

Edição Especial
Dezembro | 2016



ADCCTA

Seis anos de avanços e muitas conquistas



Robson Rodolfo Gervásio
Presidente

Paulo Cesar Francisco Xavier
Vice-presidente

Sônia Leite da Silva
Diretora Administrativa

Salatiel Alves Ferreira Júnior
Tesoureiro-Geral

Raimundo Barbosa Neto
Primeiro-tesoureiro

Nilza Maria Ribeiro
Secretária-Geral

Regina Santos Prado
Primeira-Secretária

ASSESSORES

Aline Alves Marcheto
Benefícios

Luis Carlos Tenório Acosta
Dora Lúcia T. de Almeida
Cultural

César Augusto Pereira
Esportes

Gilberto Monteiro
Paulo Sérgio do Prado
Rogério de Souza
Obras

José Luis da Costa
Patrimônio

Regina Rafael de Oliveira Berengue
Social

Valdir Pires de Oliveira
Valéria Barbosa Ramos
Comunicação Social

Sumário



3 Palavra do Presidente

Após seis anos à frente da ADC, diretoria deixa legado de realizações



Associação Desportiva Classista dos Servidores Cívicos e Militares do Centro Técnico Aeroespacial – ADCCTA

Praça. Mal. Eduardo Gomes, 50 -
Vila das Acácias - 12228-901 -
São José dos Campos - SP
Tel. (0xx12) 3947-3025
Fax (0xx12) 3947-3126
E-mail com.social@adccta.com.br -
www.adccta.com.br

Revista ADCCTA – Edição especial
26 anos – Dezembro de 2015

Jornalista responsável:
Sônia Leite (MTb 15.046)

Textos:
Beatriz Rosa (MTB: MG 08415)

Projeto gráfico e editoração:
Paulo Donizetti (MTb 0082108)

Impressão:
JAC Gráfica e Editora

Tiragem:
3.000 exemplares

Fotografia: Alexandre Gouveia, Antonio Basilio, Dual Fotos e Arquivo ADCCTA

Apoio: William Nogueira, Meire Cardoso e Alexandre da Silva

Fonte de Pesquisa: Arquivo ADCCTA e revistas da ADCCTA
Distribuição gratuita



Perfil
Entrevista com o idealizador da ADCCTA, tenente-brigadeiro-do-ar, Sérgio Ferolla
12



Saúde
Bem-estar do sócio é prioridade
18



Verde
Clube de campo une recreação a preservação ambiental
20



Social
Eventos fortalecem integração na ADC
24



Esporte
Atividades reforçam laços familiares na ADC
30



A satisfação de um **trabalho bem feito**

Em seis anos de gestão, conseguimos demonstrar que juntos somos capazes de construir uma ADC cada vez mais forte. Tudo isso foi conquistado com credibilidade, envolvimento, avaliação correta do nosso potencial de crescimento e com o comprometimento da equipe.

Valorizamos a grande família da ADCCTA e temos convicção de que este trabalho será levado adiante.

O sentimento de dever cumprido, de um sonho realizado, é o legado mais importante da nossa gestão. Os associados acreditaram na nossa proposta, nós assumimos e conseguimos realizar melhorias dentro da ADC.

Temos consciência de que tudo que conseguimos realizar foi graças, também, ao trabalho das diretorias que nos antecederam. Pegamos uma casa estruturada e nos esforçamos para melhorar o que já existia.

Vamos deixar a ADC com saúde financeira e uma infraestrutura fortalecida, com funcionários qualificados e dedicados e com um patrimônio ainda maior.

O associado se apropriou do clube e é presente no dia-a-dia da ADC. A união e o compromisso do grupo resultaram na avaliação positiva dos associados.

Em nome de toda a diretoria, nosso muito obrigado a todos os associados!

Seis anos de avanços e de muitas conquistas



Não seria certo dizer que fizemos tudo. O certo, foi um grupo de pessoas que lá atrás, desde o primeiro presidente, veio estruturando para chegar onde chegou hoje e a tendência é melhorar, se Deus quiser.”

Robson Rodolfo Gervásio
Presidente da ADCCTA

Depois de seis anos de gestão e de muitas conquistas à frente da ADCCTA, o presidente da associação, Robson Rodolfo Gervásio, 49 anos, resume assim o resultado do trabalho: “tenho certeza de que cumprimos o nosso dever e construímos uma ADC ainda melhor para os nossos associados”. Como Robson gosta de ressaltar, a ADC melhorou e progrediu ao longo desses anos em todas as áreas: social, esportiva, cultural e em sua estrutura. Uma conquista especial para todos os associados foi a estruturação do clube de campo, adquirido em 2009. Uma fazenda em

Jambeiro, que foi transformada em um clube de campo com quiosques, piscinas, lanchonete, campo de futebol e playground. No local, já está em andamento a construção de 12 chalés para os associados. Os serviços para os sócios também foram ampliados ao longo dos últimos seis anos. A ADC passou a fazer a entrega de cestas de Natal e reforçou o serviço de assistência social. A lista de novos serviços inclui ainda auxílio funerário, pacotes de viagens e uma série de palestras e campanhas preventivas. A ADC mantém ainda consultoria jurídica e contábil gratuita aos associados.

A ADC também mantém um setor de benefícios que atua na prestação de serviços na área de saúde, por meio de convênio médico e odontológico. E investe em parcerias com escolas, universidades, farmácias, academias, hotéis e pousadas para garantir descontos em mais de 100 serviços.





Clube de campo em Jambeiro possui piscina social, quiosques e quadras esportivas

Aulas de música e teatro - Entre as atividades culturais que surgiram na atual gestão estão as aulas de teatro, violão, dança de salão e pilates. A ADC mantém ainda um grupo de coralistas que já atua na cidade há 29 anos.

E para estimular o lazer e a integração, o Clube da Música é mais uma opção de lazer para o associado. Há ainda as edições do chá bingô e o tradicional baile do servidor público que chegou a 5ª edição da festa.

Esportes para todos - Na área

esportiva, houve uma aproximação da diretoria de esportes com os atletas. Hoje, é possível acompanhar com mais detalhes cada investimento feito no esporte e de que forma o dinheiro do associado está sendo empregado.

A atual diretoria investiu também na estrutura e manutenção dos espaços destinados às artes marciais e deu apoio a outras modalidades.

O resultado disso foi a projeção de atletas de destaque, como o professor de jiu-jitsu, Ivan Ribeiro e

o sócio atleta, Paulo Manso, além do paraquedista Michel Marconi.

INVESTIMENTOS. Em outra frente, a atual diretoria ofereceu capacitação profissional para os funcionários, melhorando o atendimento dos associados e a ambiência na ADC. "Hoje a gente vê o sócio mais participativo", diz Robson. "É legal ver essa resposta dos associados."

Atualmente, a ADCCTA mantém 3.179 sócios entre civis e militares.

Mas a participação dos sócios requer também transparência na



**Sempre perto do associado:
ADCCTA mantém
sede dentro do DCTA**

gestão. O site da ADC informa os associados sobre seus direitos, reuniões do conselho e assembleias. As prestações de contas são entregues nas mãos dos conselheiros para que eles possam analisar. “O sócio tem o direito de saber”, resume Robson.

A ADCCTA possui dois conselhos: o Conselho Fiscal e o Conselho Deliberativo, que atuam na fiscalização orçamentária e na avaliação de novos projetos e investimentos, respectivamente.

SATISFAÇÃO. E para medir a satisfação dos associados com relação aos serviços oferecidos, a ADCCTA realizou pela primeira vez na história, uma pesquisa de satisfação. Serão mapeados dados sobre eventos realizados, atividades culturais, práticas esportivas, o clube de campo e os meios de comunicação. Um espaço para sugestões também foi disponibilizado ao sócio. Os dados servirão de indicador para nortear o plano de metas da ADC.

A ADC no futuro

Para falar da ADC do futuro, Robson destaca o trabalho que foi desenvolvido ao longo das últimas décadas. A ADCCTA já está ativa há 26 anos.

“Quando você pega uma casa destruída, quebrada e com dívidas, passa pelo menos três anos apagando incêndio, mais um ano e meio para capitalizar e só depois começar a fazer investimentos. Então eu queria deixar registrado que tudo que conseguimos realizar foi graças aos outros presidentes e tesoureiros que passaram por aqui nas gestões anteriores. Senão, não conseguiríamos trabalhar.”

“O prédio da Tivoli foi um patrimônio adquirido pelas gestões anteriores, cujo o valor do aluguel foi fundamental para fazer os novos investimentos. Tem que ser um trabalho em conjunto.”

O presidente demonstra confiança que o trabalho terá continuidade. “A gente sabe que os próximos candidatos são pessoas dedicadas e terão um compromisso sério com a ADC.”

Entre os projetos em andamento que serão deixados para a nova gestão está a construção de doze chalés no clube de campo, além do projeto de um salão de festas no local.



**Patrimônio da ADC.
Imóvel da avenida Tivoli**



A gente está todos os dias aprendendo com as pessoas e foi uma experiência sem igual. O grupo que a gente montou é bem comprometido. O presidente é simplesmente uma figura que gerencia a ADC como um todo, mas o trabalho é dos assessores. Se você escolhe a pessoa certa para te assessorar, você não tem dificuldade nenhuma. E é bacana esse comprometimento de todos e em todas as áreas.”



Da escolinha de futebol ao comando da ADC

Robson Gervásio começou sua história na ADC como pai de aluno da escolinha de futebol, em 1999. Hoje, tem orgulho de fazer parte da família ADC e de ter contribuído para fazer da associação um espaço ainda melhor para os associados.

“Eu vim trazer meu filho na aula de futebol e percebi que a escolinha passava por um momento de transição. O nosso presidente que era o Adilson estava sem diretor de esportes. Na época, eu tomava conta do futsal e da capela Nossa Senhora do Loreto. Um pai de aluno recomendou meu trabalho ao presidente. Fui convidado e vim para fazer trabalho voluntário como professor. Peguei gosto”

Robson relembra com orgulho do desempenho da escolinha de futebol. “Fizemos um trabalho bacana e levamos o time da ADC para as finais do campeonato municipal. No ano seguinte, em 2000, ele me convidou para ser diretor da escolinha. Trouxemos os pais para dentro da escolinha, reunimos os professores. Foi uma experiência muito bacana.”

Em 2011, Robson integrou a chapa vencedora da direção da AACCCCTA, sendo eleito presidente da entidade. Em 2014, foi reeleito presidente.

**Membros
da Diretoria
Executiva
da ADCCTA**



Um grupo unido em prol da ADC

Com a experiência de quem foi sócia-fundadora da ADC e fez parte da diretoria por 12 anos, a secretária-geral, Nilza Maria Ribeiro destaca a união da atual gestão como um dos principais fatores de fortalecimento da associação.

“Nesta gestão, estivemos bem unidos, a diretoria, mas também os assessores, sempre fazendo um trabalho conjunto. A ADC foi crescendo. A gente conseguiu fazer um trabalho que uniu todos os participantes em busca de um objetivo único que seria o atendimento do associado e de sua família.”

Para Nilza, uma das experiências mais ricas foi a estruturação do clube de campo. Ela citou ainda os eventos e palestras para os funcionários e as famílias associadas, além das atividades da escolinha de futebol. “Foi um trabalho social muito intenso mesmo.”

A primeira secretária, Regina Santos do Prado, destaca o crescimento da ADC nos últimos seis

anos. Ela já foi conselheira, diretora e assessora. “A administração do nosso presidente Robson fez com que a equipe inteira se unisse, todos assessores e diretores. O trabalho em equipe foi muito bom e gratificante. A ADC cresceu a nosso ver por nossa união. Foram todos juntos.”

O vice-presidente da ADC, Paulo César Francisco Xavier, está há nove anos na diretoria e é sócio há cerca de 15 anos. Segundo ele, a atual gestão mudou o perfil do engajamento dos associados.

“Antes a ADC tinha o plano de saúde como carro chefe. Eram poucos sócios. A gestão do Robson, abriu espaço para trabalharmos eventos. Noites da música, viagens... ele abriu espaço para novas atividades, o que levou a integração de mais sócios.”

“Hoje a ADC não vive só de plano de saúde”, disse Paulo César.

O primeiro tesoureiro Raimundo Barbosa Neto está na ADC desde 2008. De 2008 a 2011, foi presiden-

te do Conselho Deliberativo. Nesse período foi adquirida a área, onde hoje funciona o clube de campo. “Tenho orgulho de ter participado e ter sido presidente do conselho na época. Nossa demanda estava em constante crescimento e a gente via a necessidade de ter áreas de lazer. Era uma carência.”

Segundo Raimundo, em 2011, a realização de novas parcerias trouxe um grupo bom, de pessoas que trabalham em prol da ADC, sem vaidades. Parcerias que fortalecem ações nas áreas social e esportiva. “Hoje atingimos um nível bom e a tendência é sempre melhorar.”

O primeiro tesoureiro ressalta ainda a boa saúde financeira da ADC. “Eu tenho orgulho também de falar que todo o trabalho que vamos fazer está sempre planejado e com orçamento previsto e dinheiro em caixa. Todas as melhorias foram feitas sem prejuízo ou deixando a ADC no vermelho.”



Eu entrei na diretoria convidado pelo Robson para ser secretário no conselho fiscal, depois fui secretário-geral e vice-presidente. É um trabalho cansativo, que toma tempo, mas quando você vê a gratidão do sócio pelo trabalho realizado, é gratificante.”

Vice-presidente da ADC,
Paulo César Francisco Xavier



A administração do nosso presidente Robson fez com que a equipe inteira se unisse, todos assessores e diretores. O trabalho em equipe foi muito bom e gratificante. A ADC cresceu a nosso ver por nossa união.”

Regina Santos do Prado
primeira-secretária



A gente conseguiu fazer um trabalho que uniu todos os participantes em busca de um objetivo único que seria o atendimento do associado e de sua família.”

Nilza Maria Ribeiro
secretária-geral



Eu tenho orgulho de falar que todo o trabalho que vamos fazer está sempre planejado e com orçamento previsto e dinheiro em caixa. Todas as melhorias foram feitas sem prejuízo ou deixando a ADC no vermelho.”

Raimundo Barbosa Neto
primeiro-tesoureiro

Novos investimentos e transparência nas contas

O tesoureiro-geral Salatiel Alves Ferreira Júnior está há 12 anos na ADC e participou das últimas quatro diretorias executivas.

Segundo ele, a atual diretoria reuniu condições de fazer uma gestão positiva, através de parcerias com o Conselho Fiscal e com o Conselho Deliberativo e com o auxílio dos assessores.

“Conseguimos mais benefícios aos associados, o que reverteu em mais sócios e na satisfação dos associados pelos bons trabalhos realizados, além de uma equipe muito qualificada. O presidente teve a capacidade de determinar os trabalhos e o pessoal de executar com autonomia.”

Segundo Salatiel, o mérito fundamental foi ter um presidente com a capacidade de fazer uma gestão bastante democrática, que acabou enlaçando toda a executiva, seus assessores, além dos Conselhos Fiscal e Deliberativo.

“Criou-se uma harmonia. E essa harmonia transformou a ADC no que ela é hoje, com a grande maioria

dos sócios satisfeitos.”

A pesquisa de satisfação, aliás, é outra mudança destacada pelo tesoureiro-geral. “Foram criados indicadores de qualidade nos serviços - inclusão, exclusão, motivos de exclusão, parcerias, índices de saída e inclusão dos planos de saúde.”

A saúde financeira da ADC é outro ponto destacado. Segundo ele, o orçamento está em dia e vem sendo realizado com eficácia. “Nós elaboramos a peça orçamentária todo mês de novembro, que é uma estimativa dos investimentos previstos para o ano seguinte e nós conseguimos atingir quase 100%”, diz Salatiel.

O tesoureiro afirma que a atual gestão está deixando recursos carimbados para dar continuidade aos investimentos previstos no clube de campo em 2017. E destaca também a transparência na prestação de contas.

“A prestação é desmembrada por atividade para facilitar o acompanhamento das contas. Todos os sócios têm acesso aos números.”



Criou-se uma harmonia. E essa harmonia transformou a ADC no que ela é hoje, com a grande maioria dos sócios satisfeitos.”



Uma associação com cara de empresa

Criada para cuidar da saúde dos servidores civis e militares do CTA há 26 anos, a ADC cresceu e apostou com sucesso no profissionalismo e em uma gestão empresarial. Além de conquistar um patrimônio significativo, a associação presta hoje serviços de qualidade em diversas áreas para mais de três mil sócios.

Segundo a diretora administrativa da ADC, Sônia Leite da Silva essa visão empresarial foi consolidada na gestão 'ADC pra você', que imprimiu um caráter mais profissional em sua administração no sentido de planejar e executar as atividades.

Sônia é sócia fundadora da ADC e já participou de várias gestões como assessora de comunicação social e vice-presidente da ADC.

"Todas as áreas foram envolvidas: do planejamento estratégico à gestão financeira; das benfeitorias e incorporações ao patrimônio; da manutenção ou criação de novos eventos, sejam eles esportivos, sociais, ou culturais; dos atos administrativos, com a estruturação do RH e de setores internos, como por exemplo, um setor de compras. Tudo passou por um planejamento, que, alinhado a uma equipe de diretores e assessores, disposta a fazer a diferença, culminou nessa transformação", disse Sônia.

Um dos principais investimentos foi no setor de Recursos Humanos. A atual direção da ADCCTA criou um plano de cargos e salários, valorizando os funcionários em seu local de trabalho. Atualmente, a ADCCTA conta com 33 funcionários.

Na gestão atual, todos os funcionários receberam uniformes padronizados, banheiro exclusivo, uma sala de descanso com TV e ar-condicionado. A cozinha foi reformada melhorando o ambiente para as refeições.

O Departamento de RH, antes focado somente na folha de pagamento, vem sendo reformulado desde 2012. "Foi criado um setor de RH, que ainda está sendo estruturado para gerenciar pessoas por meio de novos processos como seleção de pessoal, programas de treinamento e de motivação", disse Sônia.

Responsável pela implantação do



Acredito que o diferencial desta gestão foi o profissionalismo de toda a equipe, o qual acabou conduzindo a um processo natural de profissionalização da entidade. Qualquer nova gestão a frente da ADCCTA deverá dar continuidade a este trabalho. Não há mais como retroceder nesta questão".

novo modelo, ela afirma que o projeto mais importante foi a implantação da política de administração de cargos e salários, com a consequente criação de um plano de carreiras. "No meu entender, com esta política será possível reconhecer a capacitação profissional e o desempenho dos colaboradores", disse.

O investimento na capacitação profissional é outro processo em andamento na ADCCTA e integra o projeto de estruturação do setor de RH. "Com ele espera-se ter funcionários melhores treinados para atender o sócio em qualquer demanda. Eu costumo dizer que os funcionários são "a engrenagem que faz a ADC girar". Isto porque os diretores e assessores não estão lá o tempo todo, portanto, os funcionários têm que

estar preparados para atender, e, atender bem, o sócio", disse Sônia.

FUTURO PROMISSOR. Sônia faz um balanço positivo da reformulação do RH da ADCCTA e de seus efeitos nos serviços prestados aos sócios e no planejamento do trabalho da associação.

"Prestar um serviço de excelência que atenda aos anseios dos sócios é ao mesmo tempo um desafio e o que define a marca ADCCTA. Acredito que esta gestão conseguiu vencer este desafio e consolidar a marca ADCCTA."

Para ela, os caminhos da ADC para o futuro já estão traçados. "Basta apenas seguir os processos implementados e agregar novos processos ou melhorias, conforme eles se tornem necessários."



Conselhos dão mais transparência à ADC

Você sabe como funciona e quais são as atribuições dos Conselhos Deliberativo e Fiscal da ADCCTA? Independentes, eles acompanham as ações da Diretoria Executiva, garantindo mais transparência nos serviços oferecidos aos sócios.

Servidor público há 36 anos, o agente de investigação do GIA/SJ Walmes Prota Filho, 55 anos, preside o Conselho Deliberativo da ADC. Ele já é sócio da associação há quase 20 anos e participou de várias gestões como assessor e diretor.

Segundo ele, o Conselho Deliberativo é o 'guardião' do estatuto da ADC e do regimento interno, documento que rege as atividades diárias da associação. "O conselho funciona como uma casa de leis que propõe mudanças e a atualização da nossa legislação".

Eleito pelo voto dos associados, o Conselho Deliberativo possui 30 membros, sendo dois conselheiros vitalícios -sócios fundadores. A mesa do conselho é composta pelo presidente, Walmes Prota Filho; o vice-presidente, Antônio Carlos Moreira da Silva; o primeiro-secretário, Marcos Vinicius Moura e o segundo-secretário, Ailson Roberto Sanches.

"Na verdade, nós representamos a vontade do sócio, somos os olhos dos associados. Avaliamos cada projeto da Diretoria Executiva, analisando se existe viabilidade técnica e se não extrapola a saúde financeira da associação", disse Walmes.

O Conselho também acompanha os índices de inadimplência da entidade. "Hoje eu me sinto lisonjeado de estar à frente do conselho em um período de prosperidade. Existe um entendimento e uma sinergia entre o Conselho Deliberativo, Diretoria Executiva e o Conselho Fiscal", disse.

TRANSPARÊNCIA. Segundo ele, essa tríade trabalha em harmonia e facilita o bom trabalho realizado pela ADC. "Estamos sempre de portas abertas, franqueando a palavra para todos os sócios para qualquer tipo de dúvida. É sempre tudo feito em harmonia. Se fossem poderes remando em sentido contrário não estaríamos tão bem assim", completou.

Segundo ele, todos os investimentos no clube de campo, como a reforma da casa principal, a construção de chalés e a piscina, foram aprovados pelos sócios. "Hoje a ADC está linda. O sócio está vendo a edificação. As coisas estão acontecendo, além de conservar o que já temos. Deixamos de ser amadores, e termos uma equipe profissional".



Walmes Prota Filho
Presidente
do Conselho
Deliberativo



Marcelo Planchêz,
Presidente
do Conselho
Fiscal da ADC

Uma avaliação rigorosa de todos os investimentos

Os grandes investimentos tocados pela ADC também passaram pela análise do Conselho Fiscal, que acompanha cada investimento realizado pela Diretoria Executiva para garantir a saúde financeira da entidade.

Marcelo Planchêz, 50 anos, conduz os trabalhos do Conselho Fiscal há 6 anos. Membro da ADC há 17 anos, ele também já atuou como conselheiro e assessor.

"A ADC é uma empresa com saúde financeira, que não pega dinheiro emprestado, que trabalha com o dinheiro que tem em caixa e que faz uma boa gestão financeira e administrativa", disse.

E, para garantir transparência, a cada três meses são realizados balanços entre as despesas e as receitas da associação. "É função do conselho ter responsabilidade fiscal, analisando saldo, investimentos e a evolução do mapa orçamentário", disse.

Segundo Marcelo, os Conselhos Fiscal e Deliberativo, além da Diretoria Executiva são órgãos independentes, mas que trabalham em harmonia.

"Temos uma boa gestão, que trabalha com dinheiro em caixa e tocando obras como a da piscina e os chalés do clube de campo, sem empréstimos ou criação de custo extra. E que irá sair com superávit e dinheiro em caixa", disse.

Na avaliação de Marcelo, a ADC deve crescer ainda mais no futuro. "Se continuar esse grupo bom e de visão empresarial e gestão administrativa e financeira, a ADC vai longe, muito longe. Eles sabem trabalhar e têm visão administrativa. Eles tem um norte e uma missão: fazer o melhor para o sócio", completou.



“Então eu encontrei no CTA em 1963 um ambiente de grande família.”

O ministro aposentado do Superior Tribunal Militar, tenente-brigadeiro-do-ar Sérgio Xavier Ferolla, 82 anos é oficial aviador formado pela Academia da Força Aérea em 1955 e engenheiro eletrônico formado pelo Instituto Tecnológico de Aeronáutica (ITA) na turma de 1967. Em seus mais de 50 anos dedicados à Força Aérea, ele se orgulha de sua história. “Entre na Aeronáutica com 15 anos. Fiquei até os 70 anos fardado”, disse.

Em sua longa trajetória na Aeronáutica, Ferolla atuou como piloto de caça e ocupou cargos de chefia e direção até chegar ao cargo de chefe do Estado-Maior da Aeronáutica. Em São José dos Campos, foi diretor do então CTA (Centro Técnico Aeroespacial, hoje DCTA (Departamento de Ciência e Tecnologia Aeroespacial), em 1989. Em sua passagem pelo centro, foi o idealizador da ADCCTA (Associação Desportiva Classista), criada em 1990 para oferecer atendimento de saúde e estimular o convívio social entre os servidores do CTA. Defensor da integração do CTA com a cidade, ele apoia a ampliação da ADCCTA em razão de seu papel na sociedade e na vida dos servidores.

“Uma entrevista com o senhor ADCCTA”

O tenente-brigadeiro-do-ar, Sérgio Xavier Ferolla decidiu criar a ADCCTA em 1989 e viu renascer o espírito de grupo e a união dentro do CTA

O que o trouxe a São José dos Campos?

Fui oficial aviador e piloto de caça em Santa Cruz, no Rio de Janeiro, voei mais de 1000 horas de Gloster, e comecei a sentir na minha vida profissional a necessidade de ter mais conhecimento técnico. Eu e muitos colegas sentíamos essa necessidade de maior conhecimento técnico dos aviões. Diante disso, em 1963, eu como tenente antigo, promovido a capitão, pedi para fazer o curso de engenharia eletrônica no ITA, e me formei na turma de 1967.

E como foi essa experiência?

O brigadeiro [marechal-do-ar] Casimiro Montenegro foi o inspirador do CTA e do ITA em uma época que o Brasil não fabricava nem bicicleta. E a Aeronáutica começou a preparar pessoas para projetar aviões.

Ele também foi o criador desse conceito de escola moderna, baseado em modelos internacionais de sucesso, como o MIT [Massachusetts Institute of Technology]. Tanto que o primeiro reitor do ITA foi um americano contratado para implantar a escola aqui. Totalmente diferente das escolas do Ministério da Educação. Aqui era interação total.

E na área profissional?

E eu fiquei na área de Ciência e Tecnologia praticamente durante todo o meu início de carreira. Tive a chance de trabalhar com grandes nomes e em diversos projetos na área da Ciência e Tecnologia.

Em 1964, veio para cá um coronel chamado Paulo Victor. Ele aproveitou todo o conhecimento tecnológico que existia no CTA para criar grandes empresas no Brasil, inclusive a Embraer, foi ele que criou. E criamos um corpo de indústrias e empresas que hoje formam o parque industrial da cidade e fornecem peças para Embraer e exportam para o exterior.

E como era a relação do CTA com a cidade de São José dos Campos?

São José dos Campos era uma cidade de tuberculosos e o CTA se fechou muito aqui. Naquela época ninguém tomava cafezinho na rua.

Por essa razão, quando a Aeronáutica resolveu criar o CTA, depois da Segunda Guerra Mundial, em 1945, com o brigadeiro Montenegro, eles criaram o centro e também estrutura para se viver no local. Eles trouxeram gente do mundo inteiro, professores brasileiros e estrangeiros e todos moravam dentro do CTA, e os servidores também. Então o CTA era uma comunidade bastante fechada e distante da cidade.

E a vida dentro do CTA?

Eu encontrei no CTA um ambiente de grande família. Não havia problema de hierarquia, o clube dos oficiais e a praça de esportes funcionava para todo mundo. Eram civis, sargentos e brigadeiros. Todo mundo junto. Todo mundo interagiu. Eram todos colegas. Mas, quando o CTA



Então a criação da ADCCTA foi uma ideia muito feliz no passado. Hoje a interação que existe é na ADC, não existe mais em lugar nenhum, porque o CTA, criou uma série de nichos hierárquicos e o pessoal se retirou para esses nichos e dificilmente conversam entre si. Vivem suas vidas separadas.

começou a crescer, esse ambiente de grande família começou a ficar difícil.

O senhor assumiu a direção do CTA em 1989. Como foi?

Quando eu assumi a direção do CTA em 1989 eu encontrei um problema: não havia atendimento de saúde para o servidor civil. Se passava mal tinha que ir para a fila do SUS. E a Aeronáutica não tinha condição de atender. O plano de saúde dos militares não podia atender os civis. Então eu comecei a pensar numa solução para criar uma situação de apoio. Criamos um posto médico com um suboficial médico, também havia orientação para os casos mais graves, mas precisávamos de uma estrutura. Ainda não era a solução. Então essa era uma grande preocupação. Então comecei a pensar no problema do atendimento de saúde e dentro dessa ideia eu decidi recriar o clube do CTA.

Que clube era esse e como foi sua recriação?

O clube do CTA, que no passado disputou campeonatos paulistas de futebol e de basquete havia sido desativado. Aí eu pensei. Vou reativar esse clube, como não podíamos recriar com o mesmo nome, então criamos uma Associação Desportiva Classista. Foi daí que surgiu a ideia da ADC. Então foi criada a ADC para iniciar as ações que faz hoje, com sucesso. E a primeira delas, foi garantir convênio médico para os servidores.

O que mudou com a criação da ADC?

Passamos então a ter esse tipo de solução para o atendimento de saúde. Só que a ADC cresceu bastante, felizmente. E aquilo que havia no passado de congregação dos servidores como uma grande família, mas que se perdeu com o crescimento da burocracia, hierarquia e das divisões, também voltou.

O senhor também criou o clube dos taifeiros?

O Clube dos oficiais só permitia oficial e engenheiro civil superior. O clube dos sargentos, só permitia sargentos e civis assemelhados. Aí eu criei o clube dos taifeiros, porque esse clube do cabo e do taifeiro, se fosse apoiado pela ADC seria aberto para todo mundo, do general ao soldado. Não haveria problema.

Mais uma vez, a ADC passou a ser um ponto de confluência e de agregação dos servidores do CTA como um todo, civis e militares

Qual a relação da ADC com o CTA, hoje DCTA?

Criamos uma instituição independente. Ela não tem nada a ver com o CTA e inclusive eu sempre falo da importância da ADC ter um escritório na cidade, porque a ADC não é um órgão do CTA. Ela é independente.

A ADC tem uma sede no CTA, mas aluga e paga para utilizar esse prédio. É uma entidade civil independente e com orçamento próprio. Então a ADC com a flexibilidade que possui pode apoiar vários setores que beneficiam o

servidor. A ADC construiu um prédio lindo no centro da cidade, na avenida Tivoli, que hoje está alugado. E ela está dentro do CTA porque é importante conviver com o servidor.

Hoje, ela tem um clube de campo maravilhoso, faz festas, reuniões e bailes. Tudo isso independente do CTA

Passados 26 anos desde a criação da ADC, o senhor esperava que ela chegasse onde chegou?

Não. Eu acho que foi mais do que eu imaginava porque é o que eu digo, pela boa administração que a ADC fez o tempo todo e pela inexistência de partidarismo, a ADC começou em seu conjunto a ser bem administrada e a ter recursos para fazer uma porção de coisas. Eu não imaginava que ficaria desse tamanho não, acho que ninguém imaginava.

É coisa típica de cooperativa e cooperação. Cada um paga um pouquinho e tem um volume muito grande e que não depende da burocracia pública. Porque se dependesse da burocracia pública já tinha acabado. A ADC é dos servidores. Todo mundo é igual, não tem diferença nenhuma. Não tem engenheiro e faxineiro. É tudo a mesma coisa.

Como avalia o futuro da ADC?

Eu acho que vai continuar crescendo. É o que a gente imagina. No passado, se fazia um plano de saúde. Hoje, a ADC tem um clube corporativo. Além de oferecer o plano de saúde, aqui tem vários serviços e até auxílio funeral. E por ter uma estrutura independente e dinâmica, ela pode ir se adaptando e atendendo às novas demandas e problemas.

O senhor tem algum novo projeto para ADC?

Eu faço muita campanha para que os sargentos e os oficiais também sejam sócios da ADC. Por enquanto eles estão na ativa, mas quando passarem para reserva é importante ter um outro órgão de apoio.

Defendo também a abertura do CTA para os amigos do CTA. Não sei como podemos fazer isso. Mas, a ADC deve continuar sendo um ponto de agregação, inclusive do CTA com a cidade.

Aqui nas festas da ADC, por exemplo, no clube dos cabos e taifeiros, há espaço para os amigos do CTA. Todo mundo interagindo. O civil e o militar. Ali não tem hierarquia, não tem burocracia. Por isso que digo, que acho interessante todos terem acesso ao CTA. Participarem dessa convivência. Na ADC há oportunidade das pessoas conversarem e fazerem amigos, independente de qualquer coisa.

Que mensagem o senhor deixa para as novas gerações?

Então, esse espírito de congregação e amizade social que os alunos do ITA mantêm, tem que ter no corpo dos servidores também. Eles têm que ter onde se reunir para conversar, namorar, bater papo, conhecer a família do outro. Falta isso. Tá todo mundo encastelado num canto, com celular na mão e televisão e não sabe de nada do que está acontecendo. O importante é o convívio social!



Gente que constrói a história da ADC

Todos os dias, 33 funcionários se dedicam a atender com carinho e empenho os sócios da ADCCTA nas mais diferentes áreas. Seja garantindo a manutenção dos espaços, treinando futuros atletas ou gerenciando as atividades da associação, todos eles têm em comum o orgulho de contribuir com o crescimento da ADC. No dia-a-dia, eles também ajudam a construir a história da associação que vai completar 27 anos em maio de 2017. Conheça um pouco mais sobre essas pessoas



O assistente administrativo, Leandro Moreira de Souza, 36 anos, construiu sua própria história pessoal dentro da ADC. Ele entrou na associação em 1997, como office-boy da Fundhas. Desempenhou várias funções e hoje atua como assistente administrativo. Além disso, desde 2001, atua na Escolinha de Futebol.

"A ADC é muito importante no meu dia-a-dia. Foi ela que me deu todo apoio e suporte para desenvolver minha função como secretário da escolinha. Aqui também recebi apoio para minha formação".

Ele destaca ainda o caráter agregador da ADC. "Como em uma grande família sempre nos reunimos em atividades e confraternizações. E sempre, junto com nossas famílias".



A auxiliar de serviços gerais, Cícera de Fátima Silva, 47 anos, trabalha na ADC há 5 anos. "Venho trabalhar de coração aberto. Porque aqui todo mundo ajuda todo mundo e todos trabalham em prol da ADC", disse.

E como uma grande família, ela destaca a preocupação dos profissionais. "É uma família comprometida com o trabalho em conjunto. É uma satisfação coletiva quando nosso trabalho é reconhecido", disse.



De estagiária a gerente-geral da ADCCTA, Meire Cardoso, 37 anos, participou do crescimento da associação. São quase 20 anos dedicados à ADC.

Meire começou a trabalhar em 1997, como estagiária no setor técnico administrativo. Sua dedicação a levou a atuar em diversos setores, entre eles como secretária da Diretoria Executiva, e agora como gerente-geral.

“Foi um desafio e continua sendo um aprendizado constante. Eu amo o meu trabalho. Aqui foi minha iniciação profissional e também me garantiu crescimento profissional”, disse.

“A ADC se profissionalizou. É uma associação com porte de empresa e pessoas capacitadas. Esse profissionalismo de forma geral se reflete no bom atendimento do associado.”

Segundo ela, a meta é ampliar o número de sócios, mantendo a qualidade no atendimento. “Aqui as pessoas se dedicam e dão o melhor de si”, disse.



O encarregado do clube de campo, Alexandre da Silva, 34 anos, trabalha na ADC há 15 anos e se orgulha de fazer parte dessa história.

“Para mim é uma satisfação muito grande ter crescido junto com a ADC. Quando começamos os trabalhos, eu me lembro que preenchíamos as carteirinhas a mão, hoje temos uma megaestrutura. A ADC evoluiu muito”, disse.



A dedicação ao trabalho move o auxiliar de serviços gerais, na ADCCTA, Daniel dos Santos, 43 anos, que atua na manutenção do clube há cerca de 7 anos. Ele foi responsável pelo plantio de diversas árvores nativas. “A gente cuida como se fosse a casa da gente”.

Prioridade para a saúde do associado

Departamento de Benefícios cuida da saúde dos associados há 26 anos

Em busca de garantir atendimento pleno à saúde do associado civil e militar, o Departamento de Benefícios da ADCCTA oferece diversos serviços aos associados.

São ofertados convênios médicos e odontológicos, serviço funerário, seguro de vida, ambulância 24h e convênio com a Uniser, uma cooperativa de especialidades na área da saúde com profissionais como fisioterapeutas, psicólogos e terapeutas ocupacionais.

A atenção com a saúde do servidor sempre foi a principal preocupação da ADCCTA, que mantém hoje 3.179 sócios titulares.

Atualmente, o Departamento de Benefícios administra 4.924 convênios médicos, entre titulares, dependentes e agregados. O serviço é oferecido aos sócios e seus familiares.

Os associados podem escolher entre cinco operadoras de planos de saúde: Unimed, Grupo São José,

**Aline Marcheto,
assessora
de benefícios
da ADCCTA**



ADC amplia serviços aos associados

A oferta de apoio jurídico e de assessoria contábil para a elaboração do Imposto de Renda são serviços oferecidos pela ADCCTA.

Um escritório de advocacia contratado pela associação oferece atendimento todas as se-

gundas-feiras, na sede da ADC, no período da manhã, e oferece orientação gratuita aos associados. O plantão do Imposto de renda ocorre entre os meses de março e abril.

A ADC mantém ainda par-

ceria com diversas instituições garantindo aos associados descontos especiais na contratação de cerca de 40 tipos de serviço, entre eles: universidades, escolas de idioma, academias e farmácias.

4.924

é o número de convênios médicos administrados pela ADCCTA para sócios titulares, dependentes e agregados

Ativia, Vale Saúde e Policlin.

Segundo a assessora de benefícios da ADC, Aline Marcheto, os planos possuem valores abaixo do valor de mercado. O setor oferece ainda uma equipe de consultoria que atua na administração, acompanhamento e na assistência dos contratos entre os conveniados e as operadoras.

“A vantagem mais significativa se mostra nos valores das mensalidades que, comparados ao mercado e à relação custo e benefício, são menores do que o praticado para pessoa física”, disse Aline.

Segundo ela, a ADCCTA proporciona opção de qualidade para seus associados, pois tem como parceiros empresas da região do Vale do Paraíba, com cobertura prevista pela ANS (Agência Nacional de Saúde) para planos regionais, além da Unimed que, em caráter de urgência e emergência, oferece atendimento nacional.

Ainda, segundo Aline, todos os anos os contratos são revistos para garantir valor justo e maior qualidade no atendimento. Todos os anos, também são avaliadas novas propostas para ampliação do atendimento.

E para garantir a qualidade nos serviços prestados, desde outubro o setor passou a realizar pesquisa de satisfação com os associados para quantificar todos os tipos de atendimento realizados pela ADCCTA.

“Assim, ao término da pesquisa, será possível apontar o grau de informação e satisfação dos nossos associados”, disse Aline.

Orientação social fortalece famílias

Em outro braço social, a ADCCTA oferece orientação social, visitas domiciliares e institucionais, acompanhamento e encaminhamento de casos, principalmente os relacionados a questões de saúde e vulnerabilidades social.

Segundo a assistente social da ADC, Zenilda Almeida L. Gomes, 46 anos, que atua há seis anos na instituição, desde 2005 são ofertados serviços como escuta individual e coletiva, orientação individual e familiar, além de encaminhamentos para setores específicos como: grupos de apoio, rede de proteção social ou para profissionais de saúde conveniados com a ADCCTA.

“Também são realizadas mediações e intervenções com posicionamento em favor da equidade social norteado sempre pelo Código de Ética do Serviço Social”, disse Zenilda.

Em 2016, foram realizados 1.430 atendimentos. “As questões de saúde emocional são as mais recorrentes. Por vários motivos: situação financeira, ausência de afeto, diálogo e disciplina. Conflitos familiares e patologias crônicas”, informou.

Zenilda afirma que os serviços são oferecidos a todos os associados da ADCCTA e seus dependentes, além de colaboradores e alunos da Escolinha de Futebol.

O atendimento é gratuito e o contato deve ser feito di-

retamente com o setor.

“Em alguns casos o professor ou o coordenador da escolinha identificam a necessidade de apoio e nos acionam. Outras vezes a própria família efetiva o contato com o Serviço Social”, disse.

Atualmente o setor possui parcerias com uma equipe multidisciplinar que envolve profissionais como psicopedagogos, psicólogas e psicanalistas. Também são realizadas parcerias com o Sesc e Fundação Cultural Cassiano Ricardo.

Na avaliação de Zenilda, o setor investe na capacitação profissional e na interação entre a equipe técnica e a família dos associados para aprimorar ainda mais os serviços oferecidos.



Zenilda Almeida Gomes, assistente social da ADCCTA



Piscina da casa sede do clube de campo



Atendimento na enfermaria no clube

Clube de Campo: a vitrine verde da ADCCTA

Complexo de lazer possui piscina de uso social, quiosques, lanchonete e quadras esportivas



Meninas no viveiro de pássaros no clube de campo da ADCCTA

O clube de campo é hoje a “vitrine” da ADCCTA, uma fazenda que ganhou contornos de um espaço especial de lazer e recreação a partir dos investimentos que foram feitos na atual gestão. E tudo isso com todos os cuidados necessários com meio ambiente.

O clube de campo da ADCCTA está localizado na cidade de Jambéiro, a cerca de 22 quilômetros de São José dos Campos. A antiga fazenda Espírito Santo, adquirida em 2009, ganhou cara de clube de campo após uma série de investimentos realizados no local. O clube foi inaugurado em dezembro de 2012.

A casa sede foi reformada e mobiliada, ganhando acessibilidade e área de lazer. Localizada no alto do morro, ela abriga até 20 pessoas, possui ainda área social com churrasqueira e piscina, além de uma sala de jogos e um viveiro de pássaros.

Os sócios aprovaram os investimentos. Em 2015, cerca de 1.600 pessoas visitaram o clube.

Sócio da ADCCTA há um ano e meio, o suboficial do DCTA, Paulo Roberto Corrêa de Araújo, 43 anos, levou a família para passear no clube de campo. “É uma oportunidade



Guarda-vidas na piscina

de reunir a família e os amigos. Para o meu padrão de vida seria difícil e complicado ter acesso a um espaço como esse. A ADC nos possibilita ter esse momento agradável”, disse.

O militar da reserva Sandro Silva Guimarães, 43 anos, chegou a São José em fevereiro de 2016 e é sócio da ADC desde agosto. “É um local de integração da família com os amigos”, disse. Sua esposa, também aprovou o espaço. “A ADCCTA nos proporciona por meio do clube um ambiente de lazer que com certeza vai se tornar um hábito”, disse Manuela Matias Guimarães, 37 anos.

Além da casa sede, a atual dire-

toria fez diversos investimentos na área social do clube, que possui 78 hectares.

GUARDA-VIDAS. A área social possui 8 quiosques com churrasqueira, além de vestiário, lanchonete, playground, quadra de futebol society e de areia, além de uma piscina de 25 metros. Durante a alta temporada, de outubro e abril, a ADCCTA contrata guarda-vidas para garantir lazer com segurança na piscina que chega a 1,70 metros de profundidade. Nesse período o clube chega a receber cerca de 200 pessoas por fim de semana.



Chalés novos no clube de campo da ADCCTA

Clube vai ganhar 12 chalés

Estão a todo vapor as obras para a construção de 12 chalés. O projeto aprovado pela Diretoria Executiva e pelos Conselhos Fiscal e Deliberativo, prevê a construção de chalés com cerca de 45 metros quadrados com quarto, cozinha e banheiro, garantindo ao sócio mais oferta de acomodação, além de privacidade e uma vista linda do local. Todos os apartamentos possuem acessibilidade e serão mobiliados. A área do entorno também receberá paisagismo.

VEJA MAIS

- ▶ Área social
- ▶ Campo de futebol
- ▶ Campo de futsal
- ▶ Quadra de areia
- ▶ Vestiário
- ▶ Playground
- ▶ Pista de caminhada
- ▶ Piscina
- ▶ 8 quiosques
- ▶ Lanchonete
- ▶ Lago para a pesca
- ▶ 12 chalés em construção
- ▶ Casa sede
- ▶ Capela
- ▶ Sala de jogos
- ▶ Churrasqueira
- ▶ Prédio da Administração



O clube recebeu muitos investimentos e melhorou muito sua infraestrutura. E depois da entrega das obras da piscina, os sócios passaram a frequentar mais o local”, disse.

Encarregado do clube há 4 anos, Alexandre da Silva

Clube mantém mata nativa



Um pequeno olho d`água preservado por mata nativa fornece água para garantir a manutenção do clube de campo



Modelo de recreação sustentável, o clube da ADC mantém uma área de 180 mil metros quadrados de mata nativa, além de seis nascentes e um lago, o que garante a preservação da fauna e flora local.

Visando a preservação ambiental dessa área, a ADC contratou uma empresa de engenharia ambiental para analisar os 78 hectares de área do clube. O projeto incluiu ainda a regularização dos pontos de captação de água superficial das nascentes, contenção de áreas sujeitas a erosão e o reconhecimento legal de parte da reserva ambiental.

De acordo com os estudos,

a propriedade está inserida em Área de Proteção Ambiental da Bacia do Paraíba do Sul. É classificada como Floresta Ombrófila Densa, com espécies como aroeira, pindaúva, peroba-rosa, erva-mate, araucária, palmito-juçara, ipê-roxo, paineira, jequitibá, jatobá e figueira

Os estudos mostram ainda que 40% da área é recoberta por vegetação inicial e de média regeneração.

E para garantir a preservação da área, dois pontos de erosão identificados já foram contidos e recuperados com terraplanagem e reflorestamento.

O entorno dessas áreas também foi reflorestado com espécies nativas para evitar novos processos de erosão no futuro.

O trabalho de engenharia ambiental também garantiu a recomposição vegetal do entorno das nascentes e olhos d'água.

ECOTURISMO - O plano de recuperação incluiu ainda o plantio de mudas no entorno do lago, utilizado para a pesca esportiva. A área também foi cercada para garantir a segurança dos associados.

O clube mantém ainda uma trilha ecológica de 5,5 quilômetros para a prática do motocross.

Mas quem optar por um lazer mais tranquilo pode percorrer a sede campestre que abriga um pomar a céu aberto, com pés de jaboticaba, laranja, pokan, abacate, goiaba, ameixa, manga, pitanga, limão e banana. Espécies raras, como pau-brasil, também são cultivadas.



O clube reserva uma série de belezas naturais com árvores frutíferas e um lago para a prática da pesca esportiva

Social

Festas, shows musicais, viagens e bingos fazem parte da programação de cultura e lazer da ADCCTA. Eventos reuniram cerca de 3000 pessoas durante o ano e se tornaram ponto de encontro dos associados



Viagens

A organização de viagens é outra atração realizada pela ADCCTA. Desde que o projeto teve início em 2009, já foram ofertadas cerca de 40 viagens para diversas regiões do país. Os passeios incluem ainda cruzeiros marítimos, roteiros culturais e viagens internacionais.

A equipe da ADC cuida da locação, do transporte e do agendamento de hotéis com preços abaixo do custo de mercado. Nos últimos seis anos, 2.392 pessoas participaram das excursões.

Entre os destinos mais procurados estão cidades como São Lourenço, Virginia e Poços de Caldas. Em 2016, 325 sócios participaram das excursões oferecidas pela ADC.



Baile do Servidor Público

Cerca de 400 pessoas participaram do Baile do Servidor Público promovido pela ADCCTA, em comemoração ao Dia do Servidor Público. Em sua quinta edição, o baile foi realizado no dia 4 de novembro, no Clube de Campo Luso Brasileiro. A festa foi embalada ao som da banda Palace e do músico Gabriel Adabo.

Ainda em 2016, a ADC promoveu outros dois grandes encontros embalados a boa música e muita integração.

Em abril, a ADC promoveu em parceria com o CSCT, a Noite do Hawaí.

Em setembro, a balada foi retrô e levou mais de 400 sócios para o Flash Balada.

Outro evento que tem se tornado tradicional na ADC é o Clube da Música. Em clima de boteco, o happy hour reúne cerca de 180 sócios uma vez por mês. Com música ao vivo, o Clube da Música apresenta um ritmo musical diferente a cada encontro. Neste ano, foram realizados 8 encontros.



Chá Bingo

Realizado desde 2009, o tradicional Chá Bingo chega a sua 16ª edição. Os encontros tem atraído cada vez mais os sócios.

Somente em 2016, cerca de 260 pessoas participaram.





Churrasco marca aniversário de 26 anos da ADCCTA

Um churrasco marcou as comemorações dos 26 anos da ADCCTA em 2016.

Cerca de 1.200 pessoas participaram do evento realizado no mês de maio, no Centro Social dos Cabos e Taifeiros (CSCT).

Embalados ao som do samba, o encontro reuniu sócios da ADC, dependentes e convidados para uma grande festa em família. As crianças também tiveram um espaço especial com atrações como brinquedos infláveis e oficinas educativas. Ainda, durante o evento, foram sorteados brindes para os associados.



Aplicativo ADCCTA:

tudo o que os sócios precisam saber com um simples clique

A ADCCTA criou um aplicativo para smartphone para facilitar a interação da associação com os sócios. Pela palma da mão e com um simples clique, é possível navegar entre as 15 opções de serviços oferecidos aos associados.

A nova plataforma permite que o sócio tenha acesso às notícias, programação de eventos e viagens, além da relação de parcerias oferecidas pela ADC.

Segundo o assistente de marketing William Nogueira Correia, 30 anos, o objetivo do aplicativo é facilitar o acesso dos associados às informações e eventos da ADC. "Criamos mais um meio tecnológico para gerar informação. A ADC sai na frente por ter essa tecnologia que facilita a comunicação."

O aplicativo funciona ainda como um canal direto de interação entre os associados e a associação. Também é possível encaminhar dúvidas, críticas e sugestões a todos os membros da diretoria.

"A comunicação é fundamental numa empresa,



e hoje a ADC pode dispor de inúmeros canais para uma comunicação mais efetiva, direta e rápida com o sócio. É um grande avanço, que facilita inclusive a interação entre as partes. O sócio nos "ouve" e nós também podemos "ouvi-lo". Dúvidas, críticas, sugestões e elogios são prontamente respondidos", disse a diretora administrativa da ADC, Sônia Leite da Silva.

O aplicativo oferece ainda informações sobre a história da ADC, a íntegra do estatuto e informações sobre os departamentos e os conselhos da associação.

Por meio da plataforma, o sócio também tem acesso a todos os serviços oferecidos por parceiros da ADC. Ao clicar no link parceiros, o sócio tem acesso ao guia de parcerias da associação que inclui 36 tipos de serviço.

É só escolher o tipo de serviço e as opções de empresas prestadoras. Todos os serviços oferecem descontos

aos sócios da ADC.

Uma loja virtual oferece ainda produtos com a marca da ADC aos sócios com preços acessíveis. O sócio também pode compartilhar ou deixar um comentário sobre o produto.

O aplicativo também está integrado às redes sociais da ADC com links para o site e facebook.

Para ter acesso ao sistema, basta acessar a Play Store e digitar no campo de busca: adccta. O aplicativo gratuito está disponível inicialmente para Android. A próxima etapa é disponibilizar para o sistema IOS.

Interação com o sócio

ADC mantém ainda outros canais de comunicação com o sócio por meio de seu site, página no facebook e com as edições de informativos impressos e boletins eletrônicos.

Siga a ADC

www.adccta.com.br
@adccta



Coral formado por servidores do DCTA vai completar 30 anos

Com um repertório composto por músicas sacras, clássicas, populares e folclóricas de autores nacionais e estrangeiros, o coral da ADCCTA se consolida como o mais antigo coro de São José dos Campos ao completar 30 anos de atuação na cidade, em 2017.

Atualmente 30 coralistas se reúnem para cantar e manter viva a tradição de atividades ligadas ao coro e a capela.

Cabe ao assessor Cultural da ADC, Luis Carlos Tenório Acosta, coordenar as atividades do Coral ao lado de Aparecida Rodrigues Ferreira, carinhosamente conhecida como Cidoca, e do regente Rafael Braga.

Com quase 30 anos de estrada, o coral da ADC se caracteriza como um coro comunitário e aberto a pessoas ligadas ou não ao DCTA [Departamento de Ciência e Tecnologia Aeroespacial].

Segundo Luis Carlos, o coral é eclético e mantém pessoas de várias faixas etárias. Composto por pessoas sem formação musical formal, os coralistas aprendem exercícios de técnica vocal, leitura de partitura e a dinâmica que o regente adota às músicas ensaiadas. Os ensaios ocorrem duas vezes por semana.

Luis Carlos, que participa do coral há mais de 16 anos, diz que a prática dessa arte gera benefícios como aprender a utilizar a voz para o canto através de exercícios de técnica vocal e dos ensinamentos do regente.

Para ele, a atividade também é uma prática sócio-cultural. "As pessoas conhecem novos amigos. Pessoas diferentes tanto na idade como no estilo de vida se reúnem para um bem comum: cantar no Coral. O trabalho em grupo e a divisão de tarefas também fazem parte da integração do grupo", disse.



Luis Carlos Acosta,
assessor cultural
da ADCCTA

Atividades Culturais na ADC

Violão [parceria com a Fundação Cultural]

- ▶ **Dia:** quintas, das 19h às 21h.
- ▶ **Local:** CSCT

Teatro [parceria com a Fundação Cultural]

- ▶ **Dia:** terça, das 18h às 20h
- ▶ **Local:** CSS

Coral

- ▶ **Dias:** Segundas e quartas, das 17h30 às 19h
- ▶ **Local:** CSCT



O professor Rodrigo Poli com alunos do curso de violão da ADC

Parcerias firmadas pela ADC garantem aulas de violão e teatro

Em parceria com a Fundação Cultural Cassiano Ricardo, a ADCC-TA oferece aulas de música e teatro aos associados.

Para estimular a prática cultural, a ADC comprou violões para emprestar aos alunos para que eles fizessem aulas. Por meio dessa parceria, o músico e produtor musical Rodrigo Braga Poli passou a ensinar violão a um grupo de alunos na ADC, desde março de 2016. Rodrigo é professor de guitarra, violão e musicalização há 16 anos.

Atualmente, a ADC mantém 12 alunos, entre 12 e 70 anos. Durante as aulas, os alunos aprendem exercícios de técnica, percepção e leitura, além de aprenderem a tocar músicas.

As aulas acontecem todas as quintas-feiras, das 19h às 21h, no CSCT.

Na avaliação de Rodrigo, a prática da música é importante porque

exercita o cérebro, trabalha a socialização e a concentração, além de diminuir a ansiedade e melhorar a coordenação motora.

Nas aulas, ele ensina diversos tipos de repertório, que vão do POP ao erudito, além de rock e sertanejo. De acordo com o professor, em média, entre 3 e 6 meses, o aluno já consegue tocar algumas músicas.

UNIDOS PELA MÚSICA. Sócio da ADC desde 2013, o militar da reser-

va André Luis Olsson Rodrigues, 48 anos, faz aula de violão com o filho Carlos Adriano de Carvalho Rodrigues, 14 anos. Juntos, eles iniciaram o aprendizado da música na ADC.

“Somos iniciantes. Mas, hoje a gente toca algumas músicas do pop rock e sertanejo. Fazer essa atividade juntos é bom porque nos aproxima, melhora o canal de diálogo, além do aprendizado da música”, disse. Aulas de teatro também são oferecidas para os sócios.



Unidos pela música: O militar da reserva André Luis Olsson com o filho Carlos Adriano de Carvalho

Escolinha de futebol: uma referência esportiva da ADCCTA

A escolinha de futebol da ADCCTA tornou-se uma referência de incentivo ao esporte e de integração social na região. Suas atividades tiveram início junto com a criação da ADC como única atividade esportiva há quase 26 anos, conta o assessor de Esportes, Cesar Augusto Pereira.

Atualmente, são atendidos até 140 alunos na faixa dos 6 aos 15 anos.

As equipes treinam em quatro campos de futebol: 2 campos do Centro Social dos Cabos e Taifeiros (CSCT), do Centro Social dos Suboficiais e Sargentos (CSS) e no Centro Social dos Oficiais (Cocta).

Os alunos contam com jogos de camisas para disputar campeonatos e amistosos e jogos de

coletes para treinamento.

O grupo está dividido em quatro categorias - Sub 09, 11, 13 e 15. Cada categoria treina com até 20 bolas e a equipe de trabalho soma 11 profissionais (7 instrutores de futebol, 1 secretário, 1 coordenador, 1 diretor e 1 assessor).

Os alunos se empenham em dois treinos por semana, na sexta e no sábado. Aos domingos, acontecem jogos pelo campeonato e os amistosos.

“Trabalhamos com alunos de 6 a 15 anos. Damos prioridade para filhos de sócios da ADCCTA, mas também atendemos alunos convidados pelos professores, sócios, não sócios, diretores”, disse o assessor de esportes, Cesar Augusto Pereira.

Como parte das diretrizes de todas as atividades esportivas da ADC, os coordenadores da escolinha condicionam a participação dos alunos em campeonatos e amistosos a uma análise prévia dos boletins escolares e uma avaliação da situação técnica, psicológica e da frequência nos treinos.

CONQUISTAS. O calendário de competições é intenso.

As equipes participam de dois torneios durante o ano: No primeiro semestre, acontece a Copa Monsenhor Luiz Gonzaga e, no segundo semestre, o Campeonato





CLÁUDIO GONÇALVES
Coordenador de futebol da Escolinha



CESAR AUGUSTO
Assessor de Esportes

Joseense, da Secretaria de Esportes.

Também são organizados eventos como a Copinha ADCCTA para movimentar atletas que não disputam os campeonatos oficiais.

Os alunos fazem também viagens (jogos amistosos em outras cidades) e participam de disputas estaduais quando convidados.

Com toda esta maratona de competições, os atletas da escolinha da ADC foram somando títulos. Na categoria sub 13, os alunos foram campeões do torneio internacional de Pouso Alegre, disputado em 2001. Depois disso, vieram títulos do Campeonato joseense e da Copinha ADCCTA.

Títulos da escolinha

Categoria Sub 13 Campeão Internacional no Torneio disputado na cidade de Pouso Alegre no ano de 2001.

Categoria sub11 Campeão Joseense 2015

Categoria sub13 Campeão Joseense 2015

Categoria sub15 Vice -Campeão Joseense 2015

Categoria sub09 Vice-Campeão Copinha ADCCTA 2015

Categoria sub11 3º Colocado Copinha ADCCTA 2015

Categoria sub13 Campeão Copinha ADCCTA 2015

Categoria sub15 3º Colocado Copinha ADCCTA 2015

ADC apoia atletas em São José

A assessoria de Esportes da ADCCTA também apoia modalidades esportivas como natação, atletismo, capoeira, voo livre, salto livre, paraquedismo, motocross, arremesso de peso e iron man. A associação oferece suporte para os atletas como inscrições em campeonatos, material esportivo, espaço para treinamento, alimentação e transporte.



Ex-alunos se destacam em outras equipes

Atletas que treinaram na ADCCTA também seguiram carreira em outras equipes. O assessor de esportes, César Augusto Pereira, cita o exemplo do aluno João Pedro, que atuou nas categorias de base do São Paulo dos 17 aos 20 anos e hoje está na equipe do Red Bull.

O atleta Lucas Laurentino atuou nas categorias de base da Ferroviária de Araraquara e hoje está na equipe XV de Piracicaba.

Há outros ex-alunos atuando em equipes de futebol profissional, como o Atlético Paranaense [Vitinho], Ituano [Fábio Gonçalves] e o Itaboraí-RJ [Serjão].

Mas a escolinha de futebol foi além e estimulou ex-alunos a seguirem outras atividades esportivas. A atleta Mariana tem hoje 18 anos e, depois de se destacar na categoria sub 11, já fez parte da seleção brasileira de rúgbi.

O atleta Marcos Aurélio [Cearazinho] é destaque no jiu-jitsu, com títulos de campeão paulista e de competições internacionais.



Equipe premiada. Dedicção ao esporte fez escolinha da ADCCTA conquistar vários títulos



As muitas lições de Gustavo

Gustavo Leonardo Faria de Souza tem 11 anos, é atleta da escolinha de futebol ADCCTA sub11. Ele fala com alegria das atividades na escolinha e dos valores que são transmitidos pelos professores e coordenadores do projeto.

Revista ADC: Qual a importância da ADC no seu dia-a-dia?

Gustavo: Disciplina, responsabilidade, comprometimento, respeito, interação com outras crianças e saúde.

Revista ADC: Há quanto tempo pratica futebol?

Gustavo: Desde os 6 anos

Revista ADC: Que mudanças essa atividade esportiva te proporcionou?

Gustavo: Mais habilidade, conhecimento técnico do futebol e lazer.

Revista ADC: Quais seus planos futuros com relação a esse esporte?

Gustavo: Ser jogador de futebol profissional.

Atletismo ganha espaço na ADCCTA

Atividade física em constante crescimento no país, a corrida de rua passou a ser oferecida aos sócios da ADCCTA há dois anos.

Educador físico há 15 anos, certificado pelo Conselho Regional de Educação Física e pelo Consefe (Conselho Federal de Educação Física), Jotta Júnior, 47 anos é o treinador da equipe de atletismo da ADC.

São oferecidas duas modalidades de treinamento para corrida de rua: meio fundo (média distância) e fundo (longa distância). Segundo Júnior, as corridas de meio-fundo são de até 5 quilômetros e as de fundo, são maratonas de até 42 quilômetros.

Atualmente, cerca de 20 alunos participam dos treinos, que são realizadas às terças e quintas-feiras, a partir das 17h30 no Cocta. São treinos de até 1h30. Além das aulas presenciais, um plano de exercícios diários é elaborado para cada aluno.

Durante os treinos, os alunos têm aulas de condicionamento físico e recebem orientações para alongamentos específicos para a corrida. "Ensinamos nas primeiras aulas técnicas de corrida, como usar os grupos musculares da região das pernas, a chegada dos pés no chão, coordenação motora, o trabalho muscular e o aeróbico", disse o treinador.



Jorge Roberto da Costa
diretor da escolinha

"A meta é formar cidadãos"

Revista ADC: Como professor e formador de novos atletas, quais os principais valores que esses jovens aprendem durante a prática esportiva?

Jorge: Nós primeiro formamos o cidadão, depois o atleta. Entre eles, muitos são engajados no serviço militar com formação de sargentos e tenentes. Fazemos também trabalho social e psicológico quando necessário.

Revista ADC: E na parte física, quais foram os avanços dos atletas?

Jorge: Fisicamente são preparados para as competições esportivas apresentando bom condicionamento físico.

Revista ADC: Quantos atletas já passaram pela escolinha de futebol desde o início das atividades? E na sua opinião, o que

leva a escolinha de futebol ser a principal referência esportiva da ADC?

Jorge: Já passaram pela nossa escolinha cerca de 2.210 alunos desde a criação no ano de 1990. Nossa escolinha é a principal referência esportiva da ADC, devido à sua estrutura, trabalho social e confraternização com os pais. Nossa escolinha de futebol também foi homenageada na Câmara Municipal de São José dos Campos.

Disciplina, esporte e integração nas escolinhas da ADC

Referências esportivas na ADCTA, as escolinhas de futebol e futsal são aprovadas pelos pais dos jovens atletas.

Para Márcio Mitsuo Ouki, 46 anos, pai do aluno Felipe, a ADCCTA tem evoluído nas atividades esportivas, como futebol de campo e no futsal. “A ADC foi importante porque ajudou meu filho a fazer mais amigos e no seu condicionamento físico”.

Sócio há 20 anos da ADC, Everaldo Marcos Agostinho, afirma que a ADC foi importante na vida da família pela comodidade, com a oferta de esportes, convênios e eventos para a família. Ele avalia que seu filho Gabriel tem, na ADC, a oportunidade de praticar esportes em segurança. “Ele emagreceu e passou a conviver melhor com as pessoas.”

Edson Fernandes, 44 anos, também elogia as facilidades oferecidas pela ADCCTA. Seu filho, Danilo, é aluno das escolinhas de futsal e futebol de campo.

Pai de dois jovens esportistas, Antônio Carlos Monteiro, é sócio há um ano e disse que as escolinhas foram muito importantes para a disciplina e preparação física dos filhos. Segundo ele, os filhos Bruno e Gabriel, também tiveram melhorias na escola. “O plano é que os garotos continuem jogando, para serem homens de bem, e estudando, para ser alguém na vida.”

Pai do aluno Gustavo, o secretário da escolinha, Leandro Moreira de Souza, disse que as atividades esportivas ajudam em várias áreas como disciplina, responsabilidade, comprometimento, respeito, saúde e na interação com outras crianças.



**Márcio Mitsuo Ouki,
com o filho Felipe**



**Everaldo Marcos Agostinho
com o filho Gabriel**



O plano é que os garotos continuem jogando, para serem homens de bem, e estudando, para ser alguém na vida.”



**Edson Amorim Fernandes
com o filho Danilo**



**Antônio Carlos Monteiro com os filhos
Bruno, 15 anos e Gabriel de 8 anos**



**Leandro Moreira de Souza
com o filho Gustavo Leonardo**

Apoio social para os atletas

A escolinha de futebol da ADCCTA também oferece apoio social aos atletas e suas famílias. O trabalho é realizado desde 2010 e cerca de 70 crianças e adolescentes já foram atendidos.

Veja o que diz a coordenadora do trabalho de assistência social da ADC, Zenilda Almeida Gomes, sobre esse trabalho.

Revista ADC: Por que é necessário um trabalho de assistência social na escolinha de futebol?

Zenilda: Porque trabalhamos em prol da formação das crianças e adolescentes para a cidadania. Orientando-os sobre seus direitos e deveres. Educando-os para que haja sempre superação e autonomia social.

Revista ADC: Quais os principais problemas identificados com esse público e que tipo de apoio a ADC oferece?

Zenilda: Existem inúmeras questões de ordem familiar, afetiva e especialmente financeira. Apoiamos de acordo com a necessidade apresentada. Exemplo: Uniforme, cesta básica, apoio de transporte, compra de medicamento (quando se trata de questões de saúde), acompanhamento social, psicopedagógico e psicológico.

Revista ADC: Em média, por quanto tempo vocês acompanham cada caso?

Zenilda: Depende da necessidade apresentada e da superação de cada um. Geralmente acompanhamos até a resolução do caso.

Revista ADC: Que mudanças foram identificadas após a realização desse serviço de assistência na escolinha?

Zenilda: Mudança de comportamento, autonomia, superação, criatividade, interação entre a família.



Futsal conquista a Libertadores

A escolinha de futsal da ADCCTA tem 55 alunos e acaba de se consagrar campeã da Libertadores na categoria sub 10.

As conquistas das equipes e o engajamento dos alunos nos treinos e atividades da escolinha enchem de orgulho o coordenador do projeto, Rubens Donizeti dos Santos, 41 anos.

Ele conta que, apesar de o futsal ser quase a mesma coisa que futebol em termos de fundamento, a modalidade possui regras totalmente diferentes. E são raros os atletas que conseguem jogar com a mesma eficiência nas duas modalidades.

Segundo ele, devido às proporções da área de jogo, o menor número de jogadores e a facilidade em que se pode jogar uma partida, o futsal já é considerado por muitos como o esporte mais praticado no Brasil, superando o futebol que ainda assim é o mais popular.

Revista ADC: Desde quando é oferecida essa modalidade esportiva aos sócios?

Rubens: Desde 27 de abril de 2012.

Revista ADC: Qual a faixa etária atendida?

Rubens: Dos 5 aos 12 anos.

Temos as categorias Chupetinha (5 a 6 anos), Sub 8 (7 a 8 anos), Sub 10 (9 e 10 anos) e Sub 12 (11 e 12 anos)

Revista ADC: Quais as atividades realizadas durante os treinos?

Rubens: Fundamentos, posicionamento, preparo físico e técnica. Elas acontecem no ginásio do Cocta e na quadra coberta do CSS.

Revista ADC: Quais os torneios importantes que participaram neste ano e quais os melhores resultados dos atletas?

Rubens: A Copa Libertadores e a Copa Junior de Futsal.

Conquistamos o primeiro lugar na categoria Sub 8 e terceiro lugar na categoria Sub 10 na Copa 25 anos da ADCCTA. Na Copa Society Esplanada, ficamos com o segundo lugar na categoria Sub 10.



Raio x da escolinha:

Alunos atendidos: 55

Início da escolinha: 2012

Categorias: 4, dos 5 aos 12 anos

Títulos: Copa Libertadores Sub 10, Copa Junior de Futsal e Copa 25 anos ADCCTA (Sub 8)



Robert Cardoso leva o filho Gabriel de 5 meses para as aulas de jiu-jitsu



Família unida no jiu-jitsu: Vanessa Parente com o marido Antônio Parente e os dois filhos

Artes marciais reforçam laços familiares na ADCCTA

Aulas ajudam alunos de todas as idades na vida escolar e no convívio social

Cerca de 150 alunos participam das aulas de artes marciais oferecidas pela ADCCTA. Há mais de uma década, a associação mantém atividades como taekwondo, aikido e jiu-jitsu. As aulas ocorrem no Centro Social dos Suboficiais e Sargentos [CSS].

O jiu-jitsu foi uma das primeiras modalidades a ser oferecida pela ADCCTA. O suboficial da Aeronáutica na reserva, Ivan Ribeiro, 53 anos, faz parte desse projeto.

Apaixonada pelo jiu-jitsu, modalidade que pratica há 20 anos, ele é faixa preta 3º grau e já atua como professor de jiu-jitsu na ADCCTA há mais de 15 anos.

Especializado em condicionamento físico-militar, ele também uniu a experiência militar à prática do treinamento funcional e passou a aplicar uma nova modalidade -a de condicionamento físico funcional por meio de exercícios de condicionamento e respiração.

“Todos os militares fazem tes-

tes de condicionamento físico anual e quis oferecer esse treinamento aos meus alunos”, disse. A nova modalidade é complementar à prática do jiu-jitsu.

Atualmente ele atende cerca de 40 alunos, em duas turmas. E ele faz todos os exercícios juntos com seus alunos. São cerca de duas horas de atividades, três vezes por semana.

“O jiu-jitsu foi muito importante na minha vida. É uma disciplina. Não se pode bater. Uma arte sem soco ou chute. A gente usa o nosso corpo como defesa pessoal”, disse.

Os alunos mais jovens só praticam a modalidade se apresentarem boas notas no boletim escolar. “Aqui é como a extensão da nossa família. É gratificante ver as pessoas melhorarem sua condição física”, disse o professor.

CONQUISTA. Praticante das aulas de condicionamento físico da ADC, a funcionária pública, Norma Clélia de Almeida, 48 anos, se orgulha ao



Professor Ivan Ribeiro com alunos do jiu-jitsu da ADCCTA



Família no taekwondo – Sargento Bino com a esposa Débora e o filho Arthur, 3 anos



União no tatame. Major Clovis treina taekwondo com o filho



JUNTOS VECEREMOS

O técnico em telecomunicações, Marcelo Glaucio da Silva, 44 anos, e o filho Gláucio Willians Santos da Silva, 13 anos, praticam jiu-jitsu juntos há um ano e meio. “A ideia é estarmos juntos. Foi a melhor coisa que nos aconteceu.”

mostrar o certificado que conquistou pelos bons resultados de sua forma física.

“No meu trabalho são realizadas avaliações físicas periódicas. E fui reconhecida pelo meu esforço. Essa aula mudou minha vida. Me deu estímulo para fazer caminhadas e corridas. Ganhei massa corporal e perdi gordura”.

ESPORTE EM FAMÍLIA. O capitão da Aeronáutica Robert Cardoso Fernandes de Almeida pratica jiu-jitsu há 2 anos com sua esposa, Ana Luzia Fernandes de Almeida. Atividade esportiva que compartilha com os filhos, Ana Carolina, 6 anos e o pequeno Gabriel, de apenas 5 meses, que já acompanha a família no tatame.

“É muito importante a ADCCTA nos oferecer essas opções esportivas. Se não fosse isso talvez não estivéssemos fazendo nada. É excelente”, disse Ana Luzia.

Outra família praticante do jiu-jitsu é a da professora Vanessa Parente, 44 anos. A pressão alta a levou a praticar a modalidade. “Melhorou o condicionamento e minha pressão estabilizou.” Seu marido, o capitão Antônio Parente, 46 anos e seus dois filhos também são praticantes da modalidade.



Taekwondo garante iniciação esportiva de crianças

A ADCCTA oferece também aulas de Taekwondo para alunos a partir dos 3 anos de idade. Com 25 anos de prática de taekwondo, o mestre Adriano Aparecido Bastos, 38 anos, assumiu o comando do tatame da ADCCTA há 7 anos.

Atualmente ele ensina 60 alunos, em três categorias --3 aos 6, 7 aos 11 e acima dos 12 anos, masculino e feminino. Segundo ele, em média o tempo de formação de um aluno é de 5 anos.

Para ensinar arte marcial aos pequenos iniciantes, ele usa o lúdico. "Trabalhamos disciplina, coordenação motora, senso de direção, além da atividade física, respiração e equilíbrio. Isso é diário nas aulas, eles aprendem a diferença entre direita e esquerda".

Na segunda faixa etária, dos 7 aos 12 anos, o trabalho é de lateralidade, equilíbrio e senso de direção. É nessa fase, que ele também ensina as regras de uma competição. "É nessa idade que eles começam a ganhar e perder, o que é importante para a formação, então trabalhamos a superação", acrescenta o professor.

A graduação dos alunos ocorre mediante resultado e empenho. Cada atleta é avaliado por meio de uma prova.

Segundo ele, os pais têm demonstrado confiança total no trabalho. "Num pequeno espaço de 2 a 3 meses eles percebem melhoras no comportamento da criança e até mesmo na perda de peso". Segundo ele, a estrutura oferecida pela ADC é fundamental. "Nós temos hoje na ADC uma das três melhores academias

para treinamento de São José dos Campos".

APRENDIZADO. A família do 1º sargento Leandro Bino, 35 anos marca presença nas aulas de taekwondo. Ele, a mulher Débora Souza, 29 anos e o filho Arthur Souza, de 3 anos praticam a modalidade. "Além de aprender a luta, ele aprendeu a contar em coreano. Está mais obediente e respeita os colegas. Tem mais disciplina e coordenação motora", disse Leandro Bino.

O major aviador Clóvis Martins de Souza, 39 anos é sócio da ADC há três anos. Aluno de taekwondo e pai de três filhos, ele afirma que toda sua família pratica as atividades oferecidas pela associação. "Facilita muito ter todos esses serviços dentro do condomínio"

Aikido trabalha disciplina entre corpo e mente

A harmonia entre corpo, mente e espírito é um dos caminhos ensinados na arte do Aikido, modalidade oferecida aos sócios da ADCCTA.

Professor de Aikido há 15 anos, Edson Rodrigues, 54 anos, se tornou especialista nessa arte marcial. Advogado, ele trocou as audiências nos tribunais pelos tatames, em busca de mudança de vida. E diz ter encontrado no Aikido, a tranquilidade e serenidade que agora ensina aos seus alunos.

Professor na ADC, ele atende cerca de 50 alunos que buscam na modalidade, atividade física aliada ao relaxamento.

Com orientações em japonês, Rodrigues ensina cerca de três mil técnicas de defesa pessoal, sem golpes e chutes. Segundo ele, o Aikido segue uma série de valores como disciplina, obediência, honestidade e humildade. “Não é preciso usar a força, nem machucar o outro para se defender. A força está no relaxamento”, diz.

SEM VIOLÊNCIA. Conhecida como arte da eficiência e da elegância sem violência, cada aula de Aikido queima até 800 calorias. Originária do Japão, essa arte silenciosa praticada por homens e mulheres se diferencia pelo estado de quietude



SUPERAÇÃO

A baixa visão não impediu Weberton Luiz Quintanilha, 25 anos, de se tornar faixa-preta em Aikido. Ele pratica a modalidade há 14 anos. Com apenas 5% da visão esquerda ele diz que o Aikido o ajudou a eliminar barreiras que ultrapassam a visão. “Comecei a enxergar com os outros sentidos. Tem um universo lá fora e com o Aikido você começa a perceber o entorno e está sempre com a mente em alerta. Essa arte me trouxe a paz interna que ajuda meu dia-a-dia”.

e segurança que proporciona aos praticantes.

“Nessa arte você aprende a ouvir e a relaxar. Entra no estado, que chamamos de ‘xícara vazia’. Quando você não tensiona os músculos, você fica mais forte”.

No dojo (tatame), não há limite de idade e as aulas têm início com uma série de exercícios de alongamento. Segundo o professor, a prática do Aikido aumenta a atenção, concentração, sensibilidade e percepção.

EVOLUÇÃO. A dona-de-casa Daiana Oliveira Bernardes, 31 anos, acompanha de perto a evolução de sua filha Giulia, 13 anos, no Aikido. “Ela mudou muito. Leva para a rotina dela o que aprende nas aulas. Está mais segura e confiante. Venceu a timidez na escola e está mais tranquila e concentrada. Até nosso relacionamento melhorou.”



Giulia,
13 anos



O professor
de Aikido,
Edson
Rodrigues
ao centro e
seus alunos
na ADCCTA

