

ANTONIO MOREIRA/AT



AULA DE ALONGAMENTO: mais de 100 pessoas participam diariamente das atividades físicas oferecidas no local

A TRIBUNA COM VOCÊ

# Moradores fazem ioga e alongamento ao ar livre

As aulas, realizadas no Parque Moscoso, são gratuitas. Para participar, basta se cadastrar no Serviço de Orientação ao Exercício

AJ19669  
Kamila Rangel

**B**em diferente do ambiente fechado das academias, o Parque Moscoso, em Vitória, virou uma alternativa para quem prefere praticar exercícios físicos ao ar livre.

De segunda a sexta-feira, um grupo de moradores da região faz alongamento, ginástica e ioga no local gratuitamente.

Às segundas, quartas e sextas-feiras, às 7 horas e às 18h30, os participantes fazem alongamento.

Já às terças e quintas-feiras, tem ginástica, às 7 e às 19 horas, e ioga, às 8 horas. Para participar, basta ir ao parque e se cadastrar no módulo

do Serviço de Orientação ao Exercício (SOE), da Secretaria Municipal de Saúde de Vitória. Podem se inscrever maiores de 18 anos.

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

Segundo o coordenador do SOE, Lourival Esperidião, diariamente, mais de 100 pessoas participam das atividades físicas oferecidas no Parque Moscoso.

Atualmente, o público é formado, principalmente, por mulheres e idosos.

## SOLUÇÃO

### O que melhorou

O que o projeto A Tribuna com Você ajudou a resolver na última vez em que esteve no bairro Parque Moscoso, em 2007?

> OBRAS na rede de esgoto.

Fonte: Associação de Moradores.

“A prática de atividades físicas contribui para a melhoria do sono e para diminuir o uso de remédios, entre outros benefícios”, disse.

O coordenador informou que a partir da prática de exercícios, o foco se mantém na prevenção de doenças, o que é mais saudável e mais barato do que tratamentos.

“A oferta desses exercícios à comunidade tem o objetivo de garantir condicionamento físico à população e, consequentemente, melhorar a saúde e a qualidade de vida das pessoas”, destacou Lourival Esperidião.

## TERMÔMETRO



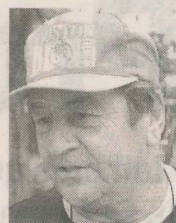
O MELHOR COMÉRCIO



O PIOR INSEGURANÇA

## O PREFEITO RESPONDE

Prefeito, quando o senhor vai fazer mais um banheiro no Parque Moscoso e reformar o local?  
ADAMOR MARTINS, 59 anos, autônomo.



**JOÃO COSER** - O Parque Moscoso é projetado com o objetivo de resgatar o ambiente original do espaço, uma vez que é o mais antigo parque de Vitória. Os banheiros do local atendem à demanda diária do parque. Quanto às obras no local, existe um processo de reforma em andamento, aguardando o novo exercício financeiro. Entretanto, a reforma não contempla a ampliação do número de banheiros.

Prefeito, por que o senhor não aumenta o efetivo da Guarda Civil e amplia a presença das guardas no bairro para além das 23 horas? EMERSON SCOPEL, 44 anos, funcionário público.



**JOÃO COSER** - Já está em andamento um estudo para subsidiar o processo de contratação de agentes de proteção comunitária e de trânsito para a Guarda Civil Municipal. Estão sendo feitas levantamentos para definir o número de vagas que podem ser abertas, o papel da Guarda e a estrutura da corporação.

O que a prefeitura vai fazer para controlar a ação dos flanelinhas no bairro? Eles acham que são os donos das ruas. JOSÉ DE OLIVEIRA LIMA, 49 anos, autônomo.



**JOÃO COSER** - Não há lei que proíba a ação dos guardadores, mas os motoristas não são obrigados a pagar pelo serviço. Quem se sentir extorquido deve denunciar à polícia. Em Vitória, os guardadores estão sendo cadastrados pela Superintendência Regional do Trabalho e, em janeiro, só vão atuar os que tiverem registro profissional.

## REIVINDICAÇÕES



**Saúde** - A população quer a volta do sistema antigo de marcação de consultas no posto de saúde, por meio do qual era possível agendar consultas a qualquer hora.

**RESPOSTA:** Segundo a prefeitura, a atual forma de agendamento foi acertada no Conselho Local de Saúde, e qualquer mudança deve ser discutida e aprovada pelos membros do órgão.



**Social** - A comunidade pede que a prefeitura tome providências em relação aos moradores de rua que ficam no bairro Parque Moscoso.

**RESPOSTA:** A prefeitura informou que a região é monitorada diariamente pelo Serviço de Abordagem de Rua, que encaminha essas pessoas a programas e projetos sociais do município, caso elas aceitem.