Entrevista

Vilas Olímpicas do Rio vão ganhar investimentos

Chiquinho da Mangueira, secretário municipal de Esportes e Lazer do Rio de Janeiro

Chiquinho da Mangueira é um velho amigo da Vila Olímpica da Maré. Há 12 anos, quando o projeto era iniciado, ele esteve ao lado da comunidade oferecendo a experiência que havia adquirido na Vila Olímpica da Mangueira. Com 23 anos de atuação no mundo do esporte e na área de projetos sociais, e hoje à frente da Secretaria Municipal de Esportes e Lazer do Rio de Janeiro, Chiquinho continua torcendo pela Maré e procurando colaborar para o seu desenvolvimento. Especialmente agora, quando toda a cidade começa a se preparar para dois dos maiores eventos esportivos do mundo.

• O que muda no Rio de Janeiro com as Olimpíadas?

Essa conquista do Rio de Janeiro foi na verdade uma grande conquista brasileira, mas é claro que o Rio de Janeiro será a cidade mais beneficiada e o esporte vai ganhar muito com isso, seja o esporte participativo, o esporte educacional ou o esporte de alto rendimento. O Rio de Janeiro não pode apenas sediar as Olimpíadas, o Rio e o Brasil têm que participar bem dos jogos. A partir de agora nós vamos ter que nos preocupar em descobrir talentos, em transformar o Brasil numa futura potência olímpica.

• Que tipos de investimentos serão feitos nas Vilas Olímpicas da cidade?

Acontecerão investimentos maiores a partir de 2010. Nós vamos aumentar esses investimentos, no caso da Maré e da Mangueira, que são os dois exemplos altamente positivos entre as dez Vilas Olímpicas do Rio. Vamos investir na melhoria dos equipamentos, na descoberta de talentos e na capacitação dos profissionais. A partir do ano que vem começa toda uma política nova de desenvolvimento do esporte no município do Rio e Janeiro.

• Como vem sendo feita a articulação entre a Prefeitura, o Estado e o Governo Federal para as Olimpíadas?

Acho que nunca na história do Brasil houve um relacionamento tão bem sucedido como o que há hoje entre os governos municipal, estadual e o federal. O presidente Lula tem ajudado muito o Rio de Janeiro, fez um trabalho pelas Olimpíadas que nenhum outro presidente havia feito antes. Ele, o projeto do Comitê Olímpico Brasileiro, a vontade política do governador e a vontade política do prefeito conseguiram conquistar essa grande vitória de sediar pela primeira vez uma Olimpíada na América do Sul. É importante lembrar também que as Olimpíadas abrem mercado de trabalho em todos os níveis. É uma engrenagem em que todos os componentes da prefeitura, do estado e do governo federal têm que estar unidos com esse objetivo. Haverá muito investimento, muita geração de emprego e renda.

• A Vila Olímpica da Maré possui um Plano Diretor, que prevê diversas melhorias, inclusive a criação de uma escola. O investimento a ser feito contempla esse projeto?

Tudo está dentro do planejamento. A escola já está bem adiantada, a secretária de Educação do Estado Tereza Porto está muito empenhada, estivemos com o ministro da Educação Fernando Haddad e ele se comprometeu em repassar os recursos. O projeto já evoluiu muito e esperamos que no ano que vem possamos começar a obra, estamos lutando para isso. Não é algo fácil, mas está tudo muito bem encaminhado.

• Como é a sua relação com a comunidade da Maré?

Quando se projetou a VOM, tive a oportunidade de conversar muito com Sr. Amaro, dar algumas orientações pela experiência que eu já tinha. Sempre tivemos uma ótima relação porque ele é uma pessoa amável, que enxerga o que poucos enxergam, tem uma visão social fantástica, é um homem do bem. Lembro que se queria fazer uma pista de atletismo de carvão e eu disse que não daria certo, por causa da proximidade com a piscina, então o Sr. Amaro brigou e não deixou fazer. Até hoje a pista não foi feita, infelizmente, mas as piscinas estão lá, a VOM está funcionando, a Petrobras apoia, a prefeitura faz a sua parte. Mas se não fosse a comunidade, se não fosse o Sr. Amaro e a UFRJ, ela não teria a excelência que tem. A Vila Olímpica da Maré é um espaço de cidadania muito bem trabalhado e muito bem executado.

• Qual é a sua expectativa em relação aos grandes eventos esportivos que acontecerão no Rio de Janeiro?

A Copa do Mundo, embora tenha a sua final no Maracanã, acontecerá em 12 estados brasileiros, é uma configuração bem diferente das Olimpíadas, que acontecerão exclusivamente na cidade do Rio de Janeiro. Trata-se de um evento maior, que reúne todos os países do mundo, e mexe com uma estrutura de equipamentos muito mais ampla, é como se tivéssemos que construir uma cidade do esporte. Na Copa do Mundo temos uma responsabilidade diferente porque o Brasil já é uma potência, somos o único país pentacampeão do mundo, mas na área olímpica nós estamos em formação. Minha expectativa é que possamos realizar uma grande Olimpíada e que o Brasil participe bem.

Um conceito ampliado de saúde

Além de ampliar seu trabalho junto às quatro equipes de competição da Vila Olímpica da Maré, a Promoção da Saúde quer investir nas oportunidades de melhorias que as Olimpíadas poderão trazer. Segundo Marília Carneiro, coordenadora da área, a VOM poderá ser um agente para a discussão de diversas questões, um local de troca de idéias e experiências.

– As nossas ações concretas em relação à realização das Olimpíadas vão depender muito dos direcionamentos políticos, mas acredito que a realização deste grande evento na cidade poderá levantar discussões a respeito de melhorias de infraestrutura, urbanização e qualidade de vida, num conceito ampliado de saúde. Também será uma chance de discutir temáticas como violência urbana, políticas de segurança pública, inclusão social e distribuição de riquezas, diz Marília.

A proximidade dos jogos certamente ampliará as discussões acerca da saúde dos indivíduos e da comunidade, já que a atividade física é um dos principais fatores responsáveis pela saúde, assim como a alimentação. Em associação com as outras áreas da VOM, a Promoção da Saúde inicialmente investirá na melhoria da performance dos atletas das equipes de competição promovendo avaliações em diversas núcleos da saúde como medicina, psicologia e nutrição. Para estes indivíduos atletas e futuros atletas, as atividade de educação em saúde serão direcionadas.

– A abordagem da Promoção da Saúde tem regulagem de zoom, ou seja, pode ir no máximo do indivíduo e olhar a cárie dentária (zoom in) ou ir no máximo do zoom out e olhar a organização social. Temos que fazer este exercício de regulagem da lente o tempo todo, para poder ampliar o entendimento do processo saúde-doença e propor ações, diz Marília.

A Promoção da Saúde tratará também do estímulo ao protagonismo dos sujeitos em suas realidades, de forma que as pessoas possam pensar com os governantes as melhores formas de empreender as ações que as Olimpíadas exigirão. Marília lembra que os jogos passarão, mas ficarão as conquistas, tanto em termos políticos e de participação social no diálogo com os governantes, como os campeões que serão revelados pelos jogos.

– A Promoção de Saúde acompanhará o movimento político e tentaremos fazer as pontes entre o macro e o micro na comunidade da Maré. Nossa proposta é olhar sob vários ângulos para entender melhor e trabalhar com a população para que ela participe dos processos de tomada de decisão em sua localidade, seu bairro, sua cidade, seus locais e seus modos de vida, diz a coordenadora de Promoção da Saúde da VOM.

Este jornal é uma publicação da UEVOM (União Esportiva Vila Olímpica da Maré), com apoio da Petrobras.
Coordenação: Breno Kuperman • **Edição**: Lucia Seixas • **Textos**: Lucia Seixas e Cristiane Barbalho
Design gráfico: Paula Ferreira • **Imagens**: Cristiane Barbalho e Leonardo Borba.
Vila Olímpica da Maré: **Diretoria**: Amaro Domingues, Carlos da Luz Dauma, Cristian Nacht, José Fantine (COPPE/UFRJ), Teófilo Artur Cavalcanti.
uevom@vilaolimpicadamare.org.br • www.vilaolimpicadamare.org.br
Rua Tancredo Neves s/n, Bonsucesso – tel. (21) 3868-7452
Tiragem: 2000 exemplares

Pessoas com deficiências integradas ao movimento das Olimpíadas

Para a equipe da Educação Física Adaptada da Vila Olímpica da Maré, as Olimpíadas representam um grande estímulo para o trabalho de inclusão das pessoas com deficiência. Segundo a professora e ultramaratonista Jacqueline Terto, coordenadora da área na VOM, o objetivo primordial da equipe continua sendo a ressignificação da pessoa com deficiência a partir da prática esportiva, mas o alto rendimento também é uma possibilidade de trabalho.

– Embora não tenhamos a competição como prioridade, as nossas atividades esportivas podem ser uma ponte para que o aluno alcance o alto rendimento e, a partir desse momento, ele passará a ser trabalhado para competir, explica Jacqueline.

Desde os jogos Parapan-americanos do Rio em 2007 a equipe da EFA vem trabalhando a proposta do alto rendimento para as pessoas com deficiências. Embora os alunos não tenham competido, eles assistiram a vários jogos, através do programa de saídas pedagógicas da EFA.

– Foi uma vivência importante para nossos alunos. Fomos ao Parque Aquático Maria Lenk, eles assistiram às competições adaptadas e viram atletas com deficiências diversas. Foi motivante, pois eles constataram que competir no esporte é uma possibilidade real, conta Jacqueline.

A expectativa de participação dos alunos nas equipes de apoio às provas esportivas também existe, já que é uma prática comum no Rio de Janeiro incluir pessoas com deficiência nos staffs ao longo do circuito das provas. Já existe no planejamento da EFA um trabalho de formação dos alunos para essa atividade de apoio para as próximas Olimpíadas, como forma de integração das pessoas com deficiência ao contexto social.

– Não vale integrar sem incluir, e vice-versa. Muitas vezes se coloca a pessoa com deficiência num local, mas ela na verdade não está integrada no processo. É preciso que ela seja trabalhada, orientada e saiba o que está fazendo para se integrar no staff e atuar ao lado dos outros. Nós acreditamos que essa oportunidade das Olimpíadas no Rio de Janeiro só vem a contribuir e enaltecer todo um trabalho que já vem acontecendo há bastante tempo aqui na EFA, diz Jacqueline.

Mães voluntárias querem mais cidadania para nossas crianças

De duas a três vezes por semana, as donas de casa Kátia Bastos e Nilzilmar Braga deixam de lado os seus afazeres domésticos e se tornam agentes para a transformação do futuro das crianças da Maré. Conduzindo um grupo com cerca de 30 crianças, elas partem do Ciep Gustavo Capanema, na Vila do Pinheiro, e caminham por meia hora até a Vila Olímpica da Maré, onde as crianças participam de diversas atividades de arte e esporte, além das oficinas do Projeto Educar.

Katia e Nilzilmar se tornaram voluntárias do projeto Mais Educação do Ciep Gustavo Capanema porque acham fundamental o esforço das escolas em proporcionar atividades em período integral para seus alunos, especialmente para aqueles com mais dificuldades.

– Muitos pais tinham medo que seus filhos saíssem para atividades fora da escola. Com o nosso trabalho, as crianças estão tendo mais oportunidades, diz Nilzilmar, que têm três filhos e frequenta a natação da VOM.

Para Kátia, o amor que sente pelas crianças é o maior incentivo do seu trabalho como voluntária. Ela conta que viu muitos amigos dos seus filhos mais velhos morrerem ou se perderem na vida, mas acredita que, com mais investimentos na educação, casos tristes assim não vão mais acontecer.

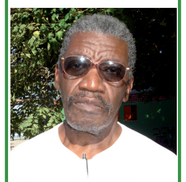
– Faço questão de ser muito presente na vida dos meus cinco filhos, que já estão crescidos, mas não abro mão de cuidar de outras crianças que têm mais carências que eles e ainda precisam de carinho e atenção, conta Katia, que estuda de noite e frequenta as oficinas de natação e hidroginástica da VOM.

DESENVOLVIMENTO & CIDADANIA PETROBRAS
PETROBRAS
RIO PREFEITURA ESPORTE E LAZER
VILA OLÍMPICA DA MARÉ

JORNAL DA VILA OLÍMPICA DA MARÉ N. 3

Novembro/Dezembro de 2009

Editorial



O ano de 2009 foi muito especial para a Vila Olímpica da Maré porque foi quando começamos iniciativas importantes não apenas para a Vila, mas para toda a comunidade. O contrato com a Petrobras, o Projeto Educar, a participação da Acerta, a parceria com as escolas/CIEPS e 4ª CRE, o reconhecimento dos nossos profissionais e de toda a comunidade da Maré, o apoio e orientação da Prefeitura, tudo isso fez de 2009 um ano realmente muito produtivo.

Minha expectativa é que 2010 seja ainda melhor, porque a excelência a gente está sempre procurando, embora nunca se chegue ao topo. A escolha do Rio de Janeiro como sede das Olimpíadas em 2016 e a expectativa da Copa do Mundo em 2014 são fatos que vêm fazer com que os governantes do País fiquem alertas sobre as questões dos nossos atletas e, quando isso acontece, também surge uma preocupação maior com a área educacional, o que é muito importante. Um país para ser bem construído, para ter uma estrutura forte e sólida, tem que cuidar da educação, como o Brasil vem fazendo.

Nesse fim de ano, desejo que Deus dê a todas as pessoas muita sabedoria, inteligência, paz e amor. Que todos os lares sejam abençoados, que todos venham a prosperar cada vez mais e que as enfermidades físicas e espirituais sejam curadas. Desejo também que o entendimento do nosso povo seja sempre para o melhor, para que tenhamos um próximo ano muito bom em nosso país. Apesar de tudo, ele é o que de melhor temos, e eu não saberia viver em outro país que não fosse o nosso Brasil.

***Amaro Domingues**, líder comunitário e membro da diretoria da VOM*

OLIMPÍADAS 2016

Vila Olímpica da Maré dá a largada para a formação de atletas e cidadãos

Em 2 de outubro de 2009, com o anúncio da escolha do Rio de Janeiro como sede das Olimpíadas em 2016, foi iniciada uma nova política de desenvolvimento dos esportes em toda a cidade. Na Maré o trabalho já começou há tempos, pois ver o Rio de Janeiro sediar uma Olimpíada era um sonho acalentado desde antes da construção da Vila Olímpica da Maré. Em 1996, a comunidade foi uma das primeiras a se manifestar pela realização das Olimpíadas de 2004 na cidade, organizando uma olimpíada escolar e saudando a delegação do Comitê Olímpico Internacional em sua visita ao Rio de Janeiro.

– Hoje, nesta real trajetória rumo às Olimpíadas e à Copa do Mundo, temos a felicidade de ser um projeto que integra o esporte, a cultura, a educação e o social. Com o Projeto Educar, apoiado pela Petrobras, conseguimos estabelecer uma ligação clara entre esportes e cidadania, indo muito além da ideia de retirar crianças das ruas ou de desenvolvê-las para a prática profissional de esportes, diz José Fantine, diretor da VOM.

Como a maioria das crianças não está nas ruas, e talvez apenas 1% viverá do esporte na vida adulta, a Vila Olímpica da Maré acredita que é fundamental preparar 100% delas, e não somente uma parte, para se posicionarem muito bem na vida, para alcançarem o autodesenvolvimento.

Segundo Fantine, enquanto não se muda a difícil realidade em que vivem as crianças da Maré, há que tentar mudar os suportes para que elas possam superar as inevitáveis carências do momento e aproveitar melhor as oportunidades que vierem a receber até a idade adulta. Assim, a Vila Olímpica da Maré formará, além de atletas para 2016, cidadãos para a grande olimpíada: a da Vida.

Na VOM, as crianças podem ter suas potencialidades estimuladas num ambiente que busca sempre evoluir para lhes oferecer um oásis que complemente seus demais espaços de vida.

Trabalho no esporte já começou

Com quatro equipes de competição formadas e um trabalho de captação de novos alunos, a Coordenação de Esportes da Vila Olímpica da Maré já tomou posição no esforço que vai mobilizar todo o país para as Olimpíadas de 2016.

Atualmente, a Vila Olímpica da Maré conta com quatro equipes de competição: natação, caratê, ginástica olímpica e futsal. As três primeiras são patrocinadas pela Petrobras, enquanto que o futsal conta com uma parceria com o Clube de Regatas Flamengo. Enquanto as equipes aprimoram seus resultados, a Coordenação de Esportes investe na conquista de novos alunos na comunidade.

– Há jovens que moram aqui perto e nunca tiveram a oportunidade de conhecer a Vila. Sabemos da realidade desses jovens e dos problemas que enfrentam e por isso decidimos não mais esperar que eles descubram o que a Vila Olímpica oferece. Nós estamos buscando os jovens e as escolas são o melhor caminho para isso, conta Luiz Covre, coordenador de Esportes da VOM.

O projeto começou com as escolas Bahia e Gustavo Capanema, cujos alunos vieram em turnos para conhecer a oficina de natação e experimentar um esporte de quadra. Eles adoraram a iniciativa e alguns alunos do Gustavo Capanema já estão fazendo aulas regulares de natação na VOM. A ideia agora é convidar mais escolas. Covre acredita que essa é também uma oportunidade de estimular na Maré o interesse por modalidades olímpicas menos procuradas como basquete, handebol, tênis e voleibol.

Com essas frentes de trabalho, a VOM espera aumentar ainda mais o número de alunos nas oficinas esportivas, que hoje já são mais de 2.700. Com a esperada melhoria dos materiais esportivos e qualificação dos professores, que são metas da Prefeitura, o trabalho de preparação para as Olimpíadas ganhará ainda mais impulso, já que atletas e profissionais de talento não faltam na Vila, segundo Covre:

– Os professores e agentes esportivos da VOM sempre foram profissionais muito dedicados, mas estão ainda mais unidos a partir da implantação do Projeto Educar. Com o projeto eles puderam aperfeiçoar os critérios de avaliação que já faziam dos alunos e se tornaram mais próximos. Hoje eles sabem que o objetivo maior da VOM é que os profissionais caminhem na mesma direção. O esporte, a cultura, a área de saúde, a Complementação Alimentar, todos devem estar juntos, pois é a partir da união das nossas forças que vamos fazer a Vila Olímpica da Maré crescer.

Trabalhando suas equipes de competição, a Vila Olímpica da Maré vem conseguindo não apenas identificar talentos do esporte, mas também superar um problema comum nas comunidades de baixa renda: a falta de condições do atleta para manter seu treinamento nos clubes.

– Nas equipes de competição da VOM, os jovens têm um bom treinamento e a oportunidades de participar de competições, o que é muito importante. Quando um deles é convidado por um clube com boa estrutura, abre-se mais uma vaga para um talento identificado pelo professor da VOM naquela modalidade, explica Luiz Covre.

Das quatro equipes de competição da VOM, apenas duas são esportes olímpicos: a natação e a ginástica olímpica. Entretanto, existe uma grande expectativa de que o caratê e o futsal também sejam incluídos nas Olimpíadas de 2016, já que o Brasil, como sede do evento, terá o direito de apontar dois novos esportes na lista das modalidades a serem disputadas.

O Projeto Educar e a oportunidade das Olimpíadas

As Olimpíadas possuem um sentido muito importante, além do esporte em si, de união e colaboração entre os povos, que faz com que as diferentes nações do mundo mantenham o seu olhar numa só direção. Para um projeto como o Educar, que tem como uma de suas propostas o desenvolvimento moral e ético das crianças e jovens da Maré, as Olimpíadas apresentam uma imensa oportunidade de rever conceitos de colaboração, o que é especialmente importante nesses tempos difíceis em que vivemos no Rio de Janeiro, consequência de desentendimentos nas relações.

Acredito que, paralelamente ao trabalho de desenvolvimento físico das crianças que vão competir, as Olimpíadas nos trarão a chance de pensarmos juntos na união dos povos e olharmos para os jovens, porque eles são o futuro. Quanto mais os jogos mobilizarem não apenas os atletas, mas os jovens de todos os países, mais chances teremos de formar uma nova geração que pense no bem comum.

Existem diversas oportunidades para o Projeto Educar nas Olimpíadas dentro de sua proposta de desenvolver as habilidades e inteligências dos jovens e promover ações transdisciplinares nas oficinas esportivas, artísticas e acadêmicas da VOM. É possível, por exemplo, transpor o movimento da retirada de um prego com um martelo na oficina de Mecânica para os jogos, pois essa alavanca utiliza o mesmo movimento do salto com vara, assim como, na oficina de Linguagem, aprofundar o significado dos Jogos Olímpicos desde a sua origem na Grécia Antiga Mas acredito que as Olimpíadas serão, especialmente, uma grande oportunidade de promover na Vila Olímpica da Maré o exercício de um verdadeiro ambiente sociomoral.

Clara Sodré, *pedagoga, consultora pedagógica do Projeto Educar da VOM*

Entrevista

Olimpíadas serão um norte para novas conquistas na Maré

Elena Martinis, coordenadora de Responsabilidade Social da Petrobras/Cenpes.

Poder contribuir e fazer a diferença na vida das pessoas que vivem no Complexo da Maré é a maior satisfação profissional da geóloga Elena Martinis, que desde o final de 2007 coordena a área responsável pelas ações sociais da Petrobras no entorno do seu Centro de Pesquisas, na Ilha do Fundão.

Sempre entusiasmada com o seu trabalho, Elena conta que ingressou no Cenpes há 23 anos, como paleontóloga. Movida pela vontade de ter uma visão mais abrangente da instituição, tornou-se assistente da Gerência Geral, onde aprimorou seus conhecimentos sobre gestão. Por volta de 2002, quando o tema Responsabilidade Social foi introduzido na Petrobras, ela se entusiasmou com a nova proposta. Fez uma especialização e começou a atuar na área onde está até hoje, feliz e muito gratificada, apesar dos constantes desafios.

Nesta entrevista, Elena fala da parceria de dez anos entre o Cenpes e a VOM, dos planos para as Olimpíadas e de novos projetos para o futuro, que certamente vão fazer uma grande diferença para quem vive no Complexo da Maré.

• Quais os principais ganhos que as Olimpíadas podem trazer para a Vila Olímpica da Maré?

Vejo as Olimpíadas como uma oportunidade excelente de aprofundar as conquistas sociais. Estou com muitas esperanças nesse grande evento e fiquei muito feliz por termos esse relacionamento de longo prazo com a Vila Olímpica da Maré, o que pode se traduzir em muitas realizações positivas na área social.

“Vejo as Olimpíadas como uma oportunidade excelente de aprofundar as conquistas sociais.”

• Que oportunidades devem ser aproveitadas para o desenvolvimento da Vila Olímpica da Maré?

Se pensarmos nos Jogos Olímpicos, não apenas aliados aos esportes, que já são um grande ganho, mas também aliados à educação, saúde e cultura, conseguiremos esportistas muito bons e ao mesmo tempo poderemos melhorar a qualidade de vida das pessoas envolvidas. É essa a nova visão que se reforça com as Olimpíadas. Podemos usar o esporte para melhorar a autoestima, a inserção social, a melhora dos resultados escolares, e é o que queremos fazer daqui pra frente. Agora que passou a fase da euforia pela conquista de sediar as Olimpíadas, temos que sentar e planejar porque há muito a ser feito.

• Quais os desafios da Responsabilidade Social do Cenpes nas comunidades do seu entorno?

Hoje atuamos principalmente na vertente de educação, mas queremos a partir do ano que vem atuar na qualificação profissional. Quando se investe em educação, surge um momento em que é preciso também investir em qualificação profissional, para aumentar a empregabilidade. Essa é uma nova visão que estamos começando a trabalhar em relação à Maré, com diversos parceiros na área social e atuando de forma integrada. Nesse contexto, a Vila Olímpica da Maré, pelo espaço físico que possui e pelo seu trabalho, será muito importante, pois é um lugar que congrega, que chama as pessoas. É um espaço que não se encontra em nenhum outro lugar na Maré.

• De que forma essa ideia será articulada pela Responsabilidade Social do Cenpes?

Quando pensamos no crescimento da Cidade Universitária e em todas as empresas que estão se instalando no Parque Tecnológico na Ilha do Fundão, constatamos que é possível criar alternativas para aumentar a empregabilidade das comunidades do entorno. Trata-se de um trabalho muito importante para o futuro do Complexo da Maré e que deverá ser construído em conjunto.

Oficinas de arte vão impulsionar o espírito olímpico na Maré

Nem só de atletas vivem as Olimpíadas. Para realizar um evento tão grandioso, o Rio de Janeiro terá que contar com o trabalho de milhares de jovens em funções estratégicas como apoio na realização das provas, orientação de público e turistas e organização do movimento nas locais de competição. Com essa expectativa, os professores das oficinas artísticas da VOM já começam a pensar em utilizar seu conhecimento para preparar os jovens da Maré para as Olimpíadas, seja nas competições, seja trabalhando no evento. Afinal, de um lado ou de outro, todos terão o dever de representar muito bem a nossa cidade.

“A dança, como todos os campos que trabalham com a expressividade, colabora para que a pessoa se coloque na vida, tanto no campo do trabalho como no artístico. Através de movimentos a pessoa expõe sensações, sentimentos, histórias. Nestas Olimpíadas os atletas são o foco, mas há também muita integração com a dança. Nós dançamos na abertura do Pan 2007, e em momentos assim as pessoas se voltam para o nosso trabalho. Novos campos se abrem para os profissionais e para os alunos de dança e isso muda muita coisa para nós e para o nosso País”, **Cecília Silvano, professora de jazz.**

Professores da Coordenação de Cultura da VOM querem contribuir com a formação dos jovens da Maré para as Olimpíadas.

“Eu trabalho muito com a estima dos atores, estima por eles próprios e pelo lugar onde moram, apesar da violência e de tudo que eles experenciam. O Rio foi a cidade escolhida para sede das Olimpíadas e eles fazem parte dessa cidade. Temos trabalhado a oralidade, a leitura e acho que tudo isso vai colaborar para que eles tenham a iniciativa de se tornarem voluntários. O aluno do teatro, em geral, não tem o corpo de um atleta e, além disso, o Rio é uma cidade em que a estética é algo muito importante. Mas a gente defende no teatro que não existe uma estética só, cada um é único e isso é o bacana. E Olimpíada é diversidade, é todo mundo junto. Temos uma longa caminhada pela frente mas até lá os alunos vão se sentir seguros para atuarem como voluntários do jeito que são e muito felizes por isso”, **Gustavo Granjeiro, professor de teatro.**

“Os nossos alunos já atuaram no Pan 2007 e desde então eu trabalho com eles o olhar para a dança não apenas como forma de arte, mas como forma de se apresentar. As roupas que vestem, o modo como falam, a atitude, tudo isso conta muito. Não sei se eles estarão dançando daqui a seis anos, mas queremos muito formar cidadãos que possam participar dessas Olimpíadas, trabalhando de alguma forma. Existe um traço cultural de baixar a cabeça quando se mora em comunidade, mas ninguém é inferior, a pessoa é que se coloca inferior. Tem que olhar no olho, se apresentar bem, se fazer respeitar. Outro aspecto da dança é que ela se integra o tempo todo com o esporte, ela dá um colorido a ele. O Tião, professor de ginástica olímpica, já me pediu para trabalhar os alunos dele porque sabe que isso é importante. Estamos muito integrados e voltados para as Olimpíadas de 2016”, **Patrícia Motta, professora de balé e coordenadora de dança.**

“A música é comunicação, controle, sincronia, e em esporte a gente precisa de tudo isso. Tudo que é muito importante na música também é muito importante no esporte. Quando um ser humano aprende a trabalhar em equipe dentro da música ele com certeza terá facilidade de trabalhar em equipe no esporte. Além disso, nós temos sempre músicos se apresentando nos eventos esportivos, nas aberturas e nos encerramentos. Então, a música será sempre muito importante no esporte”, **Marcio Angelotti, professor de flauta.**

Eles estarão nas Olimpíadas 2016 no Rio de Janeiro

“Acho que com as Olimpíadas o Rio vai ser favorecido em alguns aspectos, como na segurança, pois virá muita gente de fora. Se o caratê virasse um esporte olímpico, eu treinaria para a competição, pois quem participa das Olimpíadas tem grande chance de ser visto lá fora.”

Igor da Silva de Sousa, do caratê, terá 19 anos em 2016.

“Na época das Olimpíadas pretendo estar praticando esportes e terminando os meus estudos. Gostaria de participar jogando futebol nas Olimpíadas e acho que a VOM pode ajudar fazendo mais campeonatos e formando mais atletas.”

Wellington Alves Neto, do futebol, terá 20 anos em 2016.

“Espero estar nadando nas Olimpíadas, representando o nosso país. A VOM pode ajudar os atletas com mais aparelho de ginástica, touca e uniforme.”

Vinicius Pereira de Souza, da equipe de competição de natação, terá 20 anos em 2016.

“Espero que as Olimpíadas sejam muito boas e que as coisas aconteçam mesmo, porque com o caos em que estamos vivendo com esses tiroteios, não é mole, não! Na época das Olimpíadas eu gostaria de estar competindo e indo para outros lugares.”

Lucas Mateus Silva de Lima, da ginástica olímpica, terá 19 anos em 2016.

“As Olimpíadas acontecerem no Rio de Janeiro vai ser bom, porque trará melhoria para as Vilas Olímpicas que existem. Espero estar estudando e praticando futebol na época das Olimpíadas e gostaria de participar disputando alguma modalidade esportiva.”

Mariel Aprígio, do futebol, terá 19 anos em 2016.

“Com as Olimpíadas, vai ter muita oportunidade para os jovens realizarem seus sonhos no esporte. Espero nessa época estar na faculdade me formando em Física.”

Marcelo dos Santos Vieira, do tênis, terá 20 anos em 2016.

“A VOM , com os bons professores que tem e aulas extras, pode ajudar na formação de atletas para as Olimpíadas.”

Yuri de Sena Goltara, do tênis, terá 18 anos em 2016.

“Não sei se vou competir, porque tem muita gente boa. Mas vou me esforçar bastante, minha mãe está me apoiando muito. As Olimpíadas serão muito boas para o Rio e para a gente também porque vão trazer muitas pessoas de fora e o país vai ficar conhecido.”

Wilker de Maria Ferreira de Lima, da ginástica olímpica, terá 21 anos em 2016.

“Se o Pan no Rio foi bom, as Olimpíadas também serão. Gostaria de participar jogando basquete, o esporte que mais gosto.”

Wesllen Luiz Silva de Assis, do basquete, terá 19 anos em 2016.

“Nas Olimpíadas eu quero estar competindo no salto em distância.”

Raul Felipe Costa Machado, do atletismo, terá 17 anos em 2016.

“Pretendo estar fazendo ginástica, jazz e natação na época das Olimpíadas e queria competir como ginasta. Para que a VOM ajudasse para o sucesso das Olimpíadas poderia colocar equipamentos novos. Mais espaço também é importante, porque quando tem muitas aulas acontecendo a quadra fica pequena.”

Tainá Cilene de Jesus, terá 18 anos em 2006.

“Eu gostaria de participar das Olimpíadas chamando as pessoas para a Vila, convidando-as para estarem aqui. Estou na Vila há oito anos, mas só soube daqui através de amigos. A Vila deve ser mais divulgada, pois o futuro é das crianças.”

Alexsandra Melo da Silva, monitora da ginástica olímpica, terá 30 anos em 2016.

Alimentação saudável e a prática esportiva

A prática de esportes e uma boa alimentação devem andar juntas. Na Grécia antiga já se sabia disso, mesmo antes dos Jogos Olímpicos terem sido criados. E para sorte dos atletas gregos, alimentação sadia não faltava naquela época.

As práticas alimentares expressam diferentes culturas alimentares. Alimentação saudável não significa desvalorizar nossa cultura alimentar, mas incorporar escolhas saudáveis. Um prato colorido é sempre a melhor opção! Ele deve ser composto por alimentos variados e em quantidades adequadas para cada organismo.

Nas últimas décadas, tem havido importantes mudanças nos hábitos alimentares e os brasileiros estão deixando de consumir a importante combinação do feijão com arroz, que possuem alto valor nutritivo, e optado pelos alimentos industrializados.

Uma vida saudável inclui, além de alimentos saudáveis, a atividade física. Sua prática regular oferece benefícios como interação social e prevenção de doenças. Para as crianças praticantes de esportes devemos estar ainda mais atentos com a adequação do consumo de nutrientes. Como elas estão em constante desenvolvimento, devemos redobrar a atenção com a sua alimentação.

A prática de atividade física requer grande esforço do organismo e o combustível utilizado para a execução das atividades é proveniente dos alimentos e da respiração. Praticar exercícios físicos sem que o organismo tenha armazenado combustível suficiente é prejudicial ao desempenho da atividade física e à saúde.

Devemos ter em mente que uma alimentação saudável deve ser baseada no consumo de alimentos de todos os grupos alimentares, como o grupo dos carboidratos que fornecem energia (arroz, farinha, milho, macarrão, batata), o grupo dos vegetais que são fonte de vitaminas, minerais e fibras (frutas, legumes e verduras), as proteínas (feijão, carne vermelha, frango, peixe, ovos, leite e derivados), que possuem a função de crescimento, desenvolvimento e formação de massa muscular, e o grupo dos açúcares e gorduras, que devem ser consumidos com moderação.

O importante é ter bom senso nas escolhas e moderar na quantidade dos alimentos. E não podemos esquecer da hidratação! A água é fundamental para o equilíbrio do corpo, pois é indispensável ao metabolismo do movimento muscular. Mas lembre-se: mudar um hábito alimentar por completo é algo que alcançamos com o tempo, mas pequenas mudanças alimentares já são um bom começo e produzem bons resultados para nossa saúde!

Érica Rodrigues, nutricionista da VOM

Numero 3.indd 4-5 27/11/2009 11:12:31