

## Desporto

# No Bairro da Urmeira o amanhã nasceu de uma barraca

Crianças do bairro dos arredores de Lisboa recebem aulas gratuitas de desportos de combate, mas o “mestre” quer dar mais do que defesa pessoal. Naquela família só pode entrar quem entende as palavras “respeito”, “ética” e “disciplina”

### Reportagem

**Diogo Cardoso Oliveira** Texto  
**Nuno Ferreira Santos** Fotografia

“Queremos tirar os miúdos de onde a gente andou. Tirá-los da má vida. Não queremos fazer o mal, mas fazer o bem, inculcando desporto com respeito e com ética. E ajudar a formar os adultos de amanhã.” Esta frase define aquilo que Júlio César Pereira, “o mestre”, tem feito no Bairro da Urmeira, em Odivelas, zona de condições desfavoráveis, criminalidade, falta de oportunidades e alheamento da modernização urbanística.

Especialista em desportos de combate, este homem de 42 anos, vidraceiro de profissão, dá aulas gratuitas, só para crianças do bairro. O PÚBLICO foi ver o que se passa ali e não é difícil de definir: ali, constrói-se um futuro.

O “mestre” liderou o caminho até onde tudo começou. Irrompemos por ruelas, com uma frase repetida: “Não tenham problemas, que aqui ninguém vos faz mal.” Numa porção de campo em plena cidade, houve pé numa pedra instável, impulso por cima de uma tábua solta e passos sobre um terreno movediço, com ervas altas que tapam a visão. No meio de todo aquele verde, depois de um acesso algo obscuro, lá surgiu a “caverna”, como lhe chamam.

“Fiz isto tudo à mão e até pus o telhado, para não chover. Cheguei a ter 15 miúdos a treinar aqui na barraca”, afiança. Da nossa parte a garantia é que ali, na humilde e pequena caverna, 15 miúdos em actividade física (mais o mestre) são gente a mais – e em condições pouco dignas.

E foi nesse sentido que o UDR Santa Maria se chegou à frente. O projecto social do clube de Odivelas – o mesmo que já tinha lançado uma sala de estudo para as crianças do bairro – encaixava que



nem uma luva no que andava a fazer Júlio César Pereira.

“Tínhamos um espaço que antigamente era um bar do clube. Estava vazio e completamente devoluto. Cedemos o espaço ao Júlio, gratuitamente, com a condição de ser utilização exclusiva para as crianças do bairro. E reforço: para os miúdos do bairro. Há miúdos perdidos e sem nada que fazer e este trabalho do Santa Maria – e sobretudo do Júlio – é para os tirar da rua”, explica Miguel Almeida, presidente do clube.

### “Há quem saia daqui e não tome banho”

Nesse anexo já pintado e em boas condições, propriedade do “Santa”, estavam 12 rapazes, quatro raparigas, dois mestres e um cão. Ali ensina-se uma mistura de várias modalidades: a base do boxe, misturada com *kickboxing* e até algumas noções de jiu-jitsu. Lá, deram-lhes um espaço digno. E um tapete. E luvas. E uma segunda família. Mais do que isso, tentam dar-lhes a mão – e um futuro.

“Ensinamos uma luta pessoal de combate, mas ideia não é andarem a bater nos outros. Queremos é fazê-los crescer para um futuro.

Isto não é só dar socos e pontapés. A ideia é conviverem, agarrarem-se, às vezes aleijarem-se uns aos outros, mas saberem que isso faz parte e que não é de propósito – e aceitarem. O aceitarem o soco é fundamental na ética com que encaram o desporto.”

Durante o treino, era visível o cuidado com que as crianças faziam os exercícios e a passividade com que reagiam às agressões. “Pois, mas antes não era assim. Eles no início levavam o soco e ‘cegavam’”. Havia sempre reacção”, conta Júlio Pereira.

Naqueles 60 minutos, repetidos três vezes na semana, o plano do mestre é simples: inculcar valores: “Este desporto é para ganhar disciplina, respeito, ética e, sobretudo, e ajudar na formação de carácter.”

Se possível, o “mestre” quer ajudar também as crianças a definirem as prioridades. “Alguns não estavam a dar nada na escola, mas, desde que vieram para aqui, já recebi elogios dos pais. Eu não deixo nenhum miúdo com más notas vir cá treinar. E quando andam na rua também não. Eles antes andavam na rua até às duas da manhã. Agora? Agora às dez da noite querem é casa. Mas ainda há



**“Eles no início levavam o soco e ‘cegavam’. Havia sempre reacção”, conta Júlio Pereira**

dias passei de carro por um na rua, já de madrugada, abri o vidro e disse: ‘Menino, amanhã não treinas.’ Ele ainda reclamou, mas não teve hipótese.”

Respeito, disciplina, autocontrolo, boas notas e horários responsáveis. Além de tudo isto, nem a limpeza fica de lado. Num

## Desporto



**O espaço agora utilizado pelo mestre Júlio César Pereira, na Urmeira, para ensinar algumas das crianças que frequentam, de forma gratuita, os treinos de boxe, kickboxing ou jiu-jitsu. Ter boas notas na escola é condição indispensável para poder participar**

ver os pés e ver se tomaram banho. Ninguém treina sem asseio. Também faz parte da disciplina, porque eu sei que há crianças que saem daqui e não vão tomar banho. E por isso é que até vamos fazer um balneário. A lógica será: se vem treinar, traz toalha, champô, chinelos e muda de roupa.”

### Um pagamento em carinho

Tal como as crianças não pagam para receberem os treinos, o mestre não recebe para os dar – pelo menos, não a nível monetário. “Às vezes, vou a um centro comercial e do nada oiço ‘Ó mestre!’ e é alguém a vir ter comigo, todo contente. Esse carinho que eles me dão é o meu pagamento”, diz, emocionado. Nem dois minutos depois de Júlio dizer esta frase, passa uma criança na rua. “Olá, mestre!” “Olá, meu amor. Tudo bem?” Em três segundos, estava feito o pagamento do treino daquele dia.

Mariana e Gonçalo, dois dos alunos, são claros sobre o que estes treinos lhes dão. Mariana, das mais novas do grupo, admite que, se não estivesse ali, “estaria em casa no telemóvel, a ver TikTok”. Gonçalo,

já na pré-adolescência, comenta que “estaria em casa a falar com os amigos ou a não fazer nada”.

Júlio Pereira estipula que uma das preocupações que tem é tornar aquelas crianças mais sociáveis e incutir-lhes um sentimento de pertença – e não é aleatório o que se ouviu a meio do treino, entre dois exercícios.

- O que é que nós somos?
- Família!
- O que é que nós somos?
- Família!

E Gonçalo é mesmo um dos jovens que mais têm sentido o efeito da nova família. “Quando cheguei, não conhecia muita gente e consegui fazer novos amigos a aprender coisas novas. Isso motiva-me. E aprendi a ser mais social”, diz, em auto-avaliação.

Belmira, mãe de Gonçalo, já tinha dito o mesmo, minutos antes, enquanto o filho andava aos socos: “Ele veio para cá por uma questão de socialização e tem crescido muito. Noto que está muito mais crescido, mais sensibilizado e até mais humano.”

E este lado humano é uma dimensão adicional do projecto de Júlio César Pereira, com a mão do UDR Santa Maria. O próprio Marco, o “mestre ajudante” aponta a dimensão mental do dia-a-dia com estas crianças.

“Às vezes, o treino é só dar uma palestra. ‘Toca a sentar, hoje vamos só conversar.’ E assim acabamos por ser um bocado psicólogos também.” E Júlio especifica: “Os pais, que lidam com eles todos os dias, têm mais dificuldades. Nós, que passamos menos tempo com eles, por vezes conseguimos melhor, porque eles abrem-se mais connosco.”

A audácia de querer ir tão longe na formação das crianças e a coragem de lançar tudo isto a partir do nada foram, conta o “mestre”, foco de críticas no bairro – “neste tipo de contexto é sempre assim”, desvaloriza.

E garante que optou sempre por não responder. “Deixei que os miúdos respondessem por mim. Hoje, os netos e filhos de algumas dessas pessoas até andam cá.” Júlio fez precisamente aquilo que pede às crianças que ensina: receberem os golpes, mas não responderem com violência. Mas também têm de saber amparar esses golpes – literal e metaforicamente. E a meio do treino, quando corrigia um aluno que “baixou a guarda”, o “mestre” disparou: “A guarda é a coisa mais importante que têm. Metam isso na cabeça.” Mas talvez o mestre não esteja tão certo assim.

Por estes dias, aquelas crianças têm algo mais importante do que a guarda – é algo que está entre quatro paredes recém-pintadas e sob a forma de aula de combate, de amizade e de lição de vida.



bairro como este, nem sempre os preceitos de higiene pessoal são cumpridos e/ou incutidos na totalidade. Sabendo disso, porque também ali cresceu, Júlio faz questão de não fazer desse pormenor um mero pormenor.

“No início, tinha treinos em que os punha todos alinhados para lhes

**P**  
SUPERIOR  
TALKS



Instituto Superior Técnico & NTT DATA

# A INOVAÇÃO DO BIG DATA E OS LIMITES DA PRIVACIDADE. ESTAREMOS SEGUROS?

A inovação do Big Data e os limites da privacidade. Estaremos seguros?  
Sinopse: Quatro anos depois, o que correu bem e menos bem ou mal no RGPD? Será este regulamento suficiente para proteger a nossa privacidade física e virtual? A inovação tecnológica poderá comprometer os limites definidos pelas leis e regulamentos? Onde começa e acaba a responsabilidade das empresas e dos cidadãos?

## DÁ OUVIDOS A QUEM SABE

### 30 MAI 14H30

Mecenas fundadores:

FIDELIDADE  
SEGUROS DESDE 1888

Porto Editora

MEDIABRANDS

NTT DATA  
Trusted Global Innovator

FUEL Google

Vê aqui o programa

Mecenas educação:

FUNDAÇÃO  
JOSE NEVES

Mecenas empresas:

Bial  
Keeping life  
in mind.

