

Dia das Crianças

A Soabem, entidade assistencial parceira do Residencial 10 realizou no dia 12 de outubro, a 19ª Festa da Criança. Na ocasião, crianças carentes da região receberam brinquedos provenientes de doações.

Os trabalhos da Soabem acontecem durante todo o ano, e as pessoas interessadas em realizar doações, podem entrar em contato com a entidade através do telefone 4161-6824. www.soabem.org.br

Bazares Beneficentes

1) Nos dias 16 e 17 de outubro aconteceu, no salão social anexo à administração, o Bazar da Primavera, onde foram comercializados artigos novos para a moda feminina.

Não faltaram acessórios, perfumes, bijuterias, jóias, calçados, bolsas, dentre outros produtos.

2) Já no dia 31/10 é a vez do Bazar Beneficente da entidade Assistencial Âncora, também parceira do Residencial 10, que comercializará diversos produtos para a alegria dos visitantes. Não perca!

O telefone da administração do Residencial 10 mudou de 6889-6889 para 2889-6889

Residencial 10
"Aqui, a qualidade de vida realmente está em primeiro lugar"



Está quase tudo pronto para a festa de Halloween mais horripilante de Alphaville que será realizada na sexta-feira, 31/10, em nosso Residencial, com concentração na praça Ilerê, a partir das 19h.

A Diretoria Social está trabalhando a todo vapor para divertir nossas crianças, adolescentes e os adultos que acabam participando direta ou indiretamente do evento. "Nosso principal objetivo é a confraternização da comunidade", destaca a diretora social Fátima Velloso.

De acordo com a organização não faltará diversão em meio aos inevitáveis sustos, monstros, fantasmas, homem que cospe fogo (pirofagista), trenzinho do horror com circuito específico

pelas alamedas do Residencial, maquiagem do terror, além de uma super decoração, cascata de chocolate, refrigerante, e muito entretenimento. Uma novidade nessa edição será o concurso de fantasias.

Os moradores interessados em participar da brincadeira podem enfeitar sua residência ou apenas afixar um pano na cor ocre ou laranja para as crianças realizarem a famosa caça aos doces. "É importante que os pais instruaem seus filhos para visitarem apenas as casas enfeitadas ou com identificação de que está na brincadeira", frisa Fátima Velloso.

Maiores informações na administração. Confira, abaixo, algumas fotos do Halloween de 2007!



Cartas do Leitor

Amigo morador, o jornal Sar10News é seu. Utilize esta preciosa ferramenta de comunicação em favor de nosso Residencial.

Sua participação é importante. Encaminhe sugestões de pautas, opiniões e cartas para a administração. Textos longos poderão ser resumidos sem prejuízo da informação.

Está no Regulamento Interno da Sar-10

De acordo com o Regulamento Interno do Residencial 10, o qual é do conhecimento de todos os moradores e proprietários, é proibida a colocação de qualquer propaganda nas áreas comuns ou nos recuos das residências.

Nas áreas comuns somente serão permitidas a colocação de propagandas de interesse da comunidade, avisos da administração ou de órgãos públicos.

Nos casos de anúncio de vendas ou locação, somente será permitida a afixação de uma única placa, com as seguintes dimensões máximas de 30cm X 50cm, que devem ser colocadas à uma altura de 15 cm do solo.

Lembre-se que a valorização visual do patrimônio comum do Residencial 10 depende da participação de cada morador.

Tem gente que insiste!

Prezado morador, instrua seus funcionários para, quando em passeio com seu cachorro de estimação, recolherem os dejetos dos animais com um saquinho e os depositarem no lixo, e não nos bueiros.

Sar-10News

O jornal **SAR-10 NEWS** é uma publicação da Sociedade Alphaville Residencial 10

TIRAGEM: 600 exemplares

Jornalista Responsável:
Claudinei Tavares
MTB: 31.821
Fone: (11) 8222-8033
claudinei.oct@uol.com.br

A Mulher, o Tempo e o Sentimento

*Se existe algo inevitável,
é o tempo!*

Aos 8 anos, não nos damos conta da sua existência. Aos 18, torcemos para que passe logo, pois há muitas conquistas a alcançar e os sonhos borbulham na ansiedade de chegarmos lá. Lá onde? No futuro: um príncipe que nos ame, uma realização pessoal ou profissional, status, dinheiro e, para muitas, uma família e filhos. Algumas de nós atinge-o mais rapidamente, outras, nem tanto, e uma parte nem sequer se aproxima dos seus desejos e vê seus rumos serem modificados. O certo é que sempre vamos em uma direção, para algum lugar a nossa frente.

Aos 30, sentimo-nos velhas. Nossa, é um marco! Se não temos filhos, não podemos mais perder nenhum minuto, pois dessa data a maternidade não pode passar. Se não conquistamos o trabalho almejado, é agora que temos que fazê-lo, caso contrário, o mercado nos considera ultrapassadas. Se não nos envolvemos em um grande amor, o receio é que isso se torne impossível, pois homens da nossa idade ou estão casados ou em vias de fazê-lo. A sucessão dos anos exerce uma pressão sobre nosso viver e conviver. Pesa tanto, que o espelho se transforma em nosso inimigo e nos aliamos a todas as indicações, científicas ou não, a fim de evitar ruguinhas, marcas, arredondamentos no corpo, manchas, etc, etc.....

Os 40 anos chegam. Aí sim, para muitas é o desespero total. Para as mães com filhas adolescentes, sobra a angústia de imaginarem-se limitadas para usarem certas "roupitas", divertirem-se em determinados lugares e serem atraentes como na juventude. As solteiras, sobra a ansiedade por não estarem com o grande amor de suas vidas. É uma fase em que mudanças hormonais influenciam o aspecto físico e a disposição psíquica.

Aos 50, devemos cuidar para que a depressão não se instale e se apodere das nossas construções. A evolução científica e tecnológica tem trabalhado a favor de postergar o envelhecimento. O rejuvenescimento, buscado por muitas de nós, traz consigo esperança, auto-confiança, sentimentos de liberdade e poder, que se refletem na qualidade das nossas relações amorosas, na família, no

trabalho ou no círculo social. Ajuda-nos a encarar o tempo como fenômeno físico e adia as possibilidades psíquicas de nos depararmos com as marcas deixadas por ele. Todos os recursos disponíveis para manejar esses fatores não nos poupam de pensar em qual é a hora de parar de lutar contra o tempo. Mais cedo ou mais tarde teremos que enfrentar a consequência desse adiamento, para não correremos o risco de nos tornar destituídas das nossas características físicas básicas. No desejo de eliminar os sinais dos anos, temos visto mulheres que perdem suas expressões mais significativas, seus sorrisos próprios e suas graças naturais.

É difícil desfocar o aspecto formal da nossa existência, para focalizar o amadurecimento advindo das experiências, nas diferentes fases da vida. Igualmente custoso é acreditar que um rosto maduro pode ser tão ou mais atraente que uma face jovem, pois a maturidade, a serenidade e o equilíbrio contêm em si algo de sedutor. Os sinais da dor, da alegria, das conquistas e do conhecimento ganhos com a vivência confere-nos particularidade e contém os movimentos e as danças das nossas relações. Formam as impressões da nossa existência e nos expõem ao mundo, como seres próprios e únicos. Assim, podemos pensar que, ao invés de lutar contra o tempo, é possível fazer uma parceria com ele. Os recursos da ciência passam, então, a constituir-se em instrumentos para interagir com essas marcas, que devemos cuidar para manter vivas em nossa pele, já que elas incluem nossa história, expressando nossas qualidades emocionais.

A juventude tem brilho e viço, mas não necessariamente alegria, leveza e beleza. A jovialidade encontra-se na capacidade de demonstrar ligação e interesse na relação com o outro, na delicadeza de legitimá-lo como verdadeiro outro, na habilidade de conviver com as diferenças e na placidez do entendimento em relação à vida.

Nós mulheres, que já fizemos tantas conquistas sociais, certamente temos sabedoria para cuidar de não nos perdermos no apelo da forma, na ilusão do impossível, cujo império tem-nos afastado de nós mesmas.

Vivien Bonafer Ponzoni
É psicoterapeuta de adultos, casal e família e moradora do Residencial 10

Coleta dos lixos:

Podas de jardim - 2ª à 6ª feiras
 Orgânico - 2ª, 4ª e 6ª feiras
 Reciclável - 3ª e 6ª feiras
 Entulho - 5ª feira (serão recolhidos, no máximo 8 sacos de 50 litros por residência).

Óleo de cozinha ou vegetal - pode ser depositado diariamente na bombona localizada na triagem (portaria) ou retirado nas residências, por nossos funcionários, na primeira semana de cada mês, quando são entregues os sacos **verdes**.

Lembramos que:

sábados, domingos e feriados não há serviços de coleta.

Com isso, solicitamos aos moradores para colocarem os lixos para fora da casa apenas nos dias da coleta.

Alfabetização de adultos

O curso é totalmente gratuito (inclusive o material didático) e acontece às 4ª e 6ª feiras, das 17h às 18h30, na administração. As matrículas estão abertas. Maiores informações na administração ou nos horários de aula com a professora Maria Odete.

Funcionário Sar - 10



Nome: Lúcia Zacarias

Cargo: Copeira

Tempo de Sar-10: 4 anos

Time: Corinthians

Prato Preferido: Massas

Nas horas de folga: Gosto de frequentar a igreja

Frase: "O coração é terra que ninguém conhece, mas que pode ser cultivada"

Diretoria Executiva

A Diretoria Executiva da Sociedade Alphaville Residencial 10 tem a seguinte composição:

PRESIDENTE Sérgio Martins Gonçalves	DIRETORA SOCIAL Fátima Velloso Gonçalves
DI RETOR ADMI NISTRATI VO Marco Antonio Cairo	DI RETOR DE SEGURANÇA Ivon José Caran
DI RETOR FINANCEIRO Carlos Eduardo Carbone	DI RETOR TÉCNICO E DE MANUTENÇÃO Paulo Haroldo Barreto Mollo

Eleição de Conselheiros da SAR-10

O quadro de Conselheiros da Sociedade Alphaville Residencial 10 foi atualizado na A.G.O. (Assembléia Geral Ordinária) realizada no dia 28/8. A nova composição ficou assim:

Presidente do Conselho Deliberativo

José Renato Venere Bonventi

Conselheiros

Álvaro Caetano Junior
 Benewaldo Camargo Padovani
 Carmine Silvestre Junior
 Andréa Barbosa Bonventi
 Carlos Henrique S. Caggiano
 Celestino Pereira Felipe
 Denise Ferrari Funis
 Fiore Santino Rovetto
 Joel Felipe Rodrigues

Luiz Wagner Trafani
 Sérgio R. C. Albuquerque
 Kathya França Carreira
 Lucas Medeiros Moreira
 Edevalde Perfeito Junior
 Hilton Vaz Pezzoni
 José Antonio da Silva
 José Osvaldo Marconi
 Nelson dos Santos
 Florivaldo Faloim Mazzer
 Osires Nogueira Beverinotti

Conselho Fiscal

Flávio Coutinho Junior
 Eládio Rey Filho

Obras e Reformas

Com o objetivo de preservar o bem-estar de nossa comunidade e promover a valorização do residencial, pedimos atenção quanto às normas e procedimentos para realização de obras e reformas.

Para maiores informações e esclarecimentos, antes de construir ou reformar consulte o Departamento Técnico da SAR-10.

Limpeza das Alamedas

O Departamento de Manutenção do Residencial realiza o serviço de limpeza das alamedas com caminhão pipa, todos os dias.

Academia

Atendendo às necessidades dos usuários da academia, a Diretoria adquiriu novos equipamentos.

Agora os afixionados por malhação podem contar com mais 400 quilos em anilhas, além do aparelho leg press usado para a prática de exercícios de treinamento de peso individuais, no qual a pessoa empurra um peso para longe dela, usando as suas pernas.



Ilustração

Lei das Contravenções Penais

Prezado morador, antes de incomodar seu vizinho com barulho, leia o que diz o artigo 42 do Decreto-lei n.º 3.688, publicado no Diário Oficial da União em 13 de outubro de 1941.

O Presidente da República, usando das atribuições que lhe confere o art. 180 da Constituição, decreta:

Perturbação do trabalho ou do sossego alheios.

Art. 42 - Perturbar alguém, o trabalho ou o sossego alheios:

I - com gritaria ou algazarra;

II - exercendo profissão incômoda ou ruidosa, em desacordo com as prescrições legais;

III - abusando de instrumentos sonoros ou sinais acústicos;

IV - provocando ou não procurando impedir barulho produzido por animal de que tem guarda:

Pena - prisão simples, de 15 (quinze) dias ou 3 (três) meses, ou multa.

Dicas de Segurança

* Moradores/motoristas (1) - a velocidade máxima, nas alamedas do nosso Residencial é de 30km/h. Solicitamos, ainda, alertar seus convidados sobre esse limite;

* Moradores/motoristas (2) - ao chegar à portaria solicitamos para que desliguem os faróis e abaxem os vidros, cujo veículos possuam película escurecedora.

* Solicitamos alertar seu funcionário para, quando em passeio com seu cachorro, mantê-lo preso à guia curta, com o único objetivo de evitar acidente por imprudência. Tenha em mente que um cão feroz, solto, pode atacar pessoas e causar prejuízos irreparáveis.

* De acordo com o Código Nacional de Trânsito é expressamente proibido menores de 18 anos conduzirem veículos motorizados. Os infratores estarão sujeitos às penalidades da lei.

Os casos flagrados por nossos vigilantes serão levados ao conhecimento das autoridades competentes.

Torneio Inverno de Tênis

O Torneio Inverno de Tênis SAR 10 2008, realizado nos dias 6 e 7 de setembro foi um sucesso. Participaram 18 tenistas na categoria única (simples).

Os jogos foram disputados no sistema de eliminatória dupla, cada jogador teve direito à uma derrota. Após muitos voleios, aplicação de técnicas e muita, mas muita força de vontade o título de campeão ficou com Paulo Mollo seguido por Carlos Smith. Parabéns meninos e até o próximo torneio em novembro.

Até lá!



A partir da esquerda Profº Airtton Santos, Carlos Schmidt (vice-campeão), Paulo Mocola (campeão) e profº Fábio Oliveira

Aulas gratuitas de Tênis de Campo

O Projeto Tenista do Futuro foi iniciado em nosso Residencial. Agora nossas crianças, com idades entre 4 e 9 anos, podem fazer aulas de tênis de campo gratuitas.

As aulas acontecem às 2ª e 4ª das 9h às 11h e das 15 às 17h e as inscrições podem ser feitas na administração. Maiores informações com professor Airtton pelo telefone 9212-2058.

Tênis de mesa "ping-pong"

Desde o dia 25 de agosto, no salão social, ao lado da administração, são ministradas aulas de tênis de mesa, conhecido por muito como "ping-pong".

O treinamento, ministrado pelos professores da Korpus, acontece às segundas-feiras, entre 20h30 e 21h30. Maiores informações pelo telefone 7728-3876 ou diretamente com os professores no dia da aula.

Doenças que podem ser transmitidas por pombos

Salmonelose: doença infecciosa aguda, cujo agente etiológico, *Salmonella typhimurium*, tem afinidade pelo sistema digestivo. Alguns dos sintomas são: febre, diarreia, vômitos, dor abdominal.

Criptococose: micose profunda, cujo agente etiológico, *Cryptococcus neoformans*, tem afinidade pelo sistema nervoso central. Os sintomas são: febre, tosse, dor torácica, podendo ocorrer também cefaléia, sonolência, rigidez da nuca, acuidade visual diminuída, agitação, confusão mental.

Histoplasmose: micose profunda, cujo agente etiológico, *Histoplasma capsulatum*, tem afinidade pelo sistema respiratório. Os sintomas que podem ocorrer variam desde uma infecção assintomática até febre, dor torácica, tosse, mal estar geral, debilidade,

anemia, etc.

Ornitose: doença infecciosa aguda, cujo agente etiológico, *Chlamydia psittaci*, tem afinidade pelo sistema respiratório superior e inferior. Os sintomas são: febre, cefaléia, mialgia, calafrios, tosse.

Recomendações para evitar doenças:

Na limpeza de forros, calhas ou qualquer outro local que apresente fezes, restos de ninhos, ovos e penas, usar sempre luvas e utilizar sempre uma máscara ou pano úmido sobre o nariz e a boca. Nunca remover a sujeira a seco, deve-se sempre umedecê-la antes, para evitar a inalação de poeira.

Outra dica importante para manter os pombos afastados é proteger os alimentos dos cães.