

# Adultos e idosos também são treinados

Uma vez por mês, a Defesa Civil também ensina os adultos a agir em diferentes situações de perigo. O curso básico é ministrado na sede do órgão, na QNM 18 — Área Especial —, e tem duração de uma semana, ou 20 horas para um grupo de até 25 homens e mulheres de todas as idades. A procura para fazer a inscrição e participar das aulas é grande, segundo a coordenadora, Patrícia Lemos. "Em razão da metodologia aplicada, não temos como atender mais que isso", explicou. Ela estima que mais de 100 pessoas estejam na lista de espera. O curso é gratuito, mas os alunos bancam as despesas com o material usado durante as aulas. No encerramento, como os agentes mirins, eles também recebem certificado.

Para este ano, as atividades estão encerradas. Novas turmas devem ser abertas em fevereiro de 2010. O objetivo é aproximar a comunidade da Defesa Civil. "Muitos acabam se tornando voluntários e viram parceiros da gente", diz Patrícia. Embora haja muitas pessoas na fila de espera, as inscrições seguem abertas. Quem estiver interessado pode ligar para o telefone

3901-5812 ou acessar o site [www.defesacivil.df.gov.br](http://www.defesacivil.df.gov.br).

## Melhor idade

Além da preocupação em capacitar pessoas da comunidade para lidar com imprevistos e situações de risco, a Defesa Civil tem atividades de formação físico-ocupacionais e socioculturais. Este mês, foi lançado o projeto Ginástica com saúde para a melhor idade, voltado ao segmento da população com 60 anos ou mais. Durante o curso, os idosos aprendem a cuidar da saúde e assistem a palestras e a cursos na área de Defesa Civil. Com isso, eles passam a compor um quadro de reserva técnica de voluntários da instituição.

Os idosos que participaram dos cursos se tornam aptos a atuar em muitas atividades, como triagem de donativos, campanhas educativas e outras que não exijam grande esforço físico. Ou seja, que respeitem as limitações próprias das pessoas que ultrapassaram a barreira dos 60 anos e se enquadram como o segmento da melhor idade. As aulas para idosos ocorrem às terças e quintas-feiras, das 7h às 8h30.