

HELIO FILHO/AT



PROFESSORA Marinete Paulino (centro) ensina técnicas de pintura para grupo de alunas: “As aulas visam melhorar a coordenação motora e incentivar o conhecimento cultural”

A TRIBUNA COM VOCÊ EM **PARQUE MOSCOSO**

Aulas de pintura, ioga e ginástica de graça

Exercícios físicos e artes são oferecidos de segunda a sexta-feira e têm como objetivo promover a saúde e incentivar a criatividade

Thainná Karina

Diferente do ambiente fechado das academias, o Parque Moscoso, em Vitória, virou uma alternativa para quem prefere praticar exercícios físicos ao ar livre, ou até mesmo aprender artes.

No local, quatro atividades são oferecidas de graça aos moradores da capital. Entre as aulas oferecidas de segunda a sexta-feira estão pintura, ginástica, alongamento e ioga.

As segundas, quartas e sextas-feiras, das 7h às 7h40, e das 18h às 18h40, os participantes fazem alongamento.

Já às terças e quintas-feiras, tem ginástica, das 7h às 7h50, e na

quinta, ioga, às 8 horas.

Para participar é preciso ter mais de 18 anos e ir ao parque com laudo médico de liberação para o exercício. Uma ficha de inscrição e a avaliação da pessoa são feitas no local.

A ginástica é realizada com foco na promoção da saúde e inclui exercícios moderados, adequados para atender diferentes idades.

Segundo a professora de Educação Física Julie Alessandra Marchette, cerca de 60 pessoas participam. “No local, fazemos aferição de pressão, orientamos sobre a importância do exercício físico, de ter uma alimentação saudável. Outros dois professores dão aulas no parque.”

Também no Parque Moscoso

acontecem aulas de pinturas todas as terças-feiras, a partir das 13h. Atualmente, participam 16 mulheres acima de 60 anos.

Segundo a professora de pintura Marinete Paulino, as aulas aconteciam numa igreja do bairro, mas há quatro anos o grupo passou a se reunir no parque.

“As aulas são gratuitas e visam melhorar a coordenação motora, além de incentivar a criatividade e o conhecimento cultural”, disse Marinete.

Os exercícios fazem parte do Serviço de Orientação ao Exercício (SOE), da Secretaria Municipal de Saúde. Já a pintura é uma realização das moradores do bairro.



DIVULGAÇÃO

GRUPO DE MORADORES participa de aula de ginástica oferecida no parque

HISTÓRIA DO BAIRRO

Área de manguezal

- > **O PARQUE MOSCOSO**, área de mangue já chamada de Lapa do Mangal e Campinho, era um dos limites de Vitória, no final do século XIX.
- > **NA DÉCADA DE 1920**, aterros foram feitos na área central de Vitória para resolver problemas de inundações, que eram frequentes por causa das chuvas e das variações da maré.
- > **O ATERRO** começou em 1882 e foi até 1888. Em homenagem ao presidente da província, Henrique Moscoso, recebeu o nome de Vila do Moscoso.
- > **ANTES DO ATERRO**, o bairro não tinha nome e se confundia com a Vila Rubim. Após a construção do parque, em 1912, as primeiras casas começaram a se erguer e ter moradores.
- > **MORAVAM** no bairro ricos comerciantes, famílias de ex-governadores e comandantes da Polícia Militar.

Fonte: Moradores do bairro

COMO FAZER CONTATO

Sugira uma reportagem

Os moradores de Parque Moscoso, em Vitória, podem sugerir reportagens e reivindicar melhorias para o bairro. As solicitações podem ser enviadas para o e-mail atcomvoce@redetribuna.com.br. Moradores de outros bairros também podem pedir a visita do projeto ao local.

AS RECORDAÇÕES

ANTONIO MOREIRA/AT



MARIA DA CONCEIÇÃO: carinho

“Quando viajo, morro de saudade daqui”

A comerciante Maria da Conceição Freire Montovane, 55 anos, disse que ama morar no bairro Parque Moscoso por estar ao lado do Centro da capital e pela variedade de estabelecimentos comerciais.

Segundo ela, o carinho pela região é tão grande, que quando viaja, logo pensa na volta. “Aqui sempre foi um lugar maravilhoso, apesar do parque não ter mais os animais de antes. Mas amo morar aqui. Quando viajo, fico morrendo de saudade.”

ANTONIO MOREIRA/AT



RACHEL E ONÉZIMO: lembranças

“Aqui é o melhor lugar para a terceira idade”

Em meio à paisagem e ao som de pássaros, quase todos os dias um casal caminha no Parque Moscoso. A professora aposentada Rachel Louzada Barbosa, 89, e o pastor aposentado Onézimo Barbosa, 89, disseram que a região melhorou nos últimos anos.

“Moramos aqui há 60 anos. Ficamos um tempo fora, mas há 13 anos retornamos. Lembro que o parque não era cercado e reunia muitas famílias. No bairro, quando chovia alagava tudo. Muita coisa mudou de lá pra cá, e para melhor. Aqui é o melhor lugar para a terceira idade”, comentou Rachel.