

# INFOQUALI

Abril 2016 nº 7- Ano 2



VIDA DE ARTISTA (P.2) • NATAÇÃO (P.4) • ARTE NA COZINHA (P.4)  
MEET ME BETTER (P.4) • RUMO À SÃO SILVESTRE (P.5)

# VIDA DE ARTISTA



Ana Paula (acima, à esquerda) em ensaio do coral  
Foto: Reinaldo Muzitani (assessoria de comunicação do ICMC)

José Baptista de Almeida gostava de tocar diferentes instrumentos, entre eles violão e bandolim. Muitas vezes, após o jantar, ele ia até a sala de sua casa e passava algum tempo tocando esses instrumentos, e, em muitas dessas ocasiões, seu filho, o atual servidor do IFSC, Lírio Onofre Baptista de Almeida, gostava de prestigia-lo. Anos mais tarde, seria o próprio Lírio, diretamente influenciado por essas "apresentações", que traria para sua vida a música.

Lírio, que sempre gostou bastante de músicas do gênero de rock, aos 16 anos, comprou sua primeira guitarra e, pouco tempo depois, começou a se reunir com colegas para ensaiar algumas músicas. Exceto por um curto período de seis meses em que Lírio fez aulas de violão clássico, seu aprendizado foi praticamente autodidata. "Como sempre gostei de eletrônico, eu tinha o hábito de utilizar alguns aparelhos para fazer distorções e efeitos musicais que,

posteriormente, eu trazia para a guitarra", relembra.

Lírio e seus amigos passaram a fazer algumas apresentações, em princípio informais e, posteriormente, abrindo shows para algumas bandas mais conhecidas em São Carlos. Sua "aventura" pelo mundo da música lhe rendeu dezenas de apresentações, a maioria delas realizadas principalmente na UFSCar, na própria USP, em alguns bailes do CAASO, no Teatro Municipal e no Teatro de Arena. "Abrimos shows para muitas bandas que vieram a São Carlos, mas também realizamos muitos shows beneficentes. Eu e meus amigos sempre levamos isso como um hobby, e nunca como algo para ganhar dinheiro", conta Lírio.

Mas suas práticas artísticas não pararam por aí. Paralelamente às execuções em sua guitarra, ele dividiu seu tempo com outra paixão artística, a fotografia. "Cheguei a montar um pequeno estúdio no porão de minha casa,

onde eu revelava slides coloridos e fotografias em P&B. Eu passava muito tempo conversando com o Thomaz Ceneviva, e ele também me ensinou muitas coisas, inclusive a fazer montagens em fotos".

Entre os temas que Lírio mais gostava de fotografar estavam corridas de Fórmula 1, natureza e insetos. "Fotografar pessoas sempre foi mais complicado para mim, pois elas precisam estar dispostas a ser fotografadas, e fica muito complicado expor essas fotos depois. No entanto, acabei fazendo alguns 'flagrantes' interessantes", relembra.

Embora sua paixão pela fotografia tenha diminuído com o tempo, o mesmo não aconteceu com a música. "A música é um instrumento de expressão muito forte, e é capaz de mexer com nosso estado emocional de maneira significativa. E acho que o rock é muito interessante nesse sentido, pois é possível se manifestar sentimentos extremos de maneira muito peculiar através

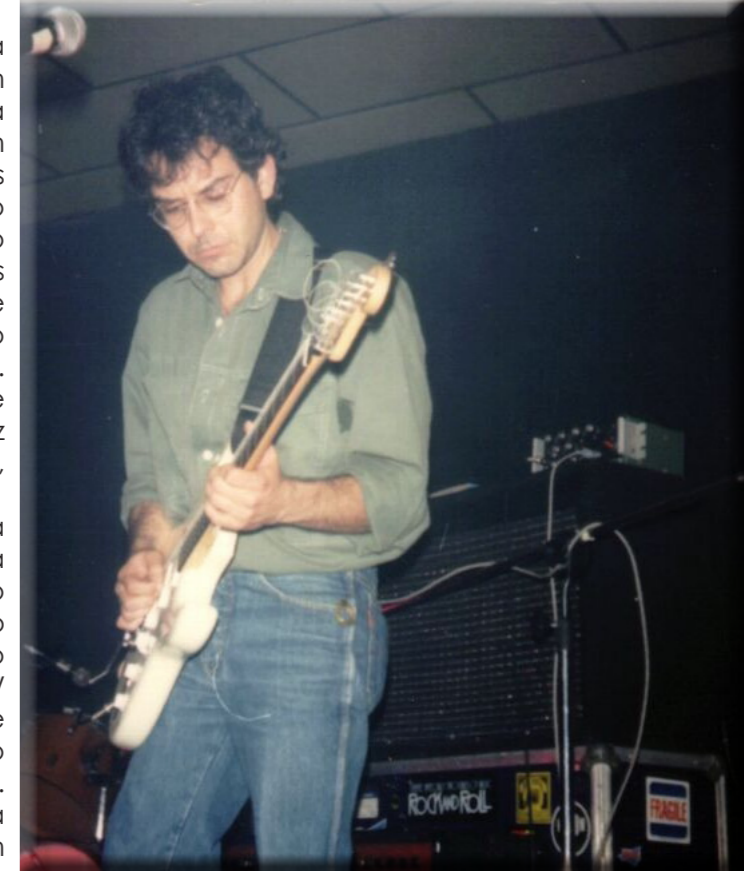
desse gênero musical", afirma.

Assim como Lírio, a funcionária Kilvia Mayre Farias encontrou sua "paixão artística" há muitos anos. Tudo começou durante o seu ensino médio e técnico, já que na escola na qual Kilvia estudava em Fortaleza havia um grupo de coral. "Tive um longo intervalo na participação de corais, mas, depois de alguns anos em São Carlos, comecei a cantar no coral da igreja presbiteriana e nunca mais parei", conta. "Nesse meio tempo, também participei brevemente do grupo Madrigal InCanto, e, embora tenha sido uma experiência curta, ela foi intensa e muito interessante, pois os madrigais são muito mais 'compactos' do que os corais, em termos de quantidade de pessoas".

Ela também teve a oportunidade de se apresentar em diversos locais, e relembra que a apresentação mais desafiadora

foi uma feita na praça da Rua XV de novembro. "Esse é um local sem acústica nenhuma e, além disso, você tem que chamar a atenção das pessoas, que estão ouvindo muitos barulhos ao mesmo tempo. Mas conseguimos chamar as pessoas, e ofuscamos a 'poluição sonora' que estava ao redor. Em momentos como esse que se vê que o canto coral faz a diferença no ambiente", opina.

Diferente de Kilvia, a funcionária Ana Paula Piazza Alexandre é "novata" no canto coral, tendo começado em outubro do ano passado, quando o ICMC/USP lançou um grupo de coral e abriu a participação para comunidade geral. "Até então, eu nunca tinha pensado em participar de um coral. Nunca tinha cantado,



Lírio em uma de suas apresentações no início da década de 1990

e também não entendo nada de música, mas comecei a participar, pois via nisso uma atividade de integração com outras pessoas, e que poderia me trazer descontração e relaxamento".

E ela estava certa. Ana Paula, que já teve a oportunidade de se apresentar duas vezes, afirma que o coral é, de fato, um projeto integrador. "É um momento no qual não penso em nada, que me desligo, que me solto", conta.

Há menos de um mês, o coral, que é conduzido pelo maestro Sérgio Oliveira, fundador do coral da USP

de Ribeirão Preto, apresentou-se aos calouros da USP e, a partir de abril, já começou a ensaiar novas músicas. "Estamos ensaiando a música Skyfall, da Adele, e estou super empolgada!", diz.

Ela confessa que participar de um coral foi algo que nunca pensou antes, e que decidiu se arriscar. E não se arrepende. "Às quintas-feiras, dia em que acontecem os ensaios, eu me sinto muito leve! O mais legal é que não é preciso saber cantar: basta querer e ter a vontade de fazer algo diferente em sua vida; sair da rotina e

relaxar", afirma.

No caso de Kilvia, que canta no coral da igreja, essa é uma das maneiras de se comunicar com Deus, algo muito importante para a funcionária. "Esse sempre será meu maior objetivo em cantar", afirma.

E, como Ana Paula, ela diz que não é preciso saber cantar para participar de um coral, e sim querer cantar, simplesmente. "Ter a vontade de cantar é talvez o único pré-requisito exigido para se participar dessa atividade", finaliza.



Kilvia (3ª da esq. para direita, na 3ª fila) em apresentação de 2012

# NATAÇÃO

Minha dica de atividade física é a natação. Um esporte muito interessante de ser praticado pelo desafio que representa e, sobretudo, pelos vários benefícios que proporciona. Além das questões físicas tão sabidas e divulgadas, destaco o aspecto coletivo da

prática. No dia a dia, o esforço é individual, mas a presença dos demais colegas de raia serve como grande incentivo. A descontração é a tônica e as "disputas" nos treinos de tiro uma forma de elevar o nível de todos. As turmas são dinâmicas e heterogêneas (todas as idades e níveis de habilidade) dando oportunidade de se estabelecer novas amizades sempre. Há quatro anos treinando sistematicamente

(APANASC - <http://apanasc.com.br/blog/>), não abro mão dos treinos nem mesmo no inverno, quando é muito mais difícil encarar a água e o mau tempo. Antes ou depois de um dia de trabalho, cair na água é uma oportunidade de carregar as baterias e fugir do estresse. Fica a dica.

**Rodrigo Fabiano Coppi- Serviço de Graduação (ATAc)**

## GASTRONOMIA

# ARTE NA COZINHA

Desde a infância, a funcionária Patrícia Viana Panepucci teve gosto pela cozinha, gosto para o qual a avó, uma ótima cozinheira, teve uma forte influência. "Além disso, sempre gostei muito de comer, e acho que, aqueles que gostam de comer, têm vontade de aprender a fazer uma boa comida", conta. Patrícia, que considera a cozinha o lugar mais importante da casa, que une as pessoas, há pouco mais de dois anos começou a fazer um curso de gastronomia em Ribeirão Preto, e descobriu, durante o curso, que chefs das principais capitais do mundo cozinhavam para um pequeno número de pessoas em suas próprias casas. "Como sempre gostei muito de cozinhar e receber amigos e familiares em casa, eu os convidava para jantar em casa aos finais de semana. Pouco antes de terminar o curso, eu e o Luciano, meu marido, pensamos que seria

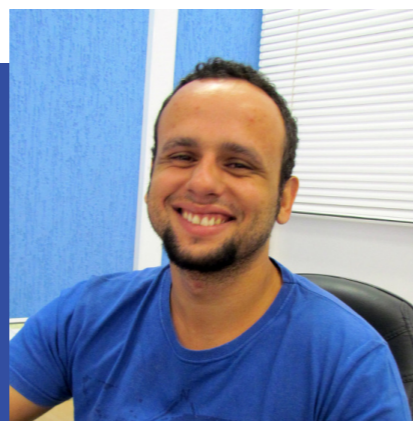
uma boa ideia começar a fazer o mesmo que esses chefs do mundo todo fazem, e investimos na ideia de receber pessoas em casa para jantar", relembra. Foi quando nasceu O Nome da Rosa, "o restaurante de uma mesa só", como define Patrícia, e que se tornou mais um motivo de divertimento e descontração em sua carreira gastronômica. Para ela, a maior satisfação em cozinhar é poder trazer às pessoas algo diferente, mas, sobretudo, gostoso. Ela conta que, no futuro, "quem sabe", quando seus filhos já estiverem crescidos, pretende abrir um café para poder oferecer a mais pessoas seus clássicos pratos da cozinha francesa e italiana. "As pessoas ainda estão conhecendo meu trabalho, através dessa nova ideia. Por enquanto, estou me divertindo o suficiente desta forma", finaliza.



Foto: Edison Santiago

# MEET ME BETTER

Nascido há 26 anos em **Araraquara (SP)**  
 Na USP **há seis anos**  
 Lugar mais bonito que conheceu: **Foz do Rio São Francisco**  
 Lugar que quer muito conhecer: **Austrália**  
 Filme preferido: "**Matrix**"  
 Música preferida: **Right now (Van Halen)**  
 Frase: "**Vamos viver nossos sonhos, temos tão pouco tempo**" (**Chorão**)



**Welson Luciano Coelho**

Serviço de Pessoal- IFSC/USP e graduando em Educação Física

## CORRIDA

# RUMO À SÃO SILVESTRE

Há quase um ano, as funcionárias Isabel de Cássia de Vitro Sertori e Lívia Ricci Costa Boniolio, que dividem o mesmo espaço de trabalho no Departamento de Física e Ciência dos Materiais (FCM-IFSC/USP), decidiram ampliar as horas de convivência para praticar uma atividade esportiva que traz a ambas enorme disposição e satisfação: a corrida.

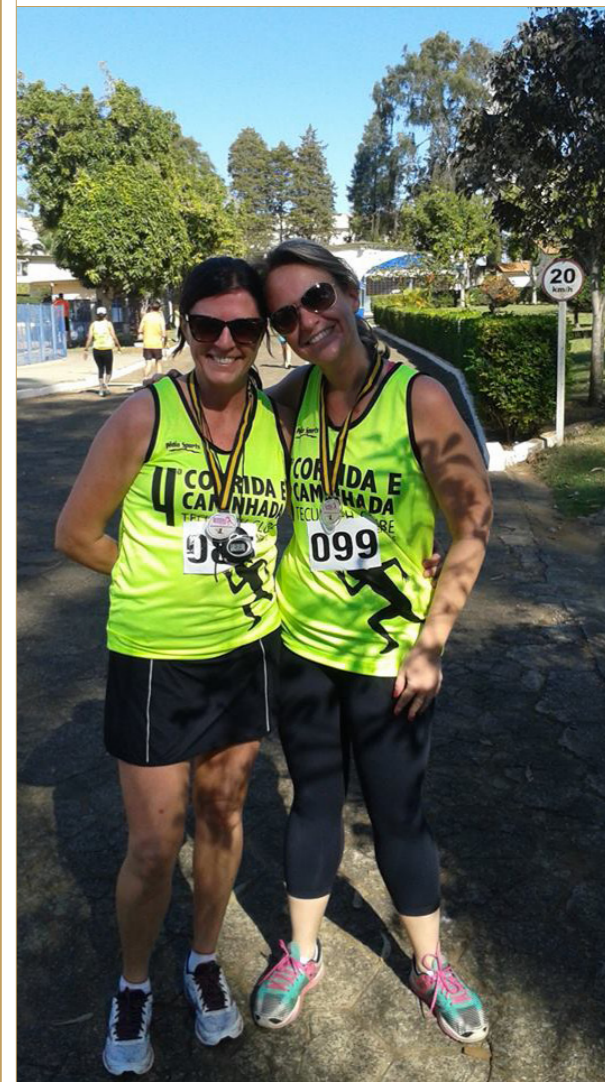
Lívia começou a participar de treinos de corrida promovidos pelo Centro de Educação Física, Esportes e Recreação (CEFER) de São Carlos, motivada por uma forte dieta que ela começou em 2014. "Sou aluna assídua do CEFER desde que entrei na USP. Assim que começaram os treinos de iniciação à corrida, eu, muito empolgada, logo me matriculei", conta a funcionária, que confessa ter tido, até então, uma vida muito sedentária. "Pouco tempo depois disso, foi marcado um evento de corrida em Descalvado [cidade natal de Lívia] e uma treinadora de lá me incentivou a participar, e eu fui. A sensação de superar meus limites me incentivou ainda mais e foi quando eu comecei a pegar bem firme na corrida", relembra.

A partir desse momento, Lívia começou a participar de corridas continuamente, buscando a melhora de seu desempenho na atividade. Seu entusiasmo e

motivação chamaram a atenção de Isabel que, pouco tempo depois, aderiu à atividade. "Fiz atividades físicas diferentes a vida inteira, mas correr foi algo que comecei por incentivo da Lívia. Era algo que eu já queria fazer, mas eu tinha dor na panturrilha, então sempre adia. Dessa vez, pensei: 'serei mais forte que minha dor na panturrilha'", conta. Para ela, a gostosa sensação de "pós-corrida" é a maior recompensa da atividade. "Algumas vezes, durante o treino, penso 'O que estou fazendo aqui?', mas, assim que termino a atividade, a sensação de bem-estar é muito boa!", conta.

Para Lívia, os benefícios da corrida vão além do bem estar físico. "Sinto um bem-estar psicológico, como se fosse uma terapia! Quando termino de correr, sinto minha mente mais leve e mais forte. Com a vida que eu levava antes, eu não conseguiria desempenhar as atividades que faço hoje", afirma. Até o momento, Isabel e Lívia já participaram de sete diferentes corridas. Isabel diz que seu

desafio constante é conseguir completar cada uma delas. Lívia já pensa em ir mais além: depois de participar, em 31 de dezembro do ano passado, da Corrida de Santo Onofre (Araraquara-SP) e ter percorrido sete quilômetros, a funcionária pretende este ano participar da Corrida de São Silvestre em São Paulo. Dessa vez, serão quinze quilômetros, mas Lívia está confiante e, sobretudo, empolgada com o novo desafio.



## VOCÊ COMO EDITOR

Nosso jornalzinho é feito exclusivamente para você, servidor! Por isso, ninguém melhor do que você próprio para escolher os assuntos que aparecerão por aqui. Participe ativamente nos enviando suas sugestões e opiniões a respeito do conteúdo, além de críticas e elogios. Tudo ao e-mail [qualisec@ifsc.usp.br](mailto:qualisec@ifsc.usp.br)

### Instituto de Física de São Carlos (IFSC/USP)

**Diretor:** Prof. Dr. Tito José Bonagamba  
**Vice-diretor:** Prof. Dr. Richard Charles Garratt

### Comissão de Qualidade e Produtividade (CGQP- IFSC/USP)

**Presidente:** Prof. Dr. Alessandro Silva Nascimento  
**Membros:** Ana Paula Plaza Alexandre, Carlos Nazareth Gonçalves, Flávia Oliveira Santos de Sá Lisboa, Kílvia Mayre Farias, Simone Cristina Delgado Possatto e Tatiana Gladcheff Zanon Spina