

Cidades

DIVULGAÇÃO



MORADORES DE RIO MARINHO fazem alongamento, uma das atividades físicas realizadas no projeto Vivendo Melhor, que é oferecido gratuitamente pelo Instituto de Ação Comunitária Integração

A TRIBUNA COM VOCÊ EM RIO MARINHO

Aulas de ginástica de graça no bairro

Moradores de todas as idades podem fazer exercícios físicos três vezes por semana em projeto social que é realizado no bairro

Tayla Oliveira

Os moradores de Rio Marinho, em Vila Velha, podem ter acesso a aulas de ginástica de graça, realizadas no Instituto de Ação Comunitária Integração (Iaci). As aulas fazem parte do projeto Vivendo Melhor.

“Inicialmente, as aulas eram voltadas para pessoas acima de 60 anos como forma de promover qualidade de vida e prevenir problemas de saúde”, explicou o presidente do Iaci, Altair Marinheiro.

Porém, o sucesso foi tão grande que há pessoas mais novas matriculadas entre os 120 alunos atendidos pelo projeto. As aulas de ginástica acontecem às segundas, quartas e sextas-feiras, das 7h às 8 horas, na sede do instituto.

Segundo o presidente do Iaci, a ideia começou após observar os hábitos dos moradores. “Percebia que havia necessidade de uma ocupação para esses idosos e demais moradores. Assim, eles deixam o sedentarismo e cuidam da saúde.”

Durante as aulas, os alunos fazem exercícios com bastões, bolas e pesos feitos de garrafa PET. E as atividades são ministradas por um profissional de educação física.

Além da ginástica, eles também costumam fazer caminhadas pelas ruas do bairro, alongamento e relaxamento. Também participam de passeios culturais e de atividades cívicas.

A família da doméstica Adriana

Nascimento, 40, é uma das beneficiadas pelo projeto. “Começou com a minha mãe, a Ana Bezerra Barros, de 66 anos, frequentando. Como ela gostou, me chamou e eu chamei a minha filha, a Evelyn, de 20 anos. A qualidade de vida de toda a família melhorou.”

Para participar, os moradores devem procurar a sede do instituto, na rua Independência, e se inscrever para as aulas. Após inscritos, poderão participar também das outras atividades do projeto.

IDOSOS

Atividades físicas também são oferecidas na Associação de Moradores do bairro e são voltadas para os idosos. O projeto Vila Velha na Melhor Idade acontece às terças e quintas-feiras, das 8h45 às 9h45, e é conduzido por professor cedido pela prefeitura. Para se inscrever, basta ir até a sede da associação, na rua Santa Júlia.

HISTÓRIA DO BAIRRO

Fazenda com senzala

- > RIO MARINHO surgiu no fim da década de 1950, na Fazenda Marinho, pertencente à família Laranja.
- > NA FAZENDA, existia um casarão onde havia uma senzala.
- > A SENZALA ficava onde hoje está em construção um trecho da rodovia Leste-Oeste, que liga Vila Velha a Cariacica.
- > A FAZENDA foi dividida e loteada entre os herdeiros em 1959. Na época, o Rio Marinho era tão limpo que moradores pescavam e tomavam banho nele.
- > ATÉ 1969, não havia energia elétrica nem água encanada. O desenvolvimento começou na década de 1970, com a chegada da energia elétrica.

Fonte: Moradores do bairro.

COMO FAZER CONTATO

Sugira uma reportagem

Os moradores de Rio Marinho, em Vila Velha, podem sugerir reportagens e fazer reivindicações sobre o bairro pelo e-mail atcom-voce@redetribuna.com.br.

Quem mora em outro bairro pode usar o mesmo endereço para sugerir uma visita do projeto ao local.

AS RECORDAÇÕES

TAYLA OLIVEIRA



OLGA tomava banho no rio

“Rio era fonte de vida”

Moradora do bairro há 64 anos, a aposentada Olga Maria de Jesus da Silva, 67, emociona-se ao lembrar do Rio Marinho, que deu nome ao bairro.

“O rio era fonte de vida, onde eu tomava banho, água, onde eu criei meus filhos e também era lá que eu lavava as roupas. Hoje, o rio é poluído e impróprio”, lamentou.

Segundo ela, o bairro também mudou. “Antes, não tinha unidade de saúde e o atendimento médico era na Associação de Moradores.”

TAYLA OLIVEIRA



SINVAL viu o bairro se desenvolver

Sem infraestrutura

O aposentado e dono de uma mercearia em Rio Marinho Sinval Justo, 82, mora no bairro há 56 anos. Ele contou que quando chegou ao local, não tinha água tratada nem energia elétrica.

“O bairro tinha muito mato, nada de infraestrutura, mas muitos animais pelas ruas. Foi a partir dos anos 70 que começou o desenvolvimento da região”, contou.

Segundo o aposentado, o desenvolvimento foi logo após a chegada da energia elétrica. “Os moradores e a Associação de Moradores da época que ajudaram no desenvolvimento.”