



CENTRO EXCURSIONISTA RIO DE JANEIRO

Fundado em 20 de janeiro de 1939

Reconhecido de utilidade pública estadual pela lei 640
de 17/11/64 (D.O.01/12/64)

SEDE PRÓPRIA: Av. Rio Branco, 277 / 805 - Edifício São Borja
20047-900 Rio de Janeiro (RJ) BRASIL

TELEFONE: 0XX21-2220.3548

PÁGINA NA INTERNET: <http://www.cerj.org.br>

EMAIL: cerj@cerj.org.br

REUNIÕES SOCIAIS: quintas-feiras a partir das 20:00 horas

ANO 67 - NÚMERO 601 - MARÇO DE 2006

CERJ
Boletim

IMPRESSO

Paulinha

Ela passou por mim e sorriu / um riso largo e feliz /
ia escalar no fim de tarde / seu esporte, sua sorte (*Sávio*)



Paula no cume da Agulha do Diabo (Foto cedida pelo Wal)



EXPEDIENTE 2006

Presidente:

José Carlos Muniz Moreira

Vice-Presidente

Carlos Alberto Carrozzino

Secretário

José de Oliveira Barros

Tesoureiras

1 - Ana Paula de Almeida

2 - Solange Conde

Diretor Técnico

Júlio César Paes de Mello

Supervisor Técnico

Gustavo Moulin

Diretora Social

Paula Garcia (*in memorium*)

Diretor de Ecologia

Domingos Sávio Teixeira

Diretora de Divulgação

Sílvia Noronha

Divulgação Eletrônica

Mônica Costa

Auxiliar de Divulgação

Miriam Gerber

CONSELHO DELIBERATIVO

Presidente

Luiz Antonio Puppim

CONSELHO FISCAL

MEMBROS EFETIVOS

Iara Aniboleti

Manuela Dantas

Waldecy Mathias Lucena

Boletim Informativo do CERJ:
Tiragem: 250 exemplares.

Os artigos assinados não representam necessariamente a posição da entidade. É permitida a reprodução dos artigos desde que mencionada a fonte



UMA MULHER COM ESPÍRITO DE MENINA

Este boletim é dedicado à nossa querida amiga Paulinha, que como o título deste editorial anuncia, uma mulher com espírito de menina. Mulher/menina essa, cheia de entusiasmo pelo esporte e filosofia de vida que conheceu apenas há três anos, e que, apesar do pouco tempo como montanhista, teve grande evolução na prática da escalada, conseguindo com isso escalar uma série de vias/montanhas clássicas tais como: Dedo de Deus, Agulha do Diabo, Via dos Italianos etc. Paulinha com seu jeitinho de menina tímida, com seu eterno sorriso nos lábios, com seu constante incentivo aos companheiros em momentos difíceis, e presente em quase todos os eventos sociais, fez dela uma pessoa muito querida por nós. Paulinha! você deixou muitas saudades.

O CERJ agradece a manifestação de carinho e solidariedade de seus componentes, bem como a manifestação de outras entidades do meio montanhístico, tais como a FEMERJ, o GAE, o CEC, o CEL, o CEG, o CEB e o UNICERJ.

Rio de Janeiro, 06 de março de 2006

José Carlos Muniz

Presidente CERJ

Vamos plantar a árvore da Paula!

Domingo, dia 2 de abril, vamos plantar um pé de Manacá da Serra, árvore escolhida pela Paula como sua preferida. Estaremos todos juntos ao meio-dia, no cume da Pedra Bonita para esta homenagem especial.

Todos estão convidados!



RODOLFO KERN: HOMEM DE OURO

É com pesar que informamos a passagem deste grande montanhista das décadas de 50, 60 e 70. Faleceu no final de janeiro, aos 69 anos, junto da nossa Ursula, em Blumenau, para onde havia se mudado para curtir a sua aposentadoria.



Kern ao centro, no Abrigo Rebouças, em Itatiaia, no Réveillon de 1960, entre Harold, Helena Campello e Genoveva (no canto à dir.). Fotos cedidas por Renato Sobral Pinto

Nosso Kern, entrou para o CERJ em 1956, vindo do extinto CEMA (Centro Excursionista Morro Azul), localizado em Santa Teresa, e que naquela época abrigava muitos alemães entre os seus sócios. Era guia escalador formado pelo CERJ e exerceu a função de Diretor Técnico nos primórdios de 60.

Foi um dos cinco homens de ouro (ele, Bravin, Emil, Pellegrini e Russo), tendo como seu feito mais importante a conquista de Chaminé Brasília, localizada no Espírito Santo, junto com a equipe acima descrita, em junho de 1959. Participou ativamente da maior das conquistas realizadas no CERJ, que foi a nossa querida sede própria. Estava sempre em contato conosco e com

a velha guarda e quando que vinha ao Rio participava de um almoço a fim de colocar as informações do CERJ em dia. Fazia questão de receber o nosso boletim e participava dos assuntos ali escritos telefonando ou enviando cartas para nós.

Na reunião do dia 9 de fevereiro, fizemos uma linda homenagem póstuma a este guerreiro, onde todos os presentes participaram enviando-lhe força espiritual. Para nós fica a saudade do nosso querido cachorrão (imitava cachorro com muita perfeição, assustando as pessoas em sua volta) e para o CERJ, a lembrança eterna de um verdadeiro montanhista.

Kern, um dia estaremos todos juntos para continuarmos aquelas nossas conversas e rever o seu sorriso.

Carrozzino



Outro flagrante do Réveillon, com Kern ao centro

m) Analise a qualidade dos pontos de fixação da corda (ancoragem) que você fará o rapel. Nesse texto, vamos nos ater somente a vias grampeadas.

- Verificar se o grampo está bem colocado, se ele não está “telegrafando”, caso esteja, rapelar com cautela até um próximo grampo mais seguro e recomeçar o rapel.

- Verificar se ele não está muito para fora. Se ele estiver muito para fora, dependendo da inclinação da parede e do quanto é esse “MUITO PARA FORA” seria recomendável “perder um cordelete de pelo menos 5 mm”, fazendo um “boca de lobo” na base do grampo, rapelando com cautela até o próximo grampo mais seguro e recomeçando o rapel desse novo grampo.



Havendo parada dupla, use os dois grampos, embora algumas pessoas achem que aumente o atrito da corda, mesmo não sendo o ideal em relação a distribuição de cargas, torna-se um pouco mais seguro e psicologicamente é bem mais confortável.

Verificar o nível de oxidação do grampo, principalmente da base, se esse não for muito confiável, rapela desescalando até o próximo grampo e recomeça a rapelar desse novo grampo.



n) Na montagem do rapel, nunca esqueça de fazer um nó em cada ponta da corda.



o) Nas vias que exigem mais de um rapel, antes de puxar a corda, verifique se os nós das pontas da corda foram desatados. No momento em que for começar a puxar a corda, já passe a ponta da corda dentro do olhal do próximo grampo. Nunca fique com a corda solta de “bobeira”, você pode perdê-la. Quando puxar a corda puxe com cuidado e suavidade, evite que a corda “chicoteie” muito, para que ela não prenda em nada indesejável.



p) Na chegada a um determinado grampo, nunca desmonte o aparelho de descida antes de solteirar-se. Isso costuma acontecer quando temos um bom platô no meio da via, dando uma falsa impressão de segurança e distração momentânea do escalador.

q) Em rapéis diagonais, a pessoa que abre o rapel deve direcioná-lo, colocando costuras em determinados grampos para evitar o pêndulo no momento do rapel. O último deverá retirar as costuras e a pessoa que estiver embaixo deverá ficar dando segurança e direcionando a corda.

r) Procure rapelar de sapatilha principalmente em rapéis diagonais.

Julio César Paes de Mello

(Reprodução do artigo publicado na ed. nº 578 do boletim do CERJ, de abril de 2004)

Data	Atividade	Tipo	Responsável
04 de março	Aguilha Guarischi	Escalada 3º IV	Zé e Gustavo Moulin
05 de março*	Lagartinho (base da Stop)	Mutirão de reflorestamento	Sávio
11 de março	Workshop sobre segurança na reserva do Grajaú	Teoria e prática	Corpo Técnico
19 de março	Paredão K2	Escalada 4º V	Julio
25 de março	Estranho no Ninho	Escalada 5º VIIa	Julio
02 de abril*	Homenagem à Paulinha	Plantio de árvore	Diretoria
09 de abril	Lagartinho (base da Stop)	Mutirão de reflorestamento	Sávio

* Os mutirões de reflorestamento acontecem no primeiro domingo de cada mês. Em abril, excepcionalmente acontecerá no dia 09. Quando chove no dia marcado, o mutirão é transferido para o domingo seguinte.

Aniversariantes

Março

01	ANDRÉA RODRIQUES ALCÂNTARA
05	RODRIGO MOLINARI
11	MANOEL DE SOUZA LORDEIRO
13	LEÔNCIO CAMARA
16	PAULO HENRIQUE CARROZZINO
18	MANUELA DANTAS
22	CLAUDIO VIEIRA DE CASTRO (CLAUDINHO)
	VALMIR DULCETTI
23	ESTER BINSZTOK
	MARIA VIEIRA DE CASTRO
28	CARLOS BERNARDO
30	TELMA DE MOURA CARVALHO



MULHER DE OURO

No final da tarde do dia 19 de fevereiro, num acidente de rapel, perdemos a nossa querida amiga e companheira de montanhismo Maria Paula Garcia Souza, de 42 anos. Não faz muito tempo que ela apareceu num churrasco do clube na floresta, convidada por Eliane, e achou interessante se juntar a nós. Rapidamente adotou o clube como a sua família e o montanhismo como o seu esporte preferido. Paulinha era uma pessoa alegre, generosa, um pouco tímida, muito responsável e querida.

As lembranças que ficaram dela em mim são muito fortes. Tive o prazer de dividir com ela excursões muito importantes para nossas vidas. No seu curso básico, o acampamento na Cabeça do Dragão. Aquele maravilhoso entardecer. Na Serra Fina, Pico Grande de Magé, Jacobas, Cobiçado-Ventania, Mirante do Inferno e muitas outras. Quantos abraços de cume de montanha a gente se deu...!

Lembro o dia em que estava me guiando no Platô da Íbis e tinha um lance que eu fiquei com vontade de desistir e ela me olhou e falou: "Não vai desistir não!" A força da sua afirmação me incentivou a seguir.

No dia do aniversário do clube este ano, eu estava indo ao Garrafão, ela assumia a diretoria social, que eu estava deixando, e ela me ligou dizendo que ia dormir no abrigo de Teresópolis, mas não sabia ainda o que faria. A gente demorou um pouco a voltar da nossa excursão, e ela estava esperando, um pouco ansiosa e preocupada. Quando me viu, os seus olhos estavam brilhando de alegria. Falou: "Fiz Agulha do Diabo!" A gente se abraçou muito forte. Só quem já fez esse maravilhoso cume sabe o que significa essa emoção. Falei para ela: "Tem que me contar tudo. Quero saber como foi? Como fez o cavalinho?" Ela transbordava de alegria. Sábado, antes do triste acidente, ela guiou Lorena no Vilma Arnaud e depois se fantasiou de noiva. O sorriso não saía da cara dela. Estava tão alegre. Eu brincava que ela estava querendo se casar.

A falta dela é uma grande perda para todos nós, e deixa uma saudade muito grande. Saudade de quem passa pela vida deixando rastros e marcas indelévels dentro de nós.

Miriam Gerber Ramos

RAPELANDO ATENTO

Dicas para tornar o rapel mais seguro

- a) Prefira descer pela trilha sempre que possível.
- b) Tenha cuidado com a vegetação no momento do rapel, inclusive no momento de puxar a corda.
- c) Rapele sempre de capacete; pedras podem rolar.
- d) Lembre-se, o rapel é o momento da escalada em que você está totalmente dependente do equipamento, portanto, todo cuidado e atenção são poucos.
- e) Fique sempre atento para não perder o aparelho de descida. Uma boa dica para não perder o aparelho "Oito" antes de montar o rapel é deixá-lo sempre conectado ao mosquetão pelo olhal maior e montar o rapel (passar a corda) com ele ainda conectado no mosquetão (olhal maior), depois de montada a corda no "Oito", aí sim, pode-se conectar o olhal menor no mosquetão para iniciar o rapel. Dessa forma, no momento de tirar o "Oito" do mosquetão, caso ele escape de sua mão, ele estará montado na corda, impedindo que caia parede abaixo.
- f) Rapele atento ao final da corda, pare sempre em grampos anteriores ao final da corda.
- g) Evite rapelar com a corda roçando em arestas vivas.
- h) Quem estiver embaixo deverá dar segurança para quem estiver rapelando.
- i) Fique atento com o equipamento, verifique o seu e o do colega quando tiver oportunidade. Confira mais de uma vez se a corda está passando corretamente pelo aparelho e se o mosquetão está rosqueado e conectado corretamente no baudrier.
- j) Rapele sempre com "auto-seguro", utilizando nós de prusik (prusik francês) ou um aparelho específico, por exemplo, o shunt da Petzl. Auto-seguro, na minha opinião, é obrigatório, principalmente em rapéis diagonais e/ou negativos. Veja as figuras abaixo:



- k) Simule um rapel ainda **solteiro**, antes de se "lançar" parede abaixo.



- l) Não banque o "RAMBO" na hora de rapelar, rapele de forma suave, devagar, sem trancos e sem desgastes desnecessários.



Ao lado, Paula (no canto à direita) no cume do Dedo de Deus, com Elias, Wal, Julio, Zé e Manu (foto cedida pelo Julio). Acima, na Luiz Arnaud, na Urca (foto do Carrô)



Ao lado, guiando o Paredão Luiz Arnaud, no Babilônia (foto cedida pelo Carrô). Acima, invasão feminina no Cantagalo no ano passado (foto cedida pelo Wal). Abaixo, Manu, Nilene, Eneida e Paula, no bivaque do CBM 2003 na Cabeça de Dragão, em Salinas (foto cedida pela Miriam Bamos)

Paula (3ª à direita) no cume do Cantagalo de Petrópolis, em 2004 (foto cedida pela Miriam)



Na foto ao lado, Paula no lance no cavalinho, na Agulha, em janeiro (foto do Wal)

que nos conheceu, mudou sua impressão e passou a ser uma freqüentadora assídua – entendera a essência do CERJ.

Dona de uma energia contagiante e ótimo astral, fará falta em nossas excursões, mas estará sempre em nossos corações.

Gustavo Carrozzino

Companheira de escaladas, bicicletadas, conversas, últimos grampos etc. Enfim companheira em todas as atividades boas que o montanhismo e que o Cerj nos oferece. Uma amizade que devagarinho foi sendo construída, em que a cada excursão um tijolinho ia formando o “muro” da amizade. Uma pessoa que admirava pela forma que contornava as intempéries da vida.

Arthur Costa

Lembro-me dela sempre sorridente, sempre feliz. Gostava de participar de todos os eventos, colaborar com o que estava ao seu alcance. Fazia tudo sempre com muita garra, com muita vontade. Escalava sempre buscando melhorar, vencer seus limites e era companheira.

Andrea Rodrigues

Perder a imagem desta criatura é perder um pouco de nós mesmos. Ultimamente vinha fazendo algumas vias com ela e a observava pela sua coragem. Não temia nada. Escalava sem o menor temor.

Carrozzino

Sinto-me muito confortável para falar da Paulinha. Paula entrou no CERJ em 2003 e sua primeira caminhada foi uma excursão minha à Pedra Bonita, via Grotão. Anos mais tarde me confessara que a Eliane insistia muito para que ela conhecesse o CERJ, mas sempre achava o clube meio careta. Assim

O CERJ havia mudado sua vida. Ela estava feliz por estar progredindo na escalada e fazendo excursões com a gente. Ela ficou muito feliz de levar seu filho Pedro para escalar nos Coloridos. Ficou alegre ao mostrar para ele aquilo que ela tanto gostava de fazer. Para este carnaval estávamos combinando passar novamente em Luminárias (MG). Primeiro, o Lenheiro, escalando bem concentrados para depois brincarmos o carnaval entre as cachoeiras de Luminárias.

Fizemos várias excursões (leia-se caminhadas, pedaladas, escaladas e bagunças). Ultimamente estávamos escalando muito juntos. No fim do ano fizemos a CERJ, no Capacete (Salinas). Foi no dia 30 de dezembro. Juntamente da Manu realizamos uma escalada antológica. Lembro-me que no cume, de tão feliz falei, para ela: “O meu Réveillon começou agora!” No dia seguinte, rompemos o ano fazendo aquilo que ela mais gostava – dançando e bebendo cerveja com nossos amigos e na mente aquela inesquecível escalada. Durante esta festa de fim de ano, ela falou: “Wal, a ficha ainda não caiu, a escalada foi dez!”

Em janeiro, fizemos Agulha do Diabo. Outra inesquecível escalada. Lembro-me dela muito apreensiva com o cavalinho, mas quando entrou nele, relaxou e aí foi só sorriso. A foto da capa deste boletim teve a percepção de sentir o quanto ela estava feliz com aquela escalada. A foto diz tudo, sem palavras! Há também neste boletim uma foto dela no cavalinho, só felicidade.

Hoje quando olho para trás não sinto mais tristeza. Sinto sim muita alegria de ter compartilhado momentos inesquecíveis com a Paulinha. Ela era minha melhor amiga, minha cúmplice, minha parceira nas escaladas, nas bagunças e nas roubadas.

Wal



À esquerda, Natascha, JP, Paula, Wal, Cida, Wal, Ana Paula, e Jana na XV de novembro, Agulhinha, no início de 2005 (foto cedida pelo Reynaldo Pires). À direita, Paula de noiva no bloco do Guanabara, com a Claudinha e a Lorena, na Urca, dia 18 de fevereiro (foto cedida pelo Rafael)



À direita, Paula e Wal na festa à fantasia, no Casarão Hermé, em 2005 (foto cedida pela Miriam Bamos). Abaixo, Paula, Zé e Silvia, depois de uma guiada a três na Sudoeste, também em 2005



Paula (no canto) no churrasco da floresta: primeira vez com o CERJ



Abaixo e na parte inferior, ao centro, dois momentos da Pedra Selada: escalando após o artificial e comemorando no cume com Miriam, Silvia e Zé, em 2004 (fotos cedidas pela Miriam Bamos)

