



FOLHA POPULAR

TERÇA-FEIRA

02 DE JUNHO DE 2020

ANO 35 | Nº 3.419 R\$ 2,50

www.folhapopular.info



MAIS ÁRVORES NA CIDADE

Projeto de arborização urbana deve ir para a prática após a pandemia

TEUTÔNIA ▶ 3

CFCs retomam aulas, mas sem datas para provas

TEUTÔNIA ▶ 6

Isolamento e rendimento: como a pandemia influencia os atletas

REGIÃO ▶ 7

Ciclismo vigora em tempos de pandemia

REGIÃO ▶ 8

ENERGIA ELÉTRICA

PEXELS / DIVULGAÇÃO

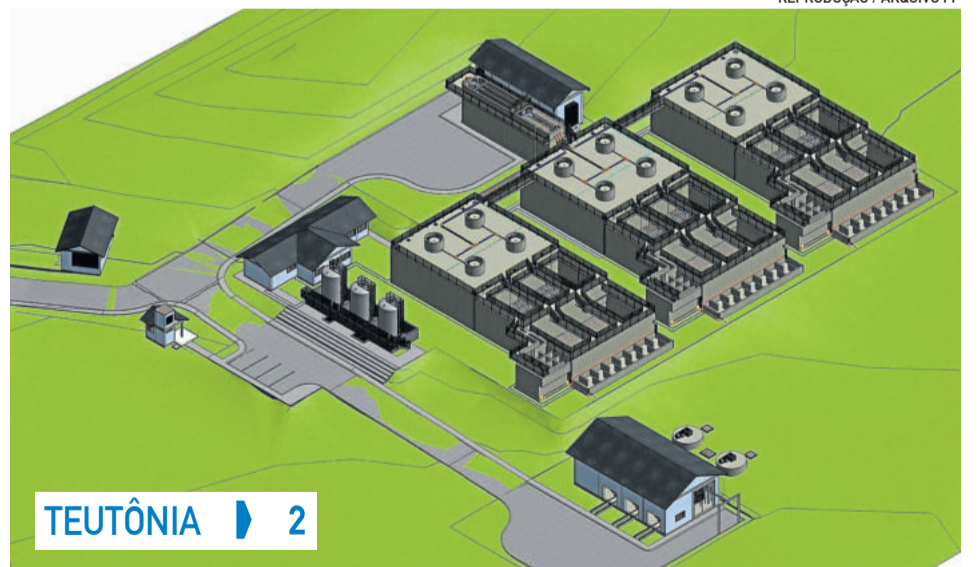


TEUTÔNIA ▶ 4

Certel registra aumento no consumo de energia durante a pandemia

TRATAMENTO DE ESGOTO

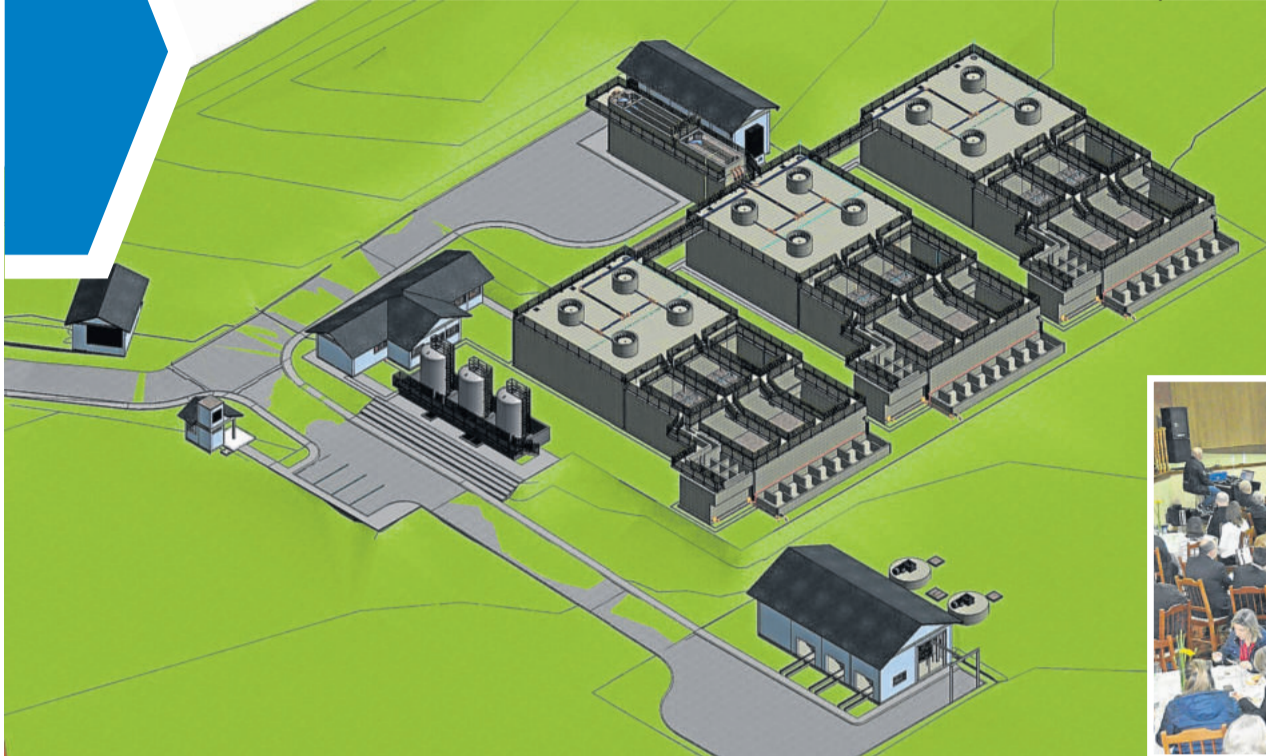
REPRODUÇÃO / ARQUIVO FP



TEUTÔNIA ▶ 2

“Se tu nunca comesças, é certo que tu não vais terminar”

REPRODUÇÃO / ARQUIVO FP



Construção da Estação de Tratamento deverá ser uma das primeiras etapas

Projeto de saneamento urbano da Associação Pró-Desenvolvimento Languiru (APDL) prevê, em sua primeira etapa, colocação de rede em 20% da cidade, onde está 80% do esgoto

LUCAS LEANDRO BRUNE / ARQUIVO FP



Projeto de Saneamento Básico foi apresentado dia 24 de maio de 2019

TEUTÔNIA ► SANEAMENTO BÁSICO

“Se tu nunca começa, é certo que tu não vais terminar”

JÚLIA CAROLINE GEIB

Foi nas comemorações do aniversário de Teutônia do ano passado que a administração municipal, em parceria com a CIC Teutônia e a Associação Pró-Desenvolvimento Languiru (APDL), apresentou um projeto pioneiro na área do saneamento básico. Na ocasião, durante Almoço Empresarial da CIC, no dia 24 de maio, foi detalhado o projeto que prevê o tratamento de esgoto em toda a área urbana municipal. Neste meio tempo, o projeto foi pré-aprovado pela Fundação Nacional de Saúde (Funasa) e recebeu promessa de receber R\$ 7 milhões para a conclusão de sua primeira fase. O custo total estimado para a implantação é de R\$ 77 milhões.

Um dos integrantes da diretoria da APDL, Rudimar Landmeier, relembra que desde 2011 a entidade trabalha a questão do saneamento, buscando conhecimento e avaliando as possibilidades. “Estávamos muito descontentes que boa parte do nosso esgoto vai pro arroio Boa Vista”, comenta.

Logo após o lançamento do projeto, ele foi pré-aprovado pela Funasa, com expectativa de receber R\$ 7 milhões para a primeira etapa. Com as limitações causadas pelo Coronavírus, o projeto não andou conforme a expectativa. “A gente sabe que talvez se perca todo o ano, mas não vai ser o fim do mundo. Agora que a saúde precisa de dinheiro pra tratar a Covid-19, não vamos ficar pressionando. Essa sensibilidade a gente tem”, comenta Landmeier.

O investimento projetado para efetivar a rede de tratamento de esgoto em Teutônia é de R\$ 77 milhões ao longo de 20 anos, sendo R\$ 58 milhões aplicados na rede coletora; R\$ 9 milhões nas estações de elevação; e R\$ 8 milhões na estação de tratamento. Nesse contexto, 100% da população urbana estará atendida, com cerca de 150 quilômetros de redes coletoras que levarão o esgoto até a estação de tratamento. Apesar do longo prazo, Landmeier destaca que “se tu nunca começa, é certo que tu não vai terminar”.

Nos sete primeiros anos, acontecerá a primeira etapa, que “é colocar a rede em 20% da cidade, onde está 80% do esgoto”. Com isso, grande parte do problema seria suprida. “Atingindo primeiramente essas regiões centrais, em um prazo curto, atingiremos grande percentual”. Posteriormente, a rede deve se ramificar pelo município. A ideia inicial, com o valor que virá da Funasa, será para iniciar a estação de tratamento (orçada em R\$ 6 ou 7 milhões), com previsão de dois anos iniciando no

final de 2020. “Aí, teríamos mais cinco anos para puxar as principais ramificações”, explica.

Enquanto isso, observa-se também a necessidade de usar recursos próprios. Conforme Landmeier, foi aprovado que 10% da arrecadação da APDL seja destinada para o projeto de tratamento de esgoto. “A Prefeitura também está com um projeto para criar uma lei que destina parte de sua arrecadação com [abastecimento de] água para o [tratamento de] esgoto”, coloca ele.

MAIS PROJETOS NA APDL

Segundo o presidente da APDL, Gerson Redecker, além do projeto de saneamento, a associação também está com outros três projetos em andamento. Um refere-se a arborização urbana. Outros dois projetos que estão em fase final é a construção do Centro Educacional do Meio Ambiente, “onde serão divulgados ações e formas na implan-

tação do Projeto do Saneamento Básico, além de formas do uso racional da água e demais temas relacionadas ao meio ambiente”. O outro projeto refere a construção do pátio de entrada do complexo social e esportivo da entidade, “que proporcionará mais segurança ao quadro social e aos frequentadores não associados”.



Os artigos assinados são de inteira responsabilidade de seus autores e não traduzem necessariamente a opinião do jornal nem a do editor.

PROPRIEDADE:

Folha de Teutônia - Gráfica e Editora Jornalística Ltda.
CNPJ - 90240235/0001-43
Registro no Ofício de Registro Civil, Pessoas Jurídicas,
Títulos e Documentos de Estrela, Nº 01/87.
Fundada em 01º de maio de 1985 por:
Valdir Inácio Schardong (em memória)
Deolí Gräff

SÓCIOS-DIRETORES:

Nanci Brune, Sílvia Brune, Tânia Maria Schardong, Carline Schardong e Cristiane Schardong

JORNALISTA RESPONSÁVEL E EDITOR:

Lucas Leandro Brune
Jornalista Profissional Diplomado
(Reg. Prof. MT/DRT-RS Nº 14333)



RADIO - JORNAL - REVISTA - MÍDIAS ELETRÔNICAS

REDAÇÃO:
jornal@popularnet.com.br

SEDE:

Rua Senhor dos Passos, 441
Bairro Languiru - Teutônia/RS
Caixa Postal 13
CEP: 95890-000
Telefone (51) 3762-2440

PUBLICIDADE E HOMENAGENS:
publicidade@popularnet.com.br

TEUTÔNIA ▶ MAIS ÁRVORES NA CIDADE

Projeto de arborização urbana deve ir para a prática após a pandemia

JÚLIA CAROLINE GEIB

Entre março e abril deste ano, teria iniciado a fase piloto do plantio de árvores em ruas dos seis bairros de Teutônia. Devido à pandemia de Covid-19, os trabalhos estão pausados, mas quem tem interesse em realizar plantios em sua rua pode manter-se animado. O objetivo do projeto é oferecer mais sombra e menos calor no município, melhorando o microclima da cidade, além de aprimorar a questão estética.

O projeto de arborização urbana envolve a Prefeitura, a Associação Pró-desenvolvimento Languiru (APDL), a Cooperativa Certel, a Câmara de Indústria, Comércio e Serviços (CIC) e o Comitê de Governança. Sendo Teutônia um dos municípios mais quentes do Rio Grande do Sul, viu-se na arborização uma forma de amenizar o calor e trazer mais qualidade de vida à comunidade. Além destes, a comunidade pode se voluntariar para ajudar na causa. A ideia é deixar um projeto pronto em nível de município, no qual constarão os tipos de árvores possíveis para o plantio. Ele poderá ser consultado pela população interessada.

Um dos integrantes da diretoria da APDL e coordenador do projeto, Rudimar Landmeier, conta que foi formada uma equipe técnica, que definiu os locais onde seriam plantadas as primeiras mudas de árvores em uma primeira etapa do projeto, que já era para ter acontecido se não fosse a pandemia. “Há vários anos se fala em mais árvores. A questão é colocar justamente na área urbana, onde o sol bate no concreto o dia todo. Conseguire-

mos diminuir alguns graus da cidade, sem falar que é melhor conviver com verde do que com pedras”, conta Landmeier.

Essa primeira etapa seria realizada como ação simbólica em ruas de cada bairro, e posteriormente, serão plantadas mais mudas. “A ideia é fazer uma demonstração inicial de como ficarão as ruas, e depois, o pedido tem que vir da população, se não fica aquela de ‘você quer me colocar goela abaixo uma árvore na frente da minha casa’”, enaltece ele. Moradores que tiverem interesse em plantar em suas ruas, serão atendidos pelo projeto e orientados assim que concluído. “A arborização de toda a cidade tem que ser do interesse dos moradores. Quem tiver interesse, fique na expectativa. Depois da primavera, imaginamos que possamos fazer a coisa acontecer”, explica.

Conforme Landmeier, mudas não podem ser plantadas em cima de canos de água nem de esgoto, e nisso, entram Certel e APDL. Também é preciso cuidado na escolha das espécies, para que os galhos não conflitem com a fiação elétrica, com a tubulação de água, com veículos que estacionam nem com pedestres que passam pelo passeio público.

Além da diminuição do calor, sombras e embelezamento, as árvores colaboram na redução de ruídos, retêm poeira do tráfego e envolvem o equilíbrio do ecossistema urbano. Por isso, há espécies indicadas para cada tipo de local, como calçadas, parques, jardins e outros, com características diferentes. Após o crescimento das espécies, a poda e a manutenção serão orientadas pela Prefeitura, pois estarão em via pública.

FREEPIK / DIVULGAÇÃO



Os primeiros plantios devem acontecer em diferentes bairros

www.gpsnet.com.br



GPSNetProvedor



GPSNet



INTERNET



TV em HD



FONE FIXO



Wi-Fi

internet **fibra óptica**
transforme sua casa
em uma **central de entretenimento**

R. Erno Dahmer, 610 - Languiru | R. Carlos Arnt, 1367 - Canabarro

Assine pelo 3762 7474, no site, nas redes sociais da GPSNet ou pelo 0800 645 4200

gpsnet
INTERNET DOS GAÚCHOS

ARTIGO
DE OPINIÃO

Geraldo Sandri

Presidente da Emater/RS
e superintendente
geral da AscarAscar, há 65 anos
fortalecendo o
meio rural gaúcho

É impossível lembrar do aniversário da Ascar sem falar do trabalho abnegado e comprometido de tantos extensionistas que fizeram e fazem a história da Assistência Técnica e Extensão Rural e Social (Aters) no Rio Grande do Sul.

Nestes 65 anos, que serão celebrados no próximo dia 2 de junho, terça-feira, muitas ações de melhoria das condições de vida de quem vive no meio rural do nosso Estado foram pensadas, planejadas e realizadas nos mais longínquos rincões.

É histórico que nossos extensionistas chegam a recantos que só nós, da Emater/RS-Ascar, temos acesso. Isso é reflexo da vocação de cada técnico e de cada profissional que se dedica a garantir a produção, por exemplo, de alimentos em qualidade e quantidade que abastecem a nossa população e contribuem com o desenvolvimento econômico e social do nosso Estado.

Não é de hoje que a Ascar, através também da Emater/RS, é referência no país nesse trabalho de impulsionar e fortalecer o meio rural gaúcho.

Fundada em 1955 para garantir crédito às famílias gaúchas que vivem no campo, a Ascar é motivo de orgulho para a história do Rio Grande do Sul, também no incentivo à permanência delas no campo.

Nesse momento em que o mundo está quase paralisado em função da pandemia da Covid-19, manter a produção de alimentos é imprescindível para termos saúde física, social e econômica. Não podemos parar, mas, sim, permitir e buscar meios para que nossos agricultores garantam a circulação desses alimentos, gerando renda para as famílias produtoras e que movimentam a economia de nosso Estado.

O isolamento vai passar e juntos vamos celebrar a vida e o alimento que a sustenta, mas por enquanto aproveitamos esta data de fundação da nossa Ascar para agradecer a cada profissional, pelo empenho e a dedicação, e principalmente a cada agricultor e agricultora, com que nos recebem em suas casas e propriedades e nos permitem tantas trocas de experiências e conhecimentos que só nós, extensionistas, temos a honra de exercer.

Vida longa à Ascar!

REGIÃO ▶ ENERGIA ELÉTRICA

Certel registra aumento
no consumo de energia
durante a pandemia

DANIELA BARONI MARTINS

A Cooperativa de Eletrificação Certel registrou um aumento no consumo de energia elétrica durante este período de pandemia do novo Coronavírus, na sua área de atuação. Comparando janeiro a maio de 2020, em relação ao mesmo período do ano passado, houve crescimento em quase todos os setores. A situação não foi a mesma no restante do país.

Segundo o superintendente da Certel, Ilvo Edgar Poersch, na classe comercial ocorreu um crescimento de 2,4%, na rural de 6,3% e na residencial de 7,6%. “Apenas no setor industrial, equilibramos com 2019, com uma variação negativa pequena de 0,2%”, pontua ele. Em termos gerais, no somatório geral de todos os consumidores, houve um crescimento no consumo de energia de 3,5%.

Poersch ressalta que a cooperativa está surpresa com este resultado positivo. Pois, mostra que, embora a comunidade esteja enfrentando uma

pandemia, a região é muito diferenciada em relação às demais. “Nos orgulha de podermos oferecer esta energia elétrica com qualidade para os nossos consumidores”, comenta.

Os aumentos mais significativos foram registrados nas áreas rurais e residenciais. Na questão das residências, o período de isolamento social pode ter sido o fator determinante. “As pessoas ficaram mais tempo em casa e, por consequência, tiveram que utilizar mais equipamentos eletroeletrônicos, chuveiro ou iluminação. Talvez isso tenha ajudado para que ocorresse este crescimento”, comenta. E a classe rural continuou o abastecimento das indústrias.

O superintendente da Certel ressalta que isso não representa um problema para a cooperativa, pois ela está preparada para atender este crescimento. “Fazemos projetos para que, na hora da necessidade, possa atender a demanda”, pontua ele. “Sempre ocorrem investimentos no intuito de deixar em condições as redes elétricas, para quando existir

um aumento na demanda, possamos oferecer este serviço”, comenta.

Além disso, ele acredita que isso demonstra que a região se manteve em uma estabilidade muito boa, mesmo em meio a pandemia, como não ocorreu em outras regiões. Na região sul, até o mês de abril, por exemplo, comparando os 12 últimos meses, o crescimento foi somente de 0,7%. No Brasil, a demanda cresceu somente 0,1%. “Fica evidente que a nossa região conseguiu se manter dentro da normalidade até o fim de maio”, ressalta.



DIVULGAÇÃO

ILVO EDGAR POERSCH

CRESCIMENTO DE 3,5%
NO CONSUMO DE ENERGIA ELÉTRICA

↳ ÁREA DA CERTEL

(COMPARATIVO JAN A MAI 2019 X JAN A MAI 2020)

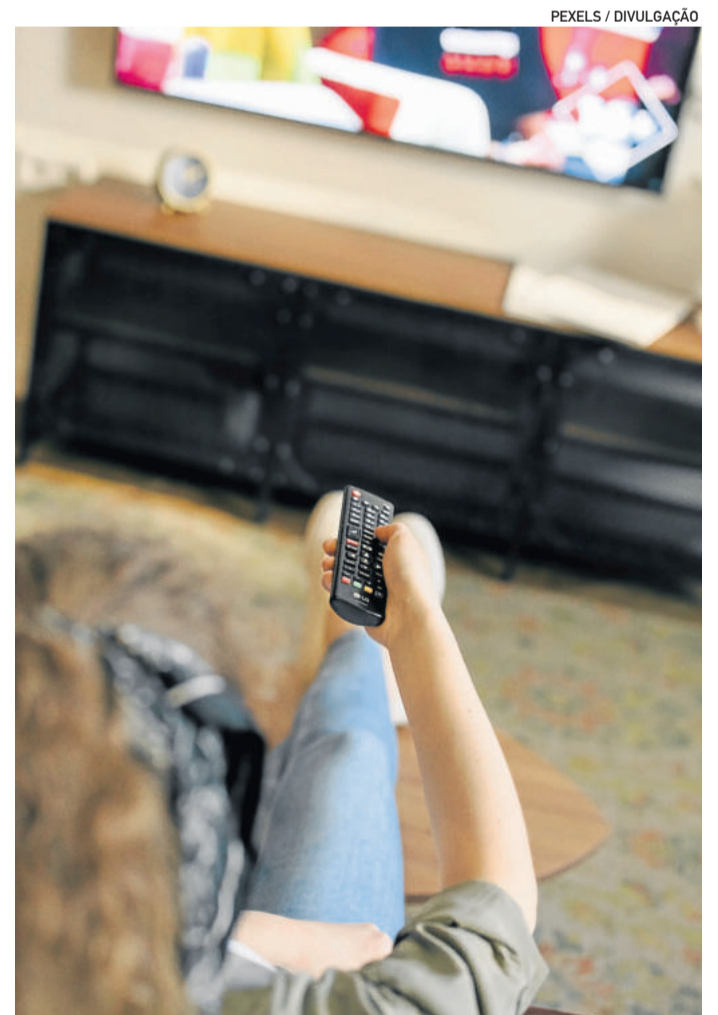
CONSUMO DE ENERGIA ELÉTRICA
NOS ÚLTIMOS 12 MESES

REGIÃO SUL → CRESCIMENTO DE 0,7%

BRASIL → CRESCIMENTO DE 0,2%

INVESTIMENTOS

A Certel está com seu planejamento para este ano em andamento, com revisão de atualização da frota de veículos dos plantões e terminando a rede de 69 mil volts da nova subestação do Costão. Além disso, está sendo reformada toda a rede de Costão até Teutônia, bem como de Costão até Lajeado. Também foi feito o pedido de um transformador de 69 mil volts, um investimento de R\$ 2 milhões, que deve ser instalado na subestação de Teutônia até o início de 2021.



PEXELS / DIVULGAÇÃO

Nas áreas residenciais houve um crescimento de 6,3%

VALE DO TAQUARI ▶ 30 MORTES ATÉ 31 DE MAIO

Final de semana teve registro de seis óbitos por Covid-19 na região

O Hospital Ouro Branco teve ocorrência de suas duas primeiras mortes pelo Coronavírus

JÚLIA CAROLINE GEIB

O Vale do Taquari contabilizou mais seis óbitos por Coronavírus no final de semana, três em Lajeado e três em Paverama. Com isso, a região subiu de 24 (sexta-feira) para 30 (domingo) mortes confirmadas devido à doença. Em Paverama, foram as primeiras mortes registradas na cidade, que já colocam o município como o segundo a contabilizar mais óbitos na região.

A Secretaria de Saúde e Vigilância Epidemiológica de Paverama informou o primeiro falecimento no começo da tarde de sábado (30/05). O paciente, um homem de 87 anos, faleceu na manhã do mesmo dia

no Hospital Ouro Branco, em Teutônia. Esta foi a primeira morte registrada na cidade e também a primeira registrada neste hospital em decorrência do vírus.

No final da noite do sábado, o Município de Paverama informou outros dois óbitos, de mãe e filha, ambas idosas de 76 e 93 anos. Elas faleceram na noite do sábado, uma no Hospital Ouro Branco e outra no Hospital Universitário de Canoas.

Já na manhã de domingo, o Município de Lajeado informou a morte de um homem de 57 anos, lajeadense, em decorrência da Covid-19. Ele estava internado desde o dia 28 de maio na ala Covid do Hospital

Bruno Born, e faleceu às 11h08 da manhã de sábado. No entanto, naquele momento, ele ainda era considerado um caso suspeito de Covid-19. O resultado de seu exame, com diagnóstico positivo, chegou na noite do mesmo dia.

No início da tarde de domingo, o segundo óbito foi notificado, ocorrido durante a manhã. Paciente é um homem de 86 anos, de Lajeado, internado desde 11 de maio. Por fim, no começo da manhã desta segunda-feira (01/06), outro óbito, ocorrido por volta das 22h08 deste domingo, foi notificado pelo Município. A vítima é uma mulher de 79 anos, que estava internada desde o dia 9 de maio.

ESCLARECIMENTO IMPORTANTE

MORRERAM DE COVID-19?

Quando um óbito acompanha um quadro clínico compatível os sintomas da Covid-19 e houver um diagnóstico positivo para a doença, a Covid-19 é citada na primeira parte da Declaração de Óbito, considerada a principal causa. Contudo, quando um paciente diagnosticado com Coronavírus sofre um acidente e vem a óbito, a principal causa pode ser um traumatismo craniano, não sendo o vírus a causa da morte.

É isso que esclareceu a Prefeitura de Lajeado diante de questionamentos sobre a causa da morte de outros pacientes. Conforme esclarecido pelos profissionais do município, quando um paciente com Coronavírus falece, o atestado de óbito deve conter tanto o diagnóstico da doença (Covid-19) como de outras comorbidades.

Na primeira parte do documento são anotados os eventos finais (a última causa) que levaram à morte, ou seja, a doença ou comorbidade que causou o óbito. Abaixo, especifica-se a cadeia de eventos em ordem de antecedência até a causa base da morte. Se a avaliação mais recente do paciente

aponta para sintomas de Covid-19 antes do óbito, essa será considerada a causa.

Em uma segunda parte são informadas as outras condições significativas que contribuíram para a morte, mas que não pertencem à cadeia direta de eventos que resultaram no óbito. Ali constam comorbidades e outras doenças que agravam o estado clínico do paciente, como hipertensão, diabetes, doenças pulmonares, entre outras. Caso um paciente falecer após um traumatismo craniano, e essa for a causa da morte, a Covid-19 será citada na segunda parte do documento, não sendo considerado um óbito por Coronavírus.

ESTADO ▶ PESQUISA DA UFPel

Distanciamento diminui, mas ainda é um dos melhores do país

PALOMA GRIESANG

A pesquisa feita pela Universidade Federal de Pelotas (UFPel) em parceria com o governo do Estado tem como objetivo apontar o cenário de prevalência e disseminação do novo Coronavírus no Rio Grande do Sul. Um estudo pioneiro em todo o mundo. Mas além disso, ele mede também outros fatores relacionados à pandemia. Um deles, o respeito às medidas de distanciamento social. Da primeira etapa até a quarta etapa este número apresentou uma redução.

Na primeira fase, coletada entre 11 e 13 de abril, 21,1%

das pessoas ficavam em casa o tempo todo. Na quarta etapa, coletada entre 23 e 25 de maio, este número era de 14,5%, ou seja, uma redução de 6,6% de pessoas que permaneceram o tempo todo isolado em casa. O número de pessoas que saem apenas para atividades essenciais passou de 58,3% para 54%, queda de 4,3%. E o número de pessoas que sai diariamente foi quem mais cresceu, passando de 20,6% para 31,5%, um acréscimo de 10,9%.

Apesar da queda na taxa de isolamento, o reitor da UFPel, Pedro Hallal, pondera que a oscilação é pequena de

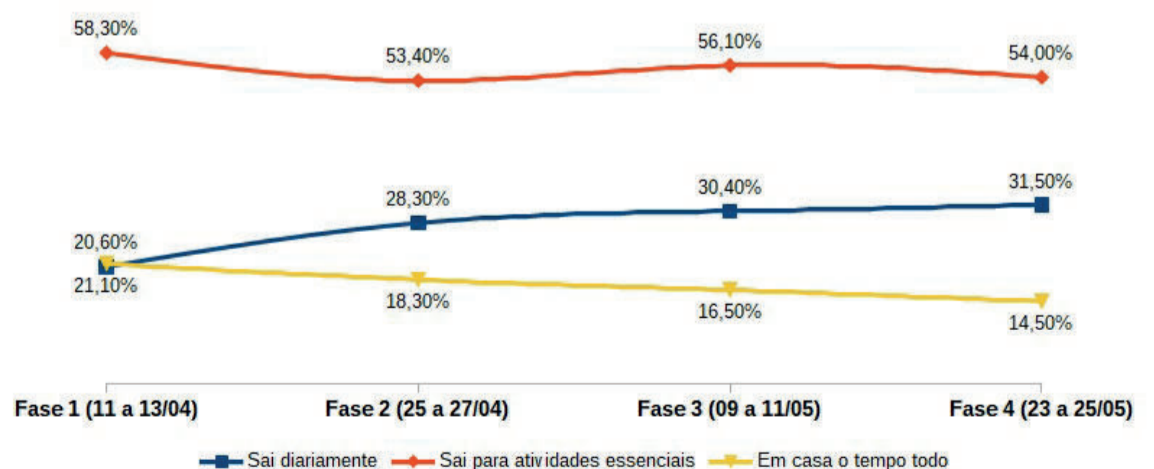
uma etapa para outra. Inclusive, em algumas cidades que estava apresentando grande queda no distanciamento, voltaram a estabilizar este número, que era o caso, por exemplo, de Caxias do Sul.

Considerando o estudo nacional feito pela UFPel, que fez testes em 133 cidades do país, o Rio Grande do Sul ainda apresenta uma das melhores taxas de adesão ao

distanciamento. O Estado aparece em terceiro lugar no ranking de distanciamento feito pela pesquisa, com uma média de 67%, próximo aos 70% considerados ideais.

Distanciamento social no Rio Grande do Sul

Pesquisa da UFPel / Governo do Estado



TEUTÔNIA ▶ DE PORTAS ABERTAS

CFCs retomam aulas, mas sem datas para provas

JÚLIA CAROLINE GEIB

Os Centros de Formação de Condutores (CFCs) retomaram as suas atividades no dia 12 de maio após quase 30 dias com as portas fechadas. Agora, além da possibilidade de regularizar a situação dos condutores, serão retomadas as aulas práticas com prioridade para alunos que tiveram agendamentos cancelados e as aulas teóricas de forma remota (online).

O coordenador do CFC Schneider, Jeferson Juarez Althaus, explica que a retomada acontece de forma gradual, e entre as atividades, ainda falta iniciar as provas teóricas e práticas. Conforme ele, o Departamento Estadual de Trânsito (Detran) está realizando um protocolo de provas, e as teóricas já iniciaram em Porto Alegre. “Se criou algumas rotas pelo estado, mas o Vale do Taquari ainda não foi incluído”, explica. Conforme ele, quando houver

essa retomada, será sempre em grupos menores de pessoas devido a aglomeração.

Conforme a instrutora teórica do CFC Reichert, Liriam Lagemann, o Detran está com número reduzido de examinadores devido à grande quantidade de profissionais do grupo de risco. “São mais de 70 examinadores para atender 274 CFCs do estado, nos quais existe demanda de 95 mil exames práticos no aguardo para serem feitos e 43 mil exames teóricos”, conta ela. A instrutora complementa que o CFC Reichert atende uma média de 35 exames práticos semanais para a categoria B, “e com certeza, esse número vai reduzir um terço”, finaliza.

Liriam comenta que há muita procura para a primeira habilitação nestas duas semanas após a reabertura dos CFCs, e muita gente aguardando para realizar a prova prática. “Não sei como o Detran vai dar a volta para

atender todos os candidatos, mas eles deixam bem claro que não irá prejudicar nenhum candidato nesse sentido”, explica ela.

Para evitar futuras complicações aos condutores, logo após o fechamento dos CFCs, o Conselho Nacional de Trânsito (Contran) determinou a deliberação 185. Conforme Althaus, ela prevê que todos os condutores com CNH vencida a partir de 19 de fevereiro não sejam autuados até o retorno das atividades. Ainda, quem estava com o processo de primeira habilitação em andamento também receberam mais seis meses de prazo para finalizar os protocolos, “então o candidato tem, em vez de 12 meses, 18 meses para concluir a habilitação”, explica. Apesar da retomada das atividades, a deliberação segue ativa até total regularização. Por isso, quem tiver demandas já pode ir aos CFCs se regularizar.



ARQUIVO FP

JEFERSON ALTHAUS



ARQUIVO PESSOAL

LIRIAM LAGEMANN

EXAMES PSICOLÓGICOS E MÉDICO:

DISPONÍVEL TODOS OS DIAS, DE FORMA INDIVIDUAL OU COM DISTANCIAMENTO EM AMBOS OS CFCs

AULA PRÁTICA:

INICIOU EM 01 DE JUNHO NO CFC SCHNEIDER, AGUARDA-SE DEFINIÇÃO DO DETRAN PARA INÍCIO NO CFC REICHERT

AULA TEÓRICA:

INICIOU DIA 02 DE JUNHO EM AMBOS OS CFCs

PROVAS TEÓRICA E PRÁTICA:

AGUARDAM AGENDA DE ATENDIMENTOS DO DETRAN

RETOMADA DAS AULAS

As aulas práticas iniciaram nesta segunda-feira (01/06) no CFC Schneider. Conforme Althaus, os alunos que tiveram aulas canceladas no início da pandemia foram contatados para realizá-las antes dos demais. Contudo, quem ainda não havia encaminhado suas aulas, pode demorar cerca de um mês até ter horário disponível. No CFC Reichert, aguarda-se a definição das datas de provas para reiniciar as aulas práticas, pois muitos alunos aguardam essa decisão. Ainda, a instrutora esclarece que elas iniciarão de forma reduzida, posto que apenas 50% dos instrutores retornaram às atividades.

Já as aulas teóricas serão remotas, online, iniciadas a partir de hoje (02/06) em ambos os CFCs. Althaus explica que o instrutor ministrará a aula na sede do CFC, enquanto os alunos assistirão, simultaneamente, de casa. A presença de cada um deles será por detecção facial. Liriam Lagemann comenta que a procura por estas aulas neste novo molde está bem grande.



DETRAN / DIVULGAÇÃO

Provas irão respeitar roteiro de agendamentos definido pelo Detran em todo o estado



Colégio Teutônia é destaque em atletismo



REGIÃO ▶ ATIVIDADE FÍSICA

Isolamento e rendimento: como a pandemia influencia os atletas

JÚLIA CAROLINE GEIB

Com o cancelamento da Olimpíada de 2020, que seriam realizadas em Tóquio, e também com as medidas de isolamento para o controle da pandemia de Coronavírus, atletas de todo o mundo tiveram que se readaptar para manter a qualidade dos seus treinos e, conseqüentemente, do seu rendimento. Diante dessa mudança, a próxima Olimpíada foi marcada para agosto de 2021, mas causa insegurança em alguns profissionais e atletas.

O profissional de educação física e treinador de atletismo do Colégio Teutônia, Iurquen Roese, explica que os atletas se reorganizaram mantendo o foco nos jogos Olímpicos em 2021. "Acredito que os jogos olímpicos só vão acontecer se os atletas tiverem tempo hábil para se preparar para as olimpíadas", comenta ele. Segundo o professor, a grande maioria ainda não está classificada para os jogos. "Tem toda uma preparação para fazer os índices olímpicos, e como os índices são muito fortes, os atletas precisam estar em condições de competitividade muito alta.

É essa condição que vem preocupando os profissionais da área. Atletas de alto rendimento (que participam das maiores competições esportivas) e atletas de rendimento (que participam de menores competições, regio-

nais) são afetados pela parada nos treinos. Segundo o professor, isso envolve todas as questões de estrutura do atleta, pois eles perdem tanto na qualidade técnica como física. "Não há como comparar um treino no clube, na pista ou na piscina, com um treino adaptado feito a distância. Hoje, a grande maioria dos atletas estão treinando de forma adaptada para não perder a forma física", pois quando os campeonatos voltarem, eles querem que a perda não seja tão grande.

Sobre isso, Roese comenta que as provas de velocidade são de muita explosão e força. "Os atletas, se não conseguirem manter a força, irão perder significativamente a velocidade", explica. Por isso, é preciso trabalhar a força, a pliometria (saltos), exercícios de explosão e os próprios tiros. "Os atletas que não estão conseguindo treinar irão perder rendimento. Se as competições fossem semana que vem, o nível de resultados seria muito abaixo", explica ele.

Por isso, conforme ele, "se o vírus não for controlado e os atletas de todos os países não puderem se preparar de forma adequada para as olimpíadas, daqui a pouco ela pode ser cancelada e haverá jogos olímpicos só em 2024", pois é preciso tempo para preparação, treino e alcançar os índices para classificar os atletas que participarão. "Acredito que os resul-

tados dos jogos olímpicos serão excepcionais, até porque temos um calendário preparado de competições a partir de setembro", comenta.

Alguns atletas, conforme o professor, já possuem índices confirmados para as olimpíadas, mas se ela for cancelada, o índice será anulado. "Ele não vai poder reaproveitar essa marca para uma futura olimpíada em 2024". Contudo, muitas vezes o atleta está no limite de sua idade e não poderá participar em quatro anos. "Era uma chance única na vida dele e ele acaba perdendo isso", lamenta o professor.

EXERCITAR-SE TAMBÉM É IMPORTANTE PARA NÃO ATLETAS

Assim como os atletas profissionais tentam manter seu ritmo de atividades físicas, toda a comunidade é recomendada a praticar também. "A pandemia dificulta a realização de atividades, mas não é interessante deixar de fazer atividades", comenta o professor Iurquen Roese. Por isso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) recomenda que as pessoas façam, pelo menos, 150 minutos de atividade física por semana, ou 75 minutos de atividade intensa, para manter-se saudável de corpo e mente.

Conforme Roese, é importante o acompanhamento profissional que auxilie com o tipo de atividade que se vai iniciar, as cargas e a intensidade. "Muitas vezes, as pessoas querem iniciar uma atividade, começam por conta própria, não fazem da forma correta e acabam não se satisfazendo, tendo desempenho abaixo do que esperam". Isso pode, conforme ele, causar cansaço, dores e até causar lesões, e um profissional orientará a pessoa para iniciar de forma adequada para os seus objetivos.

Atividade moderada: com mais tempo de duração e ritmo tranquilo, como alongamentos, abdominais e caminhadas

Atividade intensa: de rápida execução e pouco tempo de pausa, com saltos, agachamentos, flexões e corrida..



IURQUEN ROESE

Você lê, ouve e acompanha as principais notícias da região



Todas as nossas plataformas em um único lugar

Já disponível na Google Play e na App Store.

Bem-vindo ao App do Grupo Popular



TERÇA, 02 de JUNHO de 2020

ESPORTES

REGIÃO ► COM TODOS OS CUIDADOS

Ciclismo vigora em tempos de pandemia

JÚLIA CAROLINE GEIB

O ciclismo é um dos esportes em que, na técnica, não há muita interação física entre os praticantes. Portanto, é uma das atividades com pouco risco de contágio pela Covid-19 se for comparada a esportes onde se compartilham bolas ou equipamentos, como academias. Mesmo assim, os ciclistas também tiveram que se reinventar em tempos de pandemia.

É isso que enfatiza o profissional de educação física Karli Heller, praticante do ciclismo. Com a pandemia, os ciclistas também tiveram que se reinventar, e conforme Karli, na medida que se alertou para a importância de se praticar atividades físicas, os mesmos retornaram a pedalar, mas com todos os cuidados necessários.

Segundo Heller, após algumas medidas de flexibilização adotadas, os ciclistas voltaram a ativa, não pedalando em grandes grupos ou em locais com trânsito de muitas pessoas, optando por outros horários, rotas e dias, além de utilizarem máscaras. “Tivemos que nos reinventar”. Segundo ele, a bicicleta é um instrumento raramente compartilhado, diferente de bolas e equipamentos de academia.

Uma das façanhas do ciclismo é a possibilidade da contemplação. As paradas para café, alimentação, interação e desfrutar de diferentes lugares foram canceladas para evitar contágios. “Temos uma rota bacana de visitar cidades próximas, em rotas de 30 a 40 quilômetros”, aponta.

O profissional relata que, no início das medidas de distanciamento, no final de março até metade do abril, a situação ficou complicada para o ciclismo. “Quem é mais focado, vai atrás de soluções, como pedalar em casa, mas não é a mesma coisa que estar na rua contemplando paisagens”, conta. Para ele, os atletas do esporte ficaram entre a cruz e a espada. “Por um lado, há recomendações de distanciamento social, e do outro lado, uma necessidade mínima de se manter ativo, justamente para ter a saúde em dia”, relata.

Para Heller, o ciclismo profissional foi impactado tanto quanto outros esportes, desde pequenos eventos, como

passeios ciclísticos, “até eventos regionais, como o MTB Teutônia, que estava previsto para maio e foi adiado”. Ele também destaca grandes eventos de ciclismo, como o Tour de France, Vuelta a España e Giro d'Italia, que pela primeira vez, “tiveram que ser adiados e quase não se conseguiu calendário para que elas acontecessem”, explica.

VANTAGENS DA PRÁTICA DO CICLISMO

Conforme Heller, a prática do ciclismo auxilia no condicionamento geral, na performance cardiovascular, e também ajuda a evitar lesões causadas durante impactos, como na corrida, vôlei e futebol. “Do lado mental, gosto de dizer que a vida de bicicleta passa mais devagar. A medida que se incorpora um estilo de vida voltada ao ciclismo, tu vai se tornando diferente nesse sentido de contemplar as coisas”, explica. Ele relata que ao ir de carro para Poço das Antas, por exemplo, há coisas que não serão contempladas como em comparação a ir de bicicleta. “E isso faz bem para alma, para o interior. É um componente mental que nos transforma em pessoas mais tranquilas”, finaliza.



Em tempos de pandemia, o ciclismo, praticado geralmente em grupo, agora segue medidas de isolamento e proteção

FOTOS: DIVULGAÇÃO



Ciclismo possibilita contemplação de coisas que não se vê de carro