

Vitória Torres/CB



A aposentada Maria Pilar, 65, mantém o hábito de caminhar todos os dias no Parque Olhos D'Água

PARA CURTIR O FERIADO AO ar livre

Além do Zoo e do Jardim Botânico, brasilienses planejam aproveitar o grande leque de parques para relaxar no Dia do Trabalhador

Luiz Felipe Alves/CB/D A Press



Visitando pela primeira vez o Parque de Águas Claras, Crislaine levou sua filha, Manuele, para brincar ao ar livre

Luiz Felipe Alves/CB/D A Press



Acompanhada de sua filha, Maria Fernanda, e da pet Zoe, Fernanda adora caminhar no parque em Taguatinga

Vitória Torres/CB



Os músicos Diego Sans, 42, e Matheus Xavier, 30, da esquerda para a direita, escolheram o Parque da Cidade para gravar uma música do grupo de pagode Dexcomplica

» LUIZ FELLIPE ALVES*
» VITÓRIA TORRES*

Com a chegada do feriado de 1º de maio, Dia do Trabalhador, os brasilienses já se preparam para aproveitar o descanso ao lado da família e dos amigos. Graças ao programa “Lazer para Todos”, do Governo do Distrito Federal (GDF), que oferece gratuidade em espaços como o Zoológico de Brasília e o Jardim Botânico, mas as opções de lazer são muitas. Como os parques do DF, que estarão abertos, o que anima a população para passeios e a prática de atividades físicas ao ar livre.

O Parque da Cidade é o cenário diário onde a estudante Maria Júlia Trigueiro, 20 anos, pratica futevôlei com os amigos. No feriado, a rotina não será diferente. “É óbvio que eu vou jogar no feriado. Tem que jogar todos os dias. Vou correr também para me soltar. É um hobby que eu gosto muito”, garante ela, que, apesar de não ser atleta profissional, participa de campeonatos e, por isso, a dedicação é total aos treinos.

O ambiente ao ar livre do Parque da Cidade também atraiu o grupo de pagode Dexcomplica, que escolheu o local para gravar uma música para as redes sociais. Os músicos Diego Sans, 42, e Matheus Xavier, 30, sublinham o clima acolhedor e familiar do parque. “Eu gosto de trazer minha filha para o parque para tomar um açaí. Esse ambiente é muito gostoso. Nós andamos de bicicleta ou de patins. É um espaço bem atrativo para a família”, afirma Diego.

Para Matheus, o parque representa uma das melhores opções de lazer da cidade. “É um dos melhores locais de Brasília para aproveitar com a sua família”. Juntos, eles também planejam levar as filhas para conhecerem o Zoológico de Brasília. “Aproveitar que está de graça”, comenta Matheus.

No Parque Olhos D’Água, na Asa Norte, o feriado não é motivo para interromper a rotina de quem preza por saúde e bem-estar. A aposentada Maria Pilar, 65, mantém o hábito de caminhar todos os dias e, quando possível, também utiliza os aparelhos de ginástica disponíveis no local. “Moro aqui perto, então faz parte da minha rotina. Como sou aposentada, tenho bastante tempo livre. Adoro esse parque, pois é super bem cuidado, está sempre limpo”. Nos feriados, ela costuma escolher horários mais tranquilos para frequentar o espaço, mas também gosta de levar os netos para passear.

O motorista de aplicativo Jonas Campelo, 24, compartilha a mesma motivação e não abre mão de seus treinos, nem mesmo nos dias de folga. “Eu corro, me exercito e depois vou trabalhar. Não considero que o feriado me dê folga de me exercitar. Faço um descanso ativo, ou seja, posso diminuir as atividades, mas não fico sem”, explica. Os parques mais visitados por ele são o Olhos D’Água e o de Águas Claras.

Vitória Torres/CB



A estudante Maria Júlia Trigueiro, 20 anos, treina futevôlei no Parque da Cidade

Refúgio natural

O grupo dos amigos Enzo, Mateus e Vanessa, todos de 17 anos, estava aproveitando a sombra das árvores para relaxar no parque de Águas Claras. Enzo aproveita o parque para “sumir um pouco de tudo”. “Parques em geral, mesmo quando estão cheios, conseguem ser quietos, e isso é muito bom. Estar perto da natureza ajuda muito a saúde mental e a saúde física”, conta.

Raiane Diniz, 35, moradora de Samambaia, aproveitou a bela tarde de terça-feira para levar seu filho para aproveitar o ar livre. Para ela, o parque de Águas Claras reúne qualidades que atraem qualquer pessoa. “O grande número de árvores, a conservação de todo o parque, o parquinho seguro e de qualidade para as crianças. Tudo isso é muito positivo para os frequentadores, transforma a experiência”, afirma.

A paraense Crislaine Alves visitou o parque de Águas Claras pela primeira vez, e sua primeira impressão foi que o parque é “gostoso”.

“Eu achei o local muito agradável, o ar puro e fresco”, conta. Acompanhada da filha Milene, 8, Crislaine ainda afirma que os parques são uma boa opção de lazer para as crianças. “Ajuda muito a gastar a energia que fica acumulada quando a criança vive dentro de casa. Aqui, a criança fica livre para correr e pular à vontade. É muito bom para sair de frente da televisão”, alega.

Outro lugar que atrai muitos visitantes é o Taguaparque, em Taguatinga. A professora aposentada Chaily Gonçalves, 50, caminha todos os dias no local e ela afirma que o parque é um refúgio da floresta em meio à cidade. “Eu acho muito importante que tenha esse resgate da natureza para os moradores. Quando eu venho ao parque, me sinto revitalizada com a conexão com a natureza. Isso representa qualidade de vida”, aponta.

A estudante Fernanda Dias, 40, aproveitou a pausa dos estudos para passear no parque com sua filha, Maria Fernanda, 8, e a pet da família, a cachorrinha Zoe. Ela afirma que o parque atende todas às necessidades da família. “Ter um espaço com área verde e com essa variedade de atrações é bom para as crianças e animais”, comenta.

Fernanda mora na região há pouco menos de um ano e, desde que chegou, frequenta todo dia. Ela julga que os parques são aliados do desenvolvimento das crianças. “É uma opção muito boa para tirar a criança da frente das telas. Permite que elas cresçam em contato com a natureza”, diz. A pequena Maria Fernanda concorda com a mãe. “É melhor ir para o parque do que ficar assistindo televisão”, finaliza.

Lembrando que, com o “Vai de Graça”, o transporte público tem catraca livre aos domingos e feriados.

*Estagiários sob a supervisão de Patrick Selvatti

Luiz Felipe Alves/CB/D A Press



A professora Chaily aproveita suas tardes para caminhar no Taguaparque, um espaço tranquilo em meio à natureza

Luiz Felipe Alves/CB/D A Press



Raiane levou o filho Heitor, 8, para interagir com outras crianças em um ambiente natural: o Parque de Águas Claras

Vitória Torres/CB



O motorista de aplicativo Jonas Campelo, 24, treina todos os dias no Parque Olhos D’Água e vai repetir no feriado