES:
21-986412444

NATAÇÃO

DIAS: TERÇAS E QUINTAS
HORÁRIOS:
08h às 11h
14h às 15h
INFORMAÇÕES: KATIUSSA E
RODRIGO RISCADO 21-98383-9080

FUTEBOL

DIAS: TERÇAS - QUINTAS
E SÁBADOS
HORÁRIO:
3ª e 5ª - 08h às 09h/Sub 09 e 11
15:30h/Sub 15 e 17
16:30h/Sub 13
17:30h/Sub 09 e 11
Sábado - 09h às 10h/de 5 a 7 anos
INFORMAÇÕES: ADRIANA - 21-98141-6315

DANÇA

DIAS: TERÇAS - QUARTAS E
SÁBADOS
DANÇA DO VENTRE - SÁBADO - 9h
JAZZ CONTEMPORÂNEO - QUARTA - 14:30h
JAZZ DANCE INFANTIL - SÁBADO - 10:30h
HIP HOP - QUARTA - 18h
POP KIDS - QUARTA - 18h
DANÇA DE SALÃO - TERÇA - 20h
CENTRO ARTÍSTICO E CORPORAL
ELIZETE MASCARENHAS
INFORMAÇÕES: 21-98155-4415/97036-6480

TÊNIS DE QUADRA

DIAS: TERÇAS E
SÁBADOS
HORÁRIO:
08:30h às 13h
HORÁRIOS FLEXÍVEIS
CONTATO DANIEL
21- 99974-8466

PILOTAGEM DE DRONES

DIAS: TERÇAS E
QUINTAS
HORÁRIO:
18:30h às 21h
MAIS INFORMAÇÕES
E INSCRIÇÕES:
21 98614-4547 - TELMO

Estamos com novo perfil no Instagram
@aabb.niteroi - É só nos seguir e acompanhar as novidades!

Dúvidas? Mande um ZAP
para a AABB.
21- 99867-9933.



São Francisco – 2611-3155/2714-4714

FUTEBOL DE SALÃO KZ SPORTS

DIAS: SÁBADOS
HORÁRIO:
08:30h às 13h
INFORMAÇÕES:
CAZÉ - 21-98807-8787

FUTEBOL DE SALÃO THE VILLAGE

DIAS: TERÇAS E
QUINTAS
HORÁRIO:
18:30h às 21h
INFORMAÇÕES:
21-96931-9300/99224-9828

ARTESANATO

DIAS: SEGUNDA A
SEXTA
HORÁRIO:
HORÁRIOS FLEXÍVEIS
CONTATO FÁTIMA LUZIA
21- 99864-1988

BUDÔ ARTES MARCIAIS

DIAS: TERÇAS E
QUINTAS
HORÁRIOS:
09h às 22h
INFORMAÇÕES: LEANDRO BUDÔ
21-99998-2840/2610-1671

PATINAÇÃO

DIAS: SEGUNDA A
SEXTA
HORÁRIO:
2ª - 17:30h às 20:30h
3ª - 15:30h às 17:30h
4ª - 9h às 10h/17:30h às 20:30h
5ª - 15:30h às 17:30h
6ª - 9h às 10h/17:30h às 20:30h
MAIS INFORMAÇÕES
KAREN - 21- 99797-9139/2616 - 4043

NATAÇÃO

DIAS: TERÇA A SEXTA
HORÁRIO:
3ª e 5ª - Manhã e Noite
4ª e 6ª - Manhã, Tarde e Noite
HIDROGINÁSTICA
DIAS: TERÇAS E QUINTAS
HORÁRIO:
07:45h às 08:30h
10:30h às 11:15h
INFORMAÇÕES: 21 2611-3155

VOLEIBOL

DIAS: QUARTAS E
SEXTAS
HORÁRIO:
15h às 17h
INFORMAÇÕES: BRUNA
21-98187-7255

MERGULHO

DIA: 17.07 - 19h
PISCINA DA AABB
DIAS: 21 E 22.07 - 19h
A CAMINHO DO MAR
INFORMAÇÕES: RAMIRES
21-98547-3853

São Francisco - Rua Hélio da Silva Carneiro, 78
Piratinga - Av. Raul de Oliveira Rodrigues, 2600

ESPORTES NA TERCEIRA IDADE: BENEFÍCIOS E QUAIS ESPORTES PRATICAR.

As melhores condições de vida obtidas com o avanço da medicina têm aumentado a expectativa de vida do ser humano. Apesar de a longevidade ter um limite, como vimos aqui, nunca se viveu tanto e com tantas possibilidades de se viver bem. Muitos estudos têm demonstrado que, mesmo com uma idade mais avançada, é possível aos idosos ganhar massa e força muscular com treinamentos com pesos. É natural que, com o avançar do tempo, ocorra uma perda de musculatura, mas é possível atenuar os seus efeitos com exercícios voltados para ganhar massa. Segundo o especialista em educação física Alexandre Vieira, cerca de 85% das pessoas idosas apresentam uma ou mais doenças ou problemas de saúde, sendo os principais: artrite: 48%; hipertensão arterial: 46%; doenças cardíacas: 32%; comprometimento da audição: 32%, entre outros. De acordo com o estilo de vida do idoso e com o adotado em sua vida pregressa, os especialistas acreditam que é possível o ser humano viver até os 115 anos.

Como envelhecer de forma saudável?

Os estudiosos ainda afirmam que a atividade física regular é um dos segredos para manter-se saudável na terceira idade. São os idosos quem mais se beneficiam, de todos os grupos etários, com a prática de exercícios físicos, claro que feitos com cuidado e com apoio especializado. O exercício físico faz bem para o corpo e, também, para a cabeça. Ele resgata a auto-estima, o prazer e a motivação. Através da prática de uma atividade física, o idoso tem a possibilidade de melhorar a sua coordenação motora e reflexos, relaxar, estar em contato com outras pessoas, de recuperar a confiança em si mesmo e fortalecer o seu corpo, protegendo-se de possíveis acidentes aos quais pode ficar mais vulnerável com a idade, como uma queda. Confira, a seguir, algumas atividades físicas que fazem muito bem para a saúde dos idosos. Algumas sugestões são do site Vivo mais Saudável:

Dança

Fazer atividades desportivas na terceira idade não é apenas uma questão de saúde física. É também uma questão de saúde mental, um momento de socialização, de fazer novos amigos, de se sentir bem. Neste sentido a melhor atividade é a dança. Vale tudo: tango, dança de salão, flamengo, do ventre, moderna, clássica. É só achar a escola que ofereça estas atividades aos mais velhos. E olha que tem muita gente voltando ao ballet!!!

2. Natação ou hidroginástica

As atividades aquáticas como a natação e a hidroginástica trazem benefícios como o fortalecimento dos músculos e a melhoria do sistema respiratório. Nadar é um exercício aeróbico que protege as articulações e trabalha o fluxo sanguíneo. A vantagem destas atividades também se dão pelo pouco impacto que água provoca.

3. Caminhada e corrida

Uma caminhada de, no mínimo 30 minutos, diariamente combate problemas cardiovasculares, melhora a respiração e fortalece os músculos.

4. Ioga ou pilates

Ioga e pilates ajudam na aquisição de flexibilidade e equilíbrio e melhora a postura.

5. Bicicleta

Andar de bicicleta é uma atividade prazerosa para os idosos e que, ainda, fortalece os músculos do quadril e das pernas.

6. Musculação ou ginástica

Para melhorar o condicionamento físico e a resistência muscular e dos ossos, a musculação é uma ótima atividade. Os exercícios devem ser voltados para a repetição, e não para o peso. Malhar fortalece os músculos, melhora a circulação sanguínea e a respiração.

7. Alongamento

Todas as atividades físicas devem ser precedidas de alongamento. Depois do exercício, ele também é fundamental, pois evita lesões. Alongar é também entrar em contato consigo mesmo através da percepção e da consciência do próprio corpo. Alongar, respirar e ir relaxando cada músculo, cada parte do corpo: pescoço, ombros, costas, braços, pernas, pés...

Por: Gisella Meneguelli

Fonte: <https://www.greenme.com.br/viver/ esporte-e-tempo-livre/4280-esportes-na-terceira-idade-beneficios>



guilherme
ARANTES
40 ANOS DE SUCESSOS

14.SET
SEXTA

SHOW DE ABERTURA

ÀS 21:30h

DUO CarIELLO

Classic Hits



GUILHERME ARANTES

Uma Viajante Alma Paulistana – Guilherme Arantes 40 Anos

Ao completar estes 40 anos de carreira musical, eu tomei uma decisão de contar pessoalmente, da forma mais generosa e mais completa possível, todas as entrelinhas que permearam as composições de músicas e letras, já que o meu ofício primordial sempre foi o de compositor. Cantar, a princípio, foi uma “obrigação”, o canto era, pra mim – desde menino – uma habilidade secundária, já que, por influência do meu pai, sempre valorizei aquelas figuras “por trás” das grandes carreiras musicais, das estrelas do rádio e da televisão : os compositores. Compor, como toda criação de coisas a partir do nada, sempre foi muito lúdico e prazeroso, mas um ofício extremamente doloroso. Meu patíbulo, nestes 40 anos, foi o teclado do piano. Ali passei a maior parte da minha vida, procurando acordes e melodias que fizessem minha vida ter um sentido além de sobreviver. Minha história teria, pois, que ser contada sempre com um piano por perto...

Se eu escrevesse um livro com as histórias, os sons, acordes e temas não estariam ali, ficariam no silêncio da leitura. Se eu produzisse um DVD comemorativo para compartilhar com um público ao vivo (pela enésima vez) as vitórias do sucesso, estaria frustrando esse anseio de contar as histórias.

Achei melhor arregaçar as mangas e produzir um (longamente sonhado) documentário, recheado de caminhos musicais e poéticos que me trouxeram até aqui. Ao invés de privilegiar a linguagem de arena que pontua as produções comemorativas, eu queria muito mergulhar numa linguagem de câmara – com o intimismo de poder falar para o expectador de maneira individualizada, ao invés da forma coletivizada que a cultura de arena se acostumou a explorar. Eu queria que a pessoa que assistisse o meu documentário de 40 anos, se sentisse me fazendo uma “visita exclusiva”, numa sala de estar, com vários pianos, o órgão, o cravo, com livros e discos, e um roteiro cuidadosamente alinhavado pela minha memória, e, com valiosas pesquisas auxiliares a essa memória, que nada escapasse de cada época. O que líamos ? O que ouvíamos ? Que filmes, que fatos, e quais segredos preciosos poderiam fazer dessa jornada uma viagem mais interessante do que a mera exaltação da palavra “sucesso”, a essas alturas já tão proferida e (quase) sem mais nenhum significado. Seguindo a minha intuição, estabeleci alguns critérios importantes, especialmente no que diz respeito à vida particular. Não é, pois, uma história recheada de intimidades pessoais, que viessem apimentar a narrativa, e interessar a um olhar “voyeur”. Não se trata de uma vida espetaculosa para o deleite imediato do tablóide. Trata-se do making-off detalhado de uma vida operosa, de um operário, e onde a fama, no fundo, teve um papel secundário. A maneira de fazer esse documentário também é uma proposta à parte : desde o início um coletivo de diretores de vídeo e áudio, Rodrigo Ceccato, Giuliano Gerbasi, Gabriel Martini, Pedro Arantes... tendo em mim, muito mais um mestre-de-cerimônias. Aquele que recebe em sua casa, que é sua vida. Distoa, pois, do modus-operandi das produtoras e emissoras, já que a condução da narrativa não obedece a um terceiro olhar...

Conta “as histórias” quem as viveu, juntamente com quem as compreendeu...

Guilherme Arantes, outubro 2016

fonte: <http://guilhemearantes.com/site/br/?albums=2018-uma-viajante-alma-paulistana>



66 Anos AABB Niterói

História

A AABB Niterói, foi fundada em 02 de agosto de 1952, com o nome de SATÉLITE CLUBE NITERÓI, e sede a Rua São Pedro nº 60, antigo endereço da Agência Niterói do Banco do Brasil. Porém existem alguns fundadores que dizem que o SATÉLITE CLUBE NITERÓI já existia no período de 1939 a 1944.

No entanto, em 1952, os bancários promoveram um torneio de futebol e o Banco do Brasil quis participar. Sua direção colocou verba à disposição para a aquisição do material esportivo, bastando que o clube existisse legalmente, sendo esta a razão de a nossa primeira Sede ser a mesma da Agência do Banco do Brasil em Niterói, como consta da primeira edição da revista, então REVISTA SATÉLITE, com data de maio de 1953, na gestão da seguinte diretoria:

Presidente: Emmanuel Coelho Barboza

Secretário: Paulo de Brito Viana

Tesoureiro: Luiz de Araújo Almeida

Diretor Esportivo: Acyr Antunes de Almeida

Diretor Social: Helmano do Rego Wanderley.

Entretanto, na edição da revista SATÉLITE de setembro de 1953, consta a Sede do então SATÉLITE CLUBE NITERÓI, uma sala no Palácio do Comércio, situada no Edifício da Associação Comercial, 3º andar, sala 302, na Av. Amaral Peixoto, na gestão do presidente Gilson Pereira da Cunha.

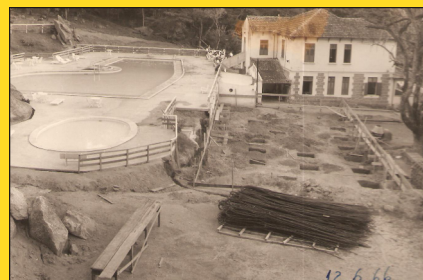
Somente em 25 de maio de 1957, é que o nosso clube passou a se chamar "AABB - Associação Atlética Banco do Brasil - Niterói". Consta na edição da então REVISTA AABB a foto do presidente Joaquim Amorim Neto no lançamento da pedra fundamental (placa) no terreno de nossa atual Sede no bairro do Saco São Francisco.

A edição da revista de maio/junho de 1981, registra a visita de diretores do Banco do Brasil, Dr. Amílcar de Souza Martins e Dr. Luiz Fernando Duarte Siqueira, na então gestão do presidente Dr. Antonio Paulo Ruzzi Pedroso, quando autorizaram a compra do imóvel da Rua Manoel Duarte, nº 83, ampliando a nossa sede em mais 5.400 metros quadrados, em cujo espaço encontra instalado o Centro Cultural Décio Coutinho Vasconcellos, o Chalezinho, o Ginásio Mario Figueiredo, etc.

Também em 1981, o presidente PEDROSO, em parceria com a Urbanizadora Piratininga S/A, lançou a venda de lotes no bairro do Cafubá, com a idéia de termos no futuro uma Sub-sede. Em 25 de junho de 1982, foi assinada a escritura no 2º Ofício, ocasião em que a AABB passou a ser proprietária de uma área de 16.000 metros quadrados no Condomínio Fazendinha, onde hoje se encontra a Unidade Externa de Piratininga, construção iniciada em 1988, na administração do presidente Luiz Fernando da Costa Mattos, projeto de autoria da arquiteta Sra. Naiana Peres, cabendo ao engenheiro civil Sr. Sergio Werneck, a responsabilidade técnica da construção.

Hoje, a AABB Niterói é considerada dentro do sistema AABB, uma das mais importantes do país.

Venham comemorar conosco no dia 25 de agosto, o nosso 66º Aniversário!!!!



CAMPANHA PROMOÇÃO DE ANIVERSÁRIO DA AABB.

Neste mês de AGOSTO. Com Isenção da taxa de jóia!

Para maiores informações:
Tel. de contato: 2811-3155 / 2619-5810 (secretarias)
E-mail: secretariasfco@aabbnit.com.br - E-mail: aabbsubsede@gmail.com

