

MAIO | JUNHO 2020

# ALPHAVIDA

MYFREEDOM

MAIS SEGURANÇA  
E CONFORTO





*Paisagismo*

**Cantinho 3**

A Serviço da Natureza

*Desde 1986*

- Paisagismo
- Manutenção de Jardins
- Plantas Ornamentais
- Complementos Decorativos

[www.cantinho3.com.br](http://www.cantinho3.com.br)

Fone: 62 3218.2231 | 98312-0104 | 98407-7772

Rua 217 esc c/244, nº 951, Setor Universitário (próximo ao cepal do Setor Sul)

## A MAIOR BLINDADORA DE VEÍCULOS DO BRASIL

**CARBON BLINDADOS**  
PAIXÃO POR SEGURANÇA

**NÍVEL III-A**  
GARANTIA DE ATÉ 5 ANOS

(62) 98128-4299

(11) 93470-2099 / (11) 4195-5005

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

[marcelo.araujo@carbonblindados.com.br](mailto:marcelo.araujo@carbonblindados.com.br)

**MARCELO ARAUJO**  
Executivo de Vendas

**CARBON**  
— BLINDADOS —





# DROGARIA BEM ESTAR

MEDICAMENTOS E PERFUMARIA

Aceitamos  
Cartões



**TELE ENTREGA:**  
**3282-4066**

**Qualidade**

**e saúde para  
sua família**

Av. Prof. Alfredo de Castro Qd. 27 Lt.03  
Parque Santa Cruz - Goiânia - GO  
(Antiga Drogaria Lins - Próximo ao Cais)

**ROCK E  
DIVERSÃO**



Com a proposta de receber os mais variados segmentos da tribo roqueira goiana, em 2003, surgiu o Woodstock Rock Bar. Em 15 anos de existência muita coisa mudou e ocupamos mais espaço no cenário noturno goianiense, mas não perdemos a nossa verdadeira essência, pautada na amizade e diversão!

**SINCE 2003**



Av. D nº 1064 Setor Oeste | Fone: (62) 3285-2407

# SU MÁ RIO

  
**alphaville**  
Flamboyant

05	TRÂNSITO	●	FIQUE ATENTO	06
07	COVID – 19	●	MYFREEDOM	08
09	SAÚDE	●	ARTE	10
11	H1N1	●	COMPORTAMENTO	12
13	REVITALIZAÇÃO	●	REVOLUÇÃO TECNOLÓGICA	14
16	PETS	●	GESTÃO AMBIENTAL	17

## EXPEDIENTE



**D&D COMUNICAÇÃO**

(62) 3941 7676

**DIRETORA COMERCIAL**  
DORCAS S. CASTRO

**JORNALISTA**  
DÁRIO ÁLVARES

**COMERCIALIZAÇÃO**  
CONCEIÇÃO DE PAULA

**DIAGRAMAÇÃO**  
LETHICIA SERRANO

**DIRETOR PRESIDENTE**  
CARLOS A. DE CARLI JUNIOR

**DIRETOR TÉCNICO**  
FABRIZIO ZUPELLI

**DIRETOR DE ESPORTES**  
RANNIERY M. ROMANHOL

**DIRETORA ADMINISTRATIVO**  
JOSÉ MENDONÇA C. NETO

**DIRETORA SOCIAL**  
ALINE GONÇALVES LEWIS

**DIRETORA FINANCEIRA**  
GERALDA G. DE CASTRO

**CONSELHO DELIBERATIVO**  
ANTÔNIO CLOVIS A CARNEIRO  
CLÁUDIO R. DA CUNHA OLIVEIRA  
FLAVIO GODINHO  
MAURILHO R. TEIXEIRA  
ANA CLÁUDIA REZENDE ZEM  
HENRIQUE CÉZAR RIOS  
JUVENILTON BEZERRA CRUZ  
LILIAN ZUPELLI  
HIRAM RESENDE DA SILVA  
LUCIANA DE S.S. PAULA  
WAGNER JOSE RODRIGUES  
WILLIAMS ALMEIDA LUZ  
HELIO TELHO CORREA FILHO  
CILMAR JOSÉ DE OLIVEIRA  
JORNANDE FERNANDO JACINTO  
WELLINGTON M. ROMANHOL

**CONSELHO FISCAL**  
ALVIDO BECKER  
ARY BARBOSA GARCIA JUNIOR  
JEFERSON DE CASTRO VIEIRA

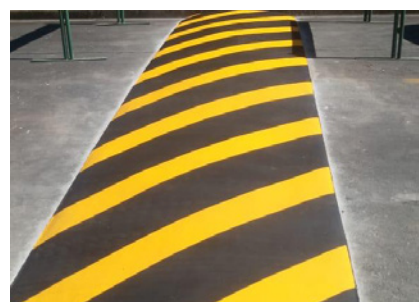
A **D&D Comunicação** informa que esta edição da Revista Alphavida corresponde à edição março/abril da publicação, que sofreu um atraso devido aos transtornos causados pela pandemia de COVID-19. Agradecemos a compreensão de todos.

# PROJETO TRAFFIC CALMING

Já está em pleno andamento a execução de mais uma etapa do Projeto Traffic Calming. Nessa etapa serão implantadas 60 lombadas, no período de maio a outubro de 2020, o que representa a conclusão de 50% do projeto total em todos os residenciais.

O projeto foi desenvolvido na gestão anterior, mediante análise técnica, e a recomendação dos pontos de implantação foram definidos por profissionais da área contratados para esse fim.

Os mapas com a localização da implantação dessa etapa estão à disposição na Associação Alphaville Flamboyant Residencial. Entretanto, o ponto exato poderá sofrer alteração no momento da execução.



**MATERIAIS P/ CONSTRUÇÃO**  
Do básico ao acabamento

**ENTREGA RÁPIDA  
EM SEU CONDOMÍNIO**

Aceitamos cartões



**Av. F, nº1315 - St. Água Branca  
(fundo Alphaville Araguaia)**



**62 3284-2070**

**62 3639-4797**

# USO CORRETO DA MÁSCARA

A máscara facial é um equipamento simples e pode ser um grande aliado no combate à propagação do coronavírus, protegendo você e outras pessoas ao seu redor.

## Procedimentos básicos para o uso das máscaras faciais de proteção

- A máscara é um item individual, que não pode ser dividida com

ninguém;

- Antes da colocação, lave muito bem as mãos;

- Cubra o nariz e a boca com a máscara e certifique-se que não há brechas;

- Durante o uso não toque na parte da frente da máscara;

- Para remover a máscara retire-a pelos elásticos e nunca pela parte da frente;

- Se notar que a máscara está úmida, troque, de imediato, por

uma nova;

- Use a máscara sempre que precisar sair de casa. Saia sempre com pelo menos uma reserva e leve uma sacola para guardar a máscara suja, quando precisar trocar;

- Chegando em casa, lave as máscaras usadas com água sanitária. Deixe de molho por cerca de 30 minutos.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) desaconselha que se confie exclusivamente nas máscaras, as quais são apenas uma entre diversas medidas de precaução, não substituindo o distanciamento nem a higiene manual.

Com informações do Ministério da Saúde e Organização Mundial da Saúde (OMS)

## ATENÇÃO MORADOR

Em qualquer área comum do Residencial é imprescindível o uso de máscaras.

  
alphaville  
Flamboyant

# MEDIDAS DE PREVENÇÃO

A forma mais eficiente de combate ao coronavírus é a prevenção. Ciente dessa realidade, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial adotou uma rotina diária de desinfecção das portarias dos residenciais, portões de acesso aos lagos do clube, equipamentos e edificações, com solução de água sanitária 1% ou produto autorizado pelo Ministério da Saúde, de acordo com o tipo de material. A ação vem sendo realizada em parceria com a empresa Cantinho 3.

Foram implantados também borrifadores de álcool nas partes interna e externa das portarias, elementos para distanciamento da bancada de atendimento e marcadores de fila, além de instituída a fiscalização do uso obrigatório de máscara facial por associados, colaboradores e prestadores de serviço.



# ACESSO RÁPIDO E SEGURO

**B**uscando sempre inovar e oferecer aos associados mais segurança e conforto, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial adotou o controle de acesso por meio do aplicativo myFreedom. O novo app foi completamente redesenhado visando a melhor experiência para o usuário e conta com melhorias significativas em sua performance, tornando-o mais rápido, seguro e intuitivo.

## COM O MYFREEDOM É POSSÍVEL:

- Criar convites de acesso a visitantes, prestadores de serviço e entregadores de forma rápida e simples.
- O módulo permite que os moradores acessem o condomínio por meio de um código QR, que não necessita de acesso à internet para funcionar.
- A nova opção é uma alternativa a utilização das formas de acesso convencionais (cartão de proximidade e biometria).
- O myFreedom possibilita visualizar em tempo real quem entrou ou saiu com destino a sua unidade.
- O morador tem ainda a opção de participar de assembleias de forma totalmente online, segura e intuitiva. É possível visualizar as pautas disponíveis para votação e responder no momento mais cômodo (dentro do prazo de validade da assembleia).
- O aplicativo possui também funcionalidades extras, que fazem toda diferença no dia a dia do morador. Faça o login com autenticação biométrica, compartilhe documentos importantes, visualize o mural de avisos, encontre telefones úteis e entre em contato com a administração diretamente pelo app.





# ENFRENTANDO O CONFINAMENTO

Os profissionais dos Médicos Sem Fronteiras (MSF) compartilham dicas sobre como enfrentar bem o confinamento a fim de evitar a disseminação da COVID-19, o que, em último caso, significa salvar vidas.

## - Lembre-se do motivo de estar confinado

O cotidiano torna-se menos incômodo ao pensar na importância do confinamento, que nesse momento significa salvar vidas.

## - Aceite sua nova realidade

Depois de se lembrar por que seu movimento está restrito, é importante aceitar as novas regras. Aceite que os limites existem por um motivo e lembre-se, sua liberdade retornará!”

## - Faça atividades prazerosas

Reserve parte do seu tempo para atividades de lazer que lhe tragam distração e satisfação.

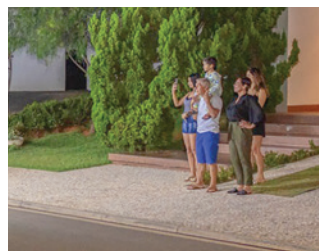
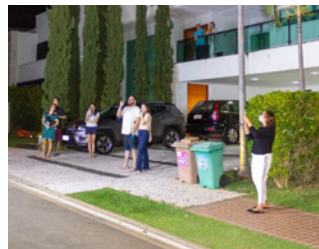
## - Tenha uma rotina, incluindo exercícios

Crie uma rotina mesmo que seja com atividades comuns. O exercício, mesmo com espaço limitado, também é recomendado por seus claros benefícios para a saúde física e mental.

### - Veja os pontos positivos

Buscar pontos positivos dentro dos novos limites pode ser útil.

# MÚSICA NOS LARES



Para levar boa música e alegria aos associados em tempos de prevenção à COVID-19, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial idealizou o projeto itinerante Música nos Lares, que movimentou as ruas dos residenciais Goiás, Cruzeiro, Ipês e Araguaia no mês de junho. Os moradores saborearam as apresentações no conforto e segurança de suas varandas.

# PROJETO ALPHA SOLIDÁRIO

O Projeto Alpha Solidário da Associação Alphaville Flamboyant Residencial tem por objetivo apoiar e promover ações de solidariedade junto aos moradores, para assistência de pessoas em situação de vulnerabilidade social.

Iniciado nas gestões anteriores pelas moradoras Livia Ribeiro M. Belém e Luciana S.S. Paula, foi criado para auxiliar as famílias das cooperativas de reciclagem de lixo do complexo.

Recentemente, com o apoio do Projeto foram desenvolvidas ações de arrecadação junto aos moradores beneficiando 70 famílias.

Ainda para este ano a Diretoria atual pretende ampliar as ações do Projeto, promovendo parcerias com entidades apoiadas pelos moradores.



# CAMPANHA DE VACINAÇÃO



No início de abril, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial realizou uma campanha de vacinação H1N1 tetravalente nos residenciais Araguaia, Goiás, Cruzeiro e Ipês. Para garantir a saúde e a segurança dos associados em tempos de prevenção à COVID-19, a ação foi desenvolvida no sistema drive-thru e imunizou um total de 1079 pessoas.



**CARNE DE SOL 1008**  
Bar & Restaurante

todos os dias a partir das 11:00h  
**Almoço**  
mais gostoso da cidade na sua casa

Peça pelo

Tele-Entregas  
**(62) 3241-6778**

**Excellence**  
Medicina e Odontologia

- Odontologia
- Dermatologia
- Nutrição
- Cirurgia Plástica
- Estética Facial e Corporal

Rua 89, nº 333, Setor Sul - Goiânia - GO | Fone: 62 3931-0345

# GESTÃO DA CARREIRA EM TEMPOS DE CRISE



## POR MARIANA CUNHA DE PAULA

Life designer, especialista em desenvolvimento humano. Formada em Psicologia e Psicóloga, com MBA em Administração e Gestão de Negócios (FGV EAESP), especialização em Coaching de Carreira e de Vida (ICI) e diversos cursos sobre personalidade e expansão da consciência e das habilidades humanas.

### Como planejar e gerir minha carreira então, principalmente em tempos de crise?

O primeiro passo é aprofundar-se no autoconhecimento. É necessário um processo de reflexão para trazer à consciência suas fortalezas e fraquezas, para que esteja claro seu nível de conhecimento técnico e quais seriam suas zonas de aprimoramento. Após essa viagem interna, é interessante que o indivíduo faça uma análise do mercado em que está inserido ou que deseja atuar, considerando as tendências e oportunidades externas. Lembre-se de basear sua análise tendo como referencial o médio e longo prazo, mas comece a construir e priorizar suas ações agora.

O desenvolvimento de carreira é uma questão fundamental para qualquer profissional. Por isso, o processo de autoconhecimento é muito valioso. Você precisa ter uma compreensão de quais são seus valores essenciais para entender qual seria a carreira mais condizente com a sua identidade.

**D**e maneira geral, a área profissional tem grande representatividade na vida das pessoas. No entanto, a maioria delas tem uma resistência natural em planejar as suas carreiras, encarando a trajetória profissional como algo dado, como continuidade de uma formação ou de um negócio familiar.

É preciso entender que essa antiga forma de “deixar a carreira acontecer por si só” pode trazer prejuízos no longo prazo. Assim como essa, outras possíveis armadilhas podem nos afastar do nosso propósito, como as recompensas financeiras e status de curto prazo e a pressão de familiares e amigos.

Outro fator que devemos levar em consideração é que as carreiras estão ficando cada vez mais curtas e as pessoas estão preparando-se para vivenciar diversas profissões ao longo de suas vidas. Essa é uma excelente oportunidade de transformar o seu talento em profissão e isso só é possível se você estiver conectado a você, se entender o seu propósito.

Para obtermos sucesso na vida profissional, especialmente em tempos de crise, precisamos assumir uma postura assertiva, proativa e autorresponsável. Para tanto, o primeiro passo é sair da zona da vitimização e passar a ter comprometimento com suas escolhas. Adversidade está presente para todos e quem souber ter resiliência e uma atitude realista frente ao mercado e suas potencialidades, estará mais apto a lidar com o cenário crítico.

Cada um de nós é responsável pela magnitu-

de que damos para aquilo que estamos vivenciando. Por isso, frente a qualquer crise, alinhe sua percepção sobre o tamanho do problema e o tempo de permanência. Nada dura para sempre e a impermanência da vida é um convite para sairmos da zona de conforto e colocarmos a criatividade em pauta. Todo ser humano é criativo por natureza e, especialmente em momentos de crise, expressarmos como seres criativos e realizadores, ao invés de somente espectadores, é um enorme diferencial.

A originalidade está em ser uma pessoa que encara as mudanças de forma otimista, que vislumbra as adversidades como uma oportunidade para fazer diferente. Criatividade e coragem nos trazem autenticidade e, conseqüentemente, uma vida com propósito e realização. Seja autêntico, compartilhe com o mundo seus talentos!

## Revitalização

# MUDANDO PARA MELHOR

A Associação Alphaville Flamboyant Residencial tem aproveitado esse período de quarentena para promover mudanças e benfeitorias que resultarão em melhoria estética, mais conforto e segurança para os associados quando o funcionamento for normalizado. Integram as obras de revitalização: pintura dos alambrados das quadras de tênis, reparos no asfalto da pista de caminhada, pintura dos balizadores da pista de caminhada, restauração das calçadas e pintura da academia.





*Revolução tecnológica*

# TELEFONE FIXO GANHA MOBILIDADE

Com a popularização dos smartphones, o telefone fixo vem perdendo rapidamente o glamoroso espaço que ocupava em outras épocas. Hoje é quase uma peça decorativa. Mas e se seu número de telefone fixo puder ser lavado dentro do bolso? Isso é possível, garante o Diretor da Ultra Telecom, Luiz Mauro de Pádua Silveira, em entrevista exclusiva à equipe Alphavida.

## - Como assim “levar o telefone fixo no bolso”?

A tecnologia aponta para todos os lados. Usamos fibra, mas também usamos nuvem. A Ultra aperfeiçoou a telefonia virtual, seja para pessoas levarem o número de telefone no aparelho celular, seja para ter um segundo número nesse aparelho móvel.

## - E como funciona o Telefone Virtual?

Na prática são eliminados os fios, aparelhos tra-

dicionais e até o PABX. De fixo fica só o nome. É feita a portabilidade do número ou escolhido um número novo. Então instalado um APP no celular. Pronto.

## - E como fazer e receber ligações? O aparelho já tem seu próprio número?

Esse é o pulo do gato do aplicativo. O celular continua funcionando normalmente. Então você passa a ter um segundo número, mas sem chip. O usuário pode originar e receber chamadas, pelo aparelho celular, na mesa do churrasco ou no exterior; pode originar ligações binando o número virtual e não o do celular.

## - É como o WhatsApp?

É por aí, só que muito mais flexível. A pessoa para quem você liga, ou de quem recebe ligação, não precisa ter o aplicativo. Mas querendo, o usuário pode instalar um segundo WhatsApp, sem expor seu WhatsApp principal.

## - É possível ter um segundo WhatsApp com outro número no mesmo celular?

Sim. Você pode ter WhatsApp com o número de sua casa ou em número virtual, sem misturar com o do celular.

## - Quais outras vantagens você identifica em relação à telefonia fixa?

Veja bem. Seu número virtualizado vai para a nuvem. Lá é tratado como num PABX. Pai, mãe, filhos, parentes e amigos, não necessariamente nessa ordem, podem ter ramais do mesmo número. Quem estiver com a ligação pode transferir para outro, onde quer que ele esteja, no Brasil e no mundo. Além disso, até 5 ligações são utilizadas simultaneamente.

## - Qual o perfil dos usuários do Telefone Virtual ou “segundo número do celular”?

Pessoas físicas, pequenos empreendedores, profissionais liberais. Enfim, gente que não queira ou não possa estar amarrado na parede para falar ao telefone, mas precisa dele; gente que, por um motivo ou outro, queira manter privacidade ou mostrar profissionalismo.

## - E o custo é competitivo com a telefonia tradicional?

Extremamente. A um valor fixo mensal de cinquenta e poucos reais, você tem um número que liga e recebe ligações ilimitadas, sem ser minutado. E cada ramal, caso queira, adiciona pouco mais de nove reais. E querendo, a pessoa pode comprar o número. Mesmo sem recarga, ele será sempre seu.

## A EMPRESA

A Ultra Telecom nasceu não somente para fornecer Internet Banda Larga via rede própria de fibra óptica, mas também para prover serviços de comunicação, inclusive telefonia e TV por assinatura. Em apenas quatro anos de existência, cresceu e apareceu. Sua rede está dimensionada para atender a quase 30 mil endereços e já conta com mais de 3 milhões de metros de fibra. Do Alphaville, estendeu sua malha para quase uma centena de condomínios em Goiânia, Aparecida e Senador Canedo.



Engenheiro da Computação  
Luiz Mauro de Pádua Silveira,  
diretor técnico da Ultra



# PRODUTOS DO RESTAURANTE



Para minimizar as perdas acarretadas pelo fechamento do restaurante, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial decidiu repassar aos associados todos os produtos em estoque. Os itens podem ser retirados no restaurante com horário marcado e o pagamento feito com cartão de crédito/débito no ato da retirada dos produtos. Os interessados devem agendar a retirada dos itens pelos telefones 3246-0700/99607-9262.

Confira a lista de produtos no nosso site [www.alphaville-goiania.com.br](http://www.alphaville-goiania.com.br)

## Pets

# LIXEIRAS EXCLUSIVAS

Além de dispensers com sacos 100% biodegradáveis para o recolhimento das fezes dos animais de estimação, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial conta com lixeiras em pontos estratégicos, exclusivas para o descarte desses dejetos. Contribua com a higiene, a boa convivência e, principalmente, com a saúde pública e bem-estar de todos. Faça uso inteligente desses recursos!







*Transparência*

---

# RELATÓRIO GERENCIAL SINTÉTICO

**A**tenta aos princípios da boa gestão e transparência administrativa, a Diretoria Executiva da Associação Alphaville Flamboyant Residencial disponibilizou o Relatório Gerencial Sintético dos meses de fevereiro e março de 2020 no endereço [novoalphaville.com.br/slide](http://novoalphaville.com.br/slide) e na área restrita do [www.alphavillegoiania.com.br](http://www.alphavillegoiania.com.br)

A Diretoria Executiva está sempre à disposição para informar e prestar contas. Para tanto, pede somente que as solicitações sejam realizadas por meios adequados.

*Gestão Ambiental*

---


# FLORES CONTRA A DENGUE




**D**urante o período de seca, a população não pode se descuidar das ações preventivas de combate ao *Aedes aegypti*, transmissor da dengue, chikungunya e zika. Buscando contribuir com essas medidas, a Associação Alphaville Flamboyant Residencial está distribuindo aos moradores sementes de Crotalária, flor que atrai as libélulas, predadoras naturais do mosquito. Para solicitar sementes, basta ligar na Gestão Ambiental - 62 99602-0866.


**Segundo  
Número  
do Celular**

**SEM CHIP!**

 Seu **número fixo** vai para onde  
você for, no **Brasil** e no **mundo**


 Faça **Portabilidade** do seu  
**número fixo** ou peça um  
**número virtual**

 **Ative** o segundo **Whatsapp**

 Adicione **Ramais Virtuais**  
em **outros celulares**

 Para **uso comercial**  
ou **particular**

 **Baixíssimo Custo**

[www.SNCelular.com.br](http://www.SNCelular.com.br)  
 (62) 2020-1010

**SNCelular**  
Segundo Número



**INTERNET**  
100% FIBRA ÓPTICA  
(Suporte personalizado)



**TELEFONIA**

FIXA, VIRTUAL; PORTABILIDADE;  
SEGUNDO NÚMERO para CELULAR



**TV POR ASSINATURA**

(MODELO INOVADOR DE COMERCIALIZAÇÃO)



**ULTRAPHONE CORPORATIVO**

GESTÃO EM NUVEM DE LIGAÇÕES; PABX VIRTUAL E URA.

[www.INTERNETULTRA.COM.BR](http://www.INTERNETULTRA.COM.BR)

62 3542-3542



62.98258-2434





## Frutas, legumes e verduras. **DESCUBRA O FRESCOR**

Sabe porque tudo o que você encontra em nosso hortifruti é sempre fresquinho e saboroso? Pois, todos os dias, selecionamos com muito carinho o que oferecemos!

A maioria dos nossos produtos são comprados diretamente dos produtores, garantindo a qualidade e o cuidado na escolha que você e sua família merecem!



## Seleção de cortes nobres. **OBA RESERVE**

A linha Oba Reserve é a marca própria de cortes nobres do Oba. Provenientes da raça Aberdeen Angus, os cortes especiais

possuem características exclusivas, que conferem maciez, suculência e sabor à carne. A opção perfeita para preparar aquela receita especial para a família.



### JARDIM GOIÁS

Rua 69, nº 29, 30 e 31, Jardim Goiás. (62) 3594-8833  
Seg. a Dom. e Feriados das 7h às 23h

### SETOR BUENO

Av. T-63, esquina com Av. T-5, Setor Bueno. (62) 3259-7075  
e (62) 3259-1654 Seg. a Dom. e Feriados das 7h às 23h

