

Cerveja, cafés, corridas e interações reais.
Em um mundo cada vez mais tecnológico,
grupos presenciais de amizade resistem à força
das telas e criam laços únicos de conexão

POR EDUARDO FERNANDES E JÚLIA CHRISTINE*

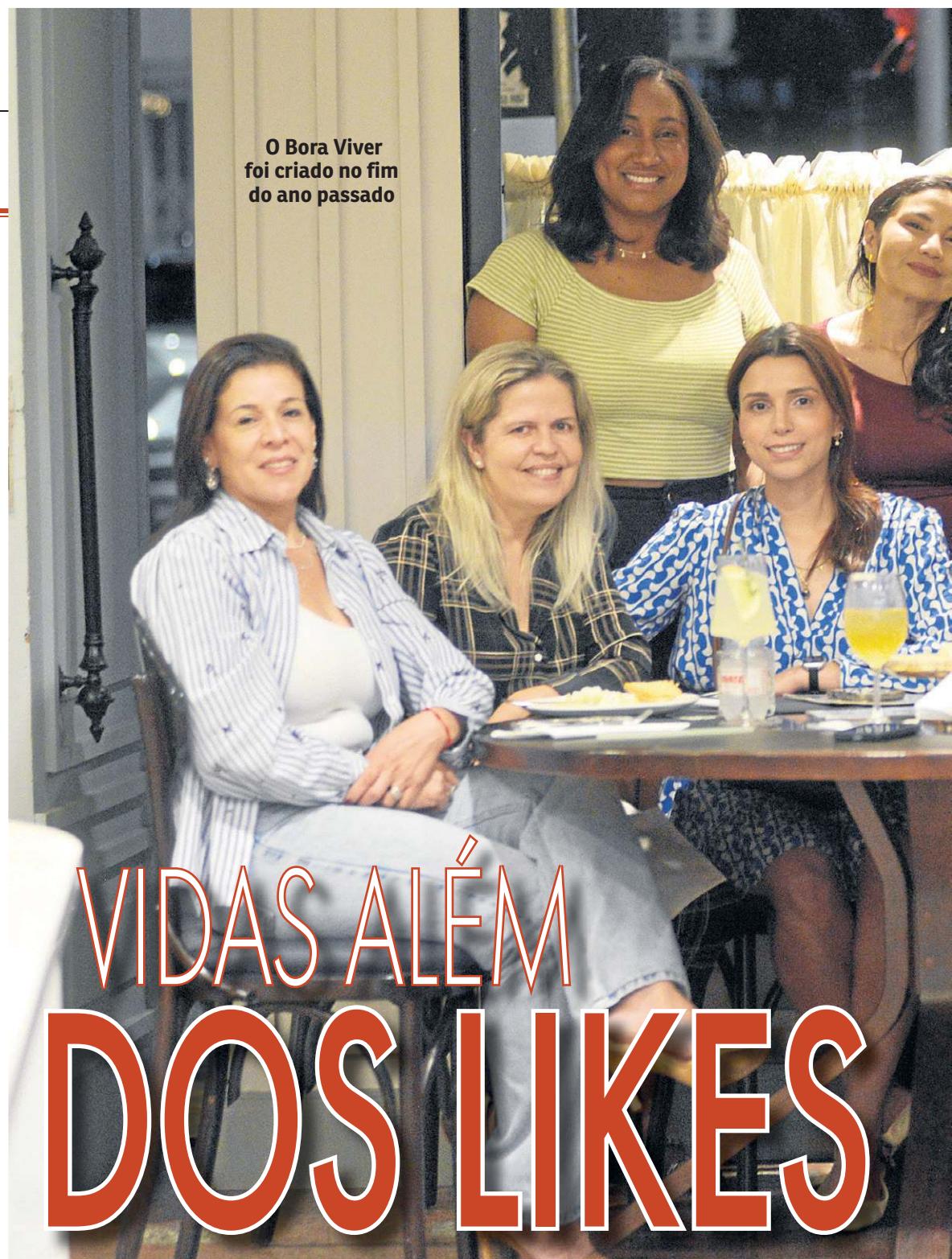
Quando se olha ao redor, o sentimento é de que a tecnologia tomou conta de todos os espaços. Mesas de restaurante, reuniões familiares e até mesmo aquelas saídas dominicais para tomar uma boa cerveja. Os olhares foram substituídos pelas telas, e as interações reais, pelo que parece, perderam a força. No entanto, ainda existem aqueles que resistem às mudanças do mundo, preservando o que há de melhor na vida: a beleza de rir com conhecidos e desconhecidos, de ouvir histórias e de se identificar com elas.

De certa maneira, a internet repele experiências inéditas. É como se o acaso e o orgânico dessem lugar ao imediatismo. Assim, as pessoas deixam de sair de casa para ficarem no dedilhar das telas e dos vídeos. Incomodada como isso, a nutricionista Ana Paula Calmon, 37 anos, ao lado da namorada e educadora física Nayara Monteiro, 29, criaram a comunidade Bora Viver (@boraviver.bsb), em outubro do ano passado.

O desejo veio de forma genuína, com o intuito de promover saúde para além dos protocolos tradicionais. "Ajudar as pessoas a se movimentarem mais, a saírem de casa, a se sentirem menos sozinhas — e, principalmente, a voltarem a querer viver. Sentíamos falta de um espaço onde fosse possível exercer nossa missão como profissionais da saúde de forma mais humana e coletiva, respeitando diferentes idades, corpos, ritmos e histórias", ressalta Ana Paula.

Ambas acreditam que cuidar da saúde torna qualquer processo mais leve, possível e menos doloroso. "Com isso, nasceu o Bora Viver: uma comunidade que promove saúde por meio do pertencimento, da convivência e da conexão real entre pessoas. O projeto nasceu pequeno, experimental — e continua assim. Ainda estamos no começo, mas já é possível sentir a comunidade ganhando corpo, estrutura e, sobretudo, sentido."

O primeiro encontro ocorreu no Parque da Cidade, com 11 pessoas, em um evento chamado Bora Correr para Iniciantes. A proposta era simples: cada pessoa no seu ritmo, respeitando seus próprios limites. Rostos desconhecidos, que estavam ali para tentar viver o que há de melhor no mundo real. Ao final da corrida, as organizadoras promoveram um encontro gastronômico no Lilié Pâtisserie & Boulangerie, justamente para fortalecer o vínculo, a conversa e o sentimento de pertencimento.



Ed Alves/CB/DA Press

"Desde o início, o maior desafio tem sido a adesão, especialmente em eventos gratuitos. Muitas pessoas se inscrevem e acabam não comparecendo, o que dificulta a organização e a logística. Curiosamente, nos eventos pagos — todos com valores acessíveis — não há desistências. Isso nos permite oferecer experiências mais cuidadosas, com degustações, kits de agradecimento e parcerias com produtores e negócios locais que realmente nutrem o corpo e a experiência", destaca a nutricionista.

Vivências reais

Hoje, a comunidade conta com 168 participantes no WhatsApp e 614 seguidores no Instagram,

sendo cerca de 25 pessoas ativamente presentes nos encontros. "O que mais me emociona nessa jornada é a diversidade real que se encontra: idosos caminhando ao lado de jovens de 29 anos, mulheres de 50 anos trocando experiências com meninas de 30, pessoas de diferentes gêneros, histórias, cores, orientações e realidades sociais — todas juntas, movimentando o corpo, comendo e criando vínculos verdadeiros", conta Ana Paula.

A "delícia de propiciar encontros" está justamente em ver as pessoas vivendo, o que parece nadar contra a maré, especialmente em uma era tão tecnológica, em que o outro pouco se interessa pela história de quem está à sua frente. "Não existe vida sem troca, sem relação, sem encontro. Conseguir promover