



## Crônica da Cidade

MARIANA NIEDERAUER | mariananiederauer.df@dabr.com.br

### Entre canções e a dor

Queria poder falar sobre a beleza de um dia de verão; sobre o brilho do sol forte refletindo nas águas do lago; sobre a chuva refrescante no fim do dia. Mas as sucessivas perdas dos últimos dias transformaram o planejamento. A morte de Júlia em cima dos trilhos que cortam o Setor de Indústria e Abastecimento (SIA) é um tiro no meio do peito. É a constatação lavrada em cartório

da nossa falha como sociedade. Submeter a esse risco um passageiro que confiou sua vida ao transporte público é inominável. Falhamos com Júlia e com sua mãe, que agora sofre de uma dor irreparável.

No dia seguinte, Ana Clara se foi, enquanto aguardava pelo show da cantora Taylor Swift no Rio de Janeiro, em ambiente com sensação térmica de 60°C. Milhares de fãs, muitos deles de Brasília, receberam com desespero a notícia do cancelamento da segunda apresentação. A artista arrebata multidões por onde passa e é responsável por um mercado que movimentou bilhões em torno do seu nome. Estranho

e confuso notar que talvez o motivo de tanto sucesso sejam justamente as composições com críticas às atitudes e aos julgamentos que formam o alicerce dessa indústria.

Confesso que não sou uma swiftee, mas o impacto da música de Taylor inevitavelmente nos atinge em algum momento. Longe de tecer comparações, mas a potência com que ela atinge seu público faz lembrar figuras lendárias como Madonna. Um dos hits que volta e meia toca lá em casa é *Shake it off*. Na música, ela deixa um recado claro: podem falar o que quiserem, eu sou mais eu. E para os haters de plantão, um beijinho no ombro.

Imagino o que deve custar a ela a fama, a apresentação no calor escaldante e receber a notícia da morte de uma fã no fim de tudo isso.

Como comecei dizendo, foram dias de tristeza, que não pararam por aí. Mas tudo o que queria era chegar ao fim da semana e poder pensar apenas na leveza da voz de Paulinho da Viola, que brindará Brasília com uma das apresentações em comemoração aos seus 80 anos. A inteligência e a destreza para compor e tocar, porém, nunca permitiram que sua música se contentasse com o simples prazer do público. Tal qual alguns dos artistas do momento — e ele não deixa de ser atemporal

—, o olhar crítico sempre encontrou lugar em suas composições.

Afinal, “dinheiro na mão é vendaval. Dinheiro na mão é solução. E solidão!” Os versos de *Pecado capital* fluem na mente que nem se sente. Mas está ali todo o significado e a força de uma canção transcendental. E para ajudar a aplacar a dor e o caos que tomaram conta desta crônica, uso mais versos do poeta: “A rede do meu destino / Parece a de um pescador / Quando retorna vazia / Vem carregada de dor / Vivo num redemoinho / Deus bem sabe o que ele faz / A onda que me carrega / Ela mesma é quem me traz.”

### BEM-ESTAR

# O prazer e a saúde como recompensas

Com apoio do Correio, a corrida de rua Encontro Delas destacou o protagonismo feminino com quase 700 participantes no ensolarado domingo

» RICARDO DAEHN

Nas provas de corridas de 5 e 10 quilômetros, realizadas ontem à beira do Lago Paranoá, no Pontão do Lago Sul, a vitória não se limitou às mulheres que subiram no pódio. Batizado de *Encontro Delas* (edição Brasília): *A Força das Mulheres em Movimento*, o evento reuniu quase 700 pessoas, em que a regra foi clara: homem poderia até participar, mas sem cruzar a faixa de chegada.

Impulsionador de todas as atividades da corrida *Encontro Delas*, o diretor-geral e editor da *Encontro* André Lamounier comentou da parceria com a sociedade, existente há mais 15 anos, em Belo Horizonte. “Em Brasília, houve certo prejuízo, pela pandemia. Mas trouxemos a importância de se apostar no bem-estar: aqui se privilegia a saúde. Onde tem mulher saudável, bem-cuidada, existe uma sociedade feliz”, avaliou.

“A corrida tem se tornando tradição em Brasília. Em primeiro lugar é das mulheres, e ainda uma homenagem a elas, do DF e de todo o Brasil. O *Correio Braziliense* e a revista *Encontro* fazem essa parceria todo ano. Foi mais um sucesso. Ficamos felizes de premiar atletas tão competentes, que sobreviveram a este calor da cidade, que foi amenizado, graças a Deus. Tudo foi um sucesso”, observou Guilherme Augusto Machado, presidente do *Correio*.

“Vejo que a mulher tem diferenciais, atualmente: ela está aparecendo na sociedade, em

termos de trabalho e de esporte. É assim: mulher tem que ter força, batalhar, não abaixar a cabeça e ir para a frente, mesmo”, destacou a servidora pública Mauralice Marques, 60 anos, que, pela vida, se dedicou aos exercícios, à academia e às corridas de rua.

Brasiliense, Mauralice conheceu as realidades das corridas de rua em cidades como o Rio de Janeiro, e até em viagem para a Grécia. “Viajamos, e conhecemos os locais, mas Brasília tem o diferencial: favorece a corrida, por ser plana; é muito deliciosa, você ver a cidade toda. Desde a largada, dá para notar o ponto de chegada. Participar da corrida, vem da vontade de estar sempre em atividade, não ficar sedentária, viso a saúde, contando com disciplina e uma boa alimentação”, explicou a viúva, que conta com a companhia dos filhos, Eder e Taiene, em algumas das corridas.

Depois de pistas de maratonas em Minas Gerais, na Paraíba e no Rio de Janeiro, a paraense Denise Fonseca, 42 anos, viu fruto dos esforços ao conquistar o primeiro lugar (dedicado aos 5km) na *Encontro Delas*. Há nove anos, ela é incentivada pelo marido Adriano, num revezamento entre distâncias de 10 km e 8 km — tudo depois da jornada de secretária do lar. Denise diz que se sente verdadeiramente livre, dada a largada, a cada corrida. “Daí para a frente, é só correr. Cuido da saúde do corpo e da mente”, diz a vitoriosa.

Outra vencedora foi Edilsa

Minervino Júnior/CB/D.A.Press



O presidente do Correio Braziliense, Guilherme Machado, participou da premiação. “Das mulheres e em homenagem a elas”, destacou

Minervino Júnior/CB/D.A.Press



Na corrida Encontro delas, Denise Cristiane foi a campeã nos 5km

Rodrigues, dona de casa, de 72 anos. Ela acordou às três da manhã, para vir de Valparaíso. Antes de pegar estrada, veio a preparação de um café da manhã especial. Diabética, ela percebeu que, a cada corrida, a taxa de glicose diminuía. “Comecei motivada pela saúde — e peguei verdadeiro gosto, isso há uns 15 anos. Agora está no sangue, fica um verdadeiro vício”, entrega. E o pódio? “Pódio pode até ser

um complemento. Me interessa é ter me preparado, fui ao salão, fazer traças e unhas. Emocionalmente, correr, para mim, é tudo. Não tem hora, nem obstáculo”, avalia a corredora, que se motivou ainda mais pela participação num grupo de mulheres chamado Elas vão de Tênis. Todo o dia, são 8km vencidos, em menos de 50 minutos.

A influenciadora digital Leila Guimarães, 33, faz parte do elenco de conquistas de Edilsa. Há dois anos, decidiu correr, para manter a forma. “Em seis meses, realizei uma primeira meia maratona (21 quilômetros). Quis dividir a experiência de que dava para começar do zero e perseguir o objetivo. Daí, criei um reality de corrida dentro do meu Instagram. Nele, incentivo as pessoas a começar na corrida”, conta. Só para o evento de ontem, ela acordou às 5h, e saiu de Samambaia, trazendo mais de 20 mulheres a reboque. “Trata-se de vencer a si mesmo, num desafio pessoal e de limites. Já integrei mais de 30 corridas, sempre na busca por qualidade de vida e uma maior autoestima”, avalia.

#### Caminho pavimentado

Subtenente da Polícia Militar, por mais de 30 anos, Shirley da Silva, 59, nunca moderou nas atividades. Justo na frente de um posto da carreta Sesc, instalado

Minervino Júnior/CB/D.A.Press



A brasiliense Helen Deluque venceu a modalidade dos 10km

para detecção de possível câncer de mama (em estágio inicial), Shirley dividiu a experiência. “O que mais me incentivou no esforço das corridas foi o quadro de ter tido câncer de mama. A partir daí, comecei a correr. Foi em 2015, passei por cirurgia, radioterapia e quimioterapia oral; mas não pude avançar para a reposição hormonal. O médico recomendou me empenhar em coisas que distraíssem. A corrida Encontro Delas também foi um caminho. Trato de superação, fé e foco. Meu remédio é a corrida, junto com outras atividades físicas. Aqui (no evento) é como se fosse uma festa”, explicou.

Entre o hobby e um compromisso com a alegria do bem-estar (“que nada proporciona”), aos 45, a funcionária pública Cristina de Araújo dividia com o pai Francisco Teixeira, 72, presente no evento, o gosto pelos exercícios físicos, tratados, desde 2015, como “terapia”. “Meu pai é minha inspiração”, disse, ao que o aposentado do Banco Central completou: “semana que vem, vou correr, na Monumental, por 42 quilômetros”.

Ex-integrante de oito maratonas e esportista desde 1981, Francisco enfatiza o papel parcial de suporte. “Nosso apoio, na corrida e na batalha do dia a dia, como homens, é importante em casa — colaborando e participando, sempre juntos: caminhando unidos,

na base da paz e do diálogo. A melhor palavra é aliança”, completou.

#### Pódio

“Todas mulheres puderam participar e aproveitar um dia maravilhoso. Sem exceção, receberam uma linda medalha ao concluir o percurso. E ainda tivemos 21 troféus para algumas das competidoras, inscritas entre 14 anos e até mais de 80 anos de idade”, explicou Sílvia Pires, da organização do evento.

Com 40 minutos de prova, a corredora Helen Deluque, 53, despontou como vitoriosa no percurso de 10km. Brasiliense, ela é corredora de ultramaratona (acima de 42km) em seleções brasileiras, tendo corrido até na Croácia e sendo campeã no continental das Américas de 2019. Há 11 anos, quando começou a correr, ela vem percebendo o crescimento da participação feminina nos esportes olímpicos — “já é quase 50%”, comemora. “Há um espaço de luta pela representatividade ainda em atividades como caminhada ou natação. O importante é cuidar da saúde, estar em movimento”. Professora aposentada, atualmente Helen cursa educação física, anos depois do empenho junto a crianças autistas e da luta com alfabetização. “É fundamental incluir PCDs (como feito no *Encontro Delas*). Se mexe com uma superação ainda maior, e toda a integração auxilia em aspectos físicos e emocionais. Qualidade de vida é para todos”, enfatizou.

## IMAGENS QUE EXPRESSAM EMOÇÕES



O CORREIO BRAZILIENSE OFERECE NO PRIMEIRO CADERNO VÁRIOS FORMATOS DE NOTAS DE FALECIMENTO, MISSAS, MENSAGENS DE AGRADECIMENTOS E HOMENAGENS HONRANDO A MEMÓRIA DAQUELES QUE PARTIRAM

Aponte a câmera do celular no Qr Code e solicite as opções dos formatos disponíveis.

Anuncie agora!

(61) 98167-9999 ou 3214-1245

2ª a 6ª feira, das 9 às 18h  
Sábado, das 8 às 12h

Correio Braziliense  
Qd. 02 Lt. 340 - Setor de Indústrias Gráficas - SIG