Entre as **asas do avião**

No Sudoeste e no Noroeste, atividades gratuitas ou colaborativas se transformam em espaços de convivência da vizinhança

» MARIANA REGINATO*

Fotos: Minervino Júnior/CB/D.A Press

Professora Áudila Badaró dá aulas de dança gratuita no Parque Bosque do Sudoeste

Localizados nas proximidades das asas Sul e Norte, o Sudoeste e o Noroeste, respectivamente, reúnem diversas atividades para o público da capital. Idealizado por Lucio Costa, o Sudoeste surgiu oficialmente em 1987 para abrigar a população que crescia na capital da República. Área tombada de Brasília, os prédios, assim como nas asas, não podem ter mais de seis andares. A localidade se separou do Cruzeiro e é a Região Administrativa 22, que engloba a Octogonal.

Um dos espaços que mais reúne atividades para todas as idades é o Parque Bosque do Sudoeste. Foi inaugurado em 2013 e possui quadras poliesportivas, quadras de areia, ciclovia e aparelhos de ginástica. Durante a semana, o local engloba atividades pagas e gratuitas para os moradores se exercitarem em conjunto. O Parque Bosque oferece aulas gratuitas de dança, oficina de xadrez, chorinho no parque, Lian Gong, que é uma ginástica terapêutica, aulas de patins e crochê terapia. De forma paga, estão disponíveis turmas de futebol, futevôlei, beach tennis, yoga, zumba e funcional.

Tereza Canal, educadora física de 51 anos, é responsável pelas atividades no local. Ela nasceu no Rio Grande do Sul e chegou em Brasília em 1998. Em 2010, decidiu fazer a faculdade de educação física. Segundo ela, as aulas servem para ajudar a comunidade e sempre que recebe bom retorno dos participantes percebe a importância das atividades. "Ajudar os outros é uma experiência gratificante, promover momentos felizes, bem-estar ao próximo, fazer diferença na vida das pessoas é contribuir com nossa parte para um mundo melhor", destaca.

"Sempre temos algo a fazer pelo próximo, se cada um de nós fizermos um pouco, teremos uma sociedade mais junta, unida e feliz. A procura pelas atividades aumentando a cada dia, vejo que não tem relatos de depressão, ansiedade ou adoecimentos nesses grupos ativos", ressalta.

A primeira atividade organizada no local foi a aula de patins com o professor Iran Sotero. Assim que o parque foi inaugurado, Iran viu como uma oportunidade e começou a usar o espaço para suas aulas. "Eu tinha sempre em média 15 ou 20 alunos. Em 2019, uma aluna começou a cuidar das minhas redes sociais e aumentou para 40 ou 50 alunos por turma", conta Iran. O projeto é chamado Projeto Família e agrega pais e filhos na mesma aula.

Iran relata que viu muitos pais e filhos melhorarem a relação entre eles por meio das aulas. "Cansei de ver pais e filhos chegarem às aulas um gritando com o outro e depois de um mês, dá para perceber que estão em harmonia. Vale muito mais uma hora de patinação do que ficar três horas vendo um filme com seu filho sem interação", reflete o professor.

Outra atividade do Bosque do Sudoeste é a vida em movimento, aulas de dança abertas três vezes na semana. A professora Áudila Badaró é profissional de educação física há mais de 10 anos.

As alunas se reúnem no parque três vezes na semana, nas segundas, quartas e quintas, às 17h

"A aula tem o benefício de ser gratuita e acredito que gera mais leveza e mais interesse dos alunos de virem para as aulas", destaca a professora. Segundo ela, as pessoas vivem em uma época de muita ansiedade, e a atividade física é um pilar essencial para combater esse mal.

Para Áudila, um dos aspectos mais importantes da aula é a convivência e amizade entre as alunas. "A gente não veio para vivermos sozinhos. A gente veio para viver em comunidade. Às vezes, alguma aluna chega mais cabisbaixa, e quem está do lado a estimula e a motiva. A gente chega na aula de um jeito e sai de outro, aqui é o momento de extravasar", ressalta.

Fabíola Torino, aluna de Áudila, é nascida no Rio Grande do Sul e a aula é um dos momentos que a faz se sentir em casa fora de sua cidade natal. "Como muitas famílias aqui, em Brasília, são de outros estados, as pessoas, às vezes, ficam sem família, ficam muito sozinhas", diz, acrescentado que as aulas são momentos de convivência também.

> **"Ajudar os outros é uma experiência gratificante, promover momentos felizes, bem-estar ao próximo, fazer diferença na vida das pessoas é contribuir com nossa parte para um mundo melhor"**
>
> ***Tereza Canal,***
> *educadora física*

Quadras

O Noroeste é a região mais nova de Brasília com as construções iniciadas em 2009. A região tem o Parque Burle Marx, que está sendo adaptado para receber atividades, mas, no momento, a maioria dos esportes e encontros são organizados nas quadras poliesportivas espalhadas pelo bairro.

Ugo Eichler é biólogo e se mudou para o Noroeste, em 2018, onde começou a fazer aulas de beach tennis nas quadras do bairro. Porém, com a pandemia, o isolamento se instaurou, e a prática esportiva teve uma pausa. Mas depois da crise sanitária, Ugo se juntou com outros três moradores e voltaram a jogar de manhã cedo em uma das quadras. "Hoje, esse grupo do beach tennis tem mais 350 pessoas", conta o biólogo. A comunidade do bairro mantém três quadras no Noroeste e se ajudam para que todos possam jogar.

Os moradores separaram os custos e compraram um pequeno trator para cuidar da areia, além de dividirem materiais como rede, bolinhas e marcação. "A gente se dispôs a melhorar e a cuidar da quadra para a saúde nossa e do esporte. E, com isso, a gente foi construindo uma comunidade engajada em proteger e conservar o espaço que a gente utiliza, além de criar relações", conta Ugo.

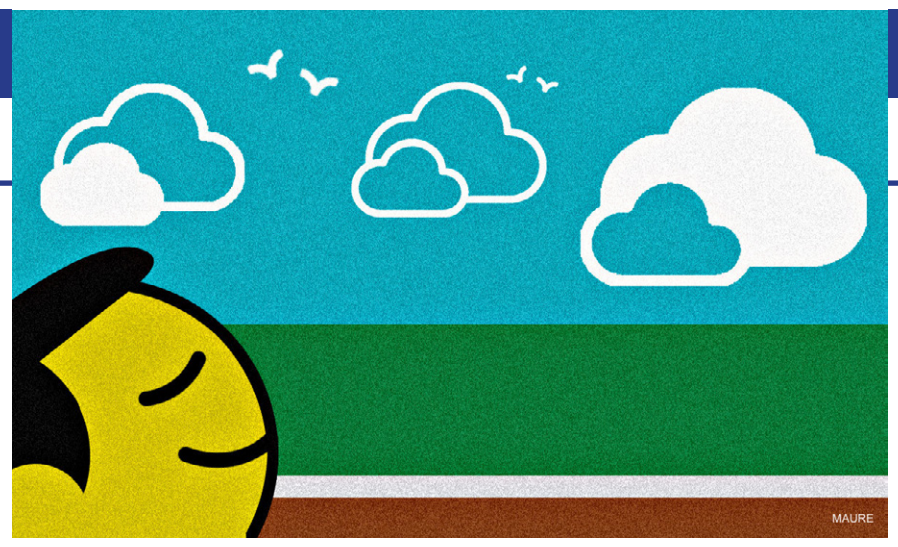
O que começou como uma válvula de escape na pandemia, hoje permeia a vida dos moradores que usam o esporte para conhecer os vizinhos e aproveitar o espaço do bairro. "Atualmente, a gente vê esse grupo muito ativo, com várias amizades sendo formadas e as pessoas praticando esporte, as tirando daquela monotonia do dia a dia de casa. Então, isso acaba movimentando as pessoas e também criando um uso desse espaço público que existe aqui, no Noroeste", argumenta o biólogo.

***Estagiária sob a supervisão de José Carlos Vieira**

Minha Brasília

PATRICK SELVATTI

Envelhecer sem perder a ternura



Há período de seca e época de chuva, mas, em qualquer mês do ano, tem sempre aquele dia em que Brasília amanhece com céu de brigadeiro. E é nessas datas que eu, como todo apaixonado, me pego suspirando pela cidade como se fosse a primeira vez. São 22 anos, algo em torno de 8 mil dias e 190 mil horas. Tempo demais, véi! E quem diria: parece ontem que eu cheguei aqui, achando tudo grande e distante demais. Distante, principalmente, da minha casa.

A capital do país quase nunca se abre com promessas fáceis: os eixos e as asas não te aconchegam imediatamente com abraços, mas as tesourinhas também não cortam seus sonhos. Ela te conquista aos poucos, de forma silenciosa, em meio a traçados e caracteres alfanuméricos que não são exatamente decifráveis ao primeiro olhar e a uma temperatura complexa de mensurar à flor da pele.

Acho curioso pensar que, quando cheguei aqui, aos 23 anos, Brasília tinha 43 — um pouco mais jovem do que eu hoje. Eu envelheci, e ela também. Agora, aos 65, é possível contemplar com maior nitidez as rugas e as cicatrizes. As marcas de idade são inerentes a quem atravessa o tempo, por mais que as obras urbanísticas em expansão tentem maquiá-las com suntuosos viadutos, edifícios alcançando o céu e novos parques se abrindo na imensidão verde do quadradinho.

Já os machucados nem sempre podemos evitar, e alguns até parece que nós sentimos juntos a dor. Como quando o patrimônio foi invadido e apedrejado no lamentável episódio recente de vandalismo e extremismo. Aquilo feriu pessoalmente cada um de nós que amamos esta cidade.

Mas nada apaga o vigor que se perpetua na alma da nossa capital. Ela acumula tradição nas esquinas que dizem não existir por aqui, resistência nos inúmeros becos que servem de respiro entre as não raras casas geminadas e esperanças nas pequeninas janelas dos milhares blocos residenciais — com ou sem cobogó. A cidade não possui mar, mas, além do panorâmico lago Paranoá, tem bar, onde a galera se encontra e, sem perceber, muitas vezes, em meio a conversas fiadas surfadas nas calçadas das quadras comerciais, ajuda a escrever capítulos poéticos que mergulharão na memória local.

Ainda que distante de onde eu vim, Brasília se tornou a minha casa. Para quem, como eu, adora viajar, é um alento quando o avião se aproxima da capital, e a gente consegue visualizar, ainda andando nas nuvens, a maquete tão característica que sinaliza o nosso lar. Nesses minutinhos que antecedem o pouso, é como se pudéssemos sentir invadir nossas narinas o aroma dos ipês e do kibeirute fritinho na hora — e até mesmo aquela sensação inconfundível de secura no nariz.

Hoje, ao ver Brasília celebrar mais um ano, é como se eu estivesse observando uma avó que envelhece sem perder a ternura. Ao contrário: quanto mais avança o tempo, maior fica o cuidado. E é bom que a capital não busque parecer jovem, mas se mantendo uma senhora elegante, de olhar futurista, e que será sempre um avião!