

LEONE IGLESIAS/AT



NILCÉLIA PRATES (centro) diz que entre os benefícios do projeto estão levar hábitos mais saudáveis e união às famílias. “É uma oportunidade de unir as gerações e oferecer mais qualidade de vida”

A TRIBUNA COM VOCÊ EM **BARCELONA**

Dança do ventre de graça atrai mulheres

Meninas a partir de 7 anos podem fazer aulas na Associação de Moradores do bairro. Dança ajuda a melhorar flexibilidade

Thainná Karina

Quem ouve falar em dança do ventre, logo pensa em sensualidade. É claro que os movimentos levam a esse encanto, mas o principal objetivo é manter a mente e o corpo sãos. Por isso, ela pode ser praticada por mulheres de qualquer tipo físico e idade.

Quem garante isso é a dançarina profissional Nilcélia Prates, 44 anos, que há 18 anos dá aulas de dança do ventre. A atividade é oferecida de graça toda segunda-

feira, em dois horários (8h às 10h e 14h às 18h), na Associação de Moradores de Barcelona, na Serra, e atrai o público feminino.

Segundo ela, como os movimentos estão focados na barriga e no quadril, a dança faz com que os olhares se voltem para essas partes do corpo, mas enfatizou que o resultado vai além da sensualidade.

“As mulheres passam a conhecer melhor o corpo e a vencer limitações, além de conseguirem melhor flexibilidade, trabalharem a coordenação motora e a respiração”, destacou a professora.

Nilcélia acrescentou que, os ganhos para a saúde incluem até mesmo redução de cólicas menstruais e a prevenção de infecções urinárias, além do fortalecimento da músculos internos e externos.

“Comecei a dançar quando criança. Aos 17 anos, abri meu espaço e passei a dar aulas em mais três lugares: Laranjeiras, Mangui-

nhos e na associação. Como pratico há muito tempo, minha saúde sempre está em dia”, disse.

Na associação, ela desenvolve um projeto com a família e dá aulas de dança para mulheres a partir dos 7 anos. “É uma oportunidade de unir as gerações e oferecer mais qualidade de vida. Além da dança, elas têm aulas de comportamento.”

ATIVIDADES

Além da dança do ventre, a Associação de Moradores do bairro oferece outras atividades de graça, como karatê, capoeira, futebol, vôlei para a terceira idade, entre outras.

Segundo o presidente, João Carlos Pereira Campos, estão previstos três cursos de qualificação para o próximo mês: auxiliar administrativo, panificação e logística.

A associação funciona de segunda a sexta-feira, das 8h às 12h e das 14h às 18h, na avenida Região Sudeste, 765. Informações no local.

HISTÓRIA DO BAIRRO

Área era pântano

- > **BARCELONA** surgiu de um conjunto habitacional no início dos anos 80;
- > **ANTES DE SER** um conjunto habitacional, o local era área de pântano;
- > **REGIÃO TAMBÉM** era cercada de árvores, pássaros e animais silvestres;
- > **A PRIMEIRA** festa de aniversário foi comemorada em 1984, na Escola Sizenando Pechincha Filho.
- > **COMA CONSTRUÇÃO** do conjunto habitacional, foi erguido um clube social para uso dos próprios moradores;
- > **O CLUBE** tinha quadra poliesportiva, campo de futebol, sauna e piscina. Tudo era oferecido de graça. Com o passar dos anos, ele foi abandonado, devido à falta de manutenção.

Fonte: Moradores de Barcelona

COMO FAZER CONTATO

Sugira uma reportagem

Os moradores de Barcelona, na Serra, podem reivindicar melhorias e sugerir reportagens sobre o bairro. As indicações podem ser enviadas para o e-mail atcomvoce@redetribuna.com.br. Quem vive em outro bairro, pode sugerir uma visita do projeto **A Tribuna com Você** ao local.

AS RECORDAÇÕES

THAINNÁ KARINA



EMERSON: há 29 anos no bairro

Ele tem orgulho de morar em Barcelona

Morador de Barcelona desde a inauguração do conjunto habitacional, há 29 anos, o funcionário público Emerson Pereira, 41, disse que tem boas recordações da infância e que as amizades feitas quando criança continuam até hoje.

“Aqui nem existia ginásio esportivo. Era apenas uma quadra, onde jogávamos bola quase todos os dias. Muita coisa mudou. O bairro cresceu muito. Tenho orgulho de morar em Barcelona”, disse.

THAINNÁ KARINA



ARNALDO faz a alegria das crianças

Papai Noel do bairro faz sucesso nos shoppings

O Papai Noel que faz sucesso pelos shoppings da Grande Vitória e garante a alegria da criançada em época natalina mora há 28 anos em Barcelona e nem pensa em deixar a região. O aposentado Arnaldo Antônio Caliman, 66, se diz um apaixonado pela região devido à facilidade de locomoção que há.

“Ando todo o bairro de bicicleta. Antes, aqui era mais tranquilo, mas como cresceu muito, ficou bastante movimentado. Sou reconhecido por onde passo. Próximo ao Natal e com a barba grande, as crianças me param na rua para ver o Papai Noel de perto”, disse.