



Professor de Educação Física orienta aula de hidroginástica

Ginástica de graça em Araçás

Adultos e crianças podem participar de aulas gratuitas na sede da Associação de Moradores do bairro. Idosos se divertem em forró

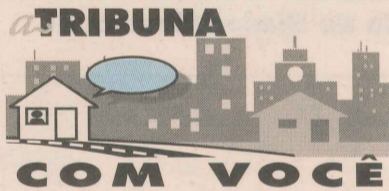
Jogar bola, correr, brincar com bambolê e mergulhar na piscina. A descrição lembra a rotina de crianças e adolescentes, mas em Araçás, Vila Velha, as atividades também fazem parte do dia-a-dia de adultos e idosos.

Eles fazem aulas de hidroginástica, aeróbica e se divertem também em um forró comunitário. Todo esse agito acontece na sede da associação de moradores do bairro.

Buscando melhorar a saúde, a dona-de-casa Maria da Penha do Rosário Henrique, 57, disse que acorda superanimada e vai para as aulas. "Faço alongamento, aeróbica e ginástica localizada", afirmou.

Aos 78 anos, a aposentada Terezina Amália da Penha está a mil. Há seis meses, faz hidroginástica, às terças e quintas-feiras. "Estou saudável", comentou.

O professor de Educação Física e diretor da Organização Não-Governamental Associação da Longevidade (Along), Neilson Castelo de Oliveira, ressaltou que pro-



mover um envelhecimento saudável aos 85 alunos que participam do projeto é gratificante.

A quadra, piscina e salas da associação são revezadas durante a semana por grupos de estudantes e por alunos adultos matriculados no projeto.

Durante três dias da semana, os menores participam de um projeto de educação, o Segundo Tempo, no qual os estudantes da rede pública ocupam o tempo livre com atividades recreativas.

Além de praticarem basquete, vôlei, capoeira, natação, ganham reforço escolar, orientado por uma pedagoga.

No salão de festas da associação de moradores tem forró todos os domingos, das 18h30 às 23h30. Homens pagam R\$ 3,00 e mulheres, R\$ 2,00.

LAZER

• **PRAÇA** – Apesar de grande e bem localizada, a praça principal de Araçás, em Vila Velha, não é freqüentada pela maioria dos moradores do bairro. Eles reclamam que o local necessita de reformas urgentes.

"Queremos uma reforma e a construção de um campo society, quadra e dois parques. Já entregamos esse pedido desde o orçamento participativo de 2001 e até agora nada", disse o presidente da Associação de Moradores, Luiz Carlos da Costa.

A Prefeitura de Vila Velha informou que fará a recuperação de alambrados, canteiros e arborização. No entanto, não informou quando.

• **DOMINÓ** – Uma diversão garantida para os aposentados que moram em Araçás, Vi-

la Velha, são os campeonatos de dominó. Eles se reúnem diariamente, a partir das 16 horas, ao lado do Serviço de Atendimento ao Cidadão (Sac).

• **FUTEBOL** – Os times de futebol agitam Araçás, Vila Velha. A Associação Atlético Araçás, que é um time amador e disputa a liga do município, é a equipe mais antiga do bairro, fundada em janeiro de 1981. O Araçacana Futebol Clube surgiu três meses depois.

Apesar de ter sido formado em 2003, a União dos Veteranos de Araçás, ganhou este nome devido aos atletas, que têm idades acima de 30 anos.

Os jogos são disputados sábados à tarde e domingos, pela manhã e à tarde, no campo da Associação de Moradores.