

# Village Life



MONDAY 12 SEPTEMBER 2016 - ISSUE 7 | SEGUNDA-FEIRA 12 DE SETEMBRO DE 2016 - EDIÇÃO 7

Ness Murby, athletics, Canada

## An athlete's best friend O melhor amigo do atleta

4 & 5

Stand alone: the responsibility of athletes from debuting countries

Únicos: a responsabilidade de atletas dos países estreantes

8

Record crowd at the Games

Recorde de público nos Jogos



# Marina da Glória



## Land ahoy!

Ancestors of today's sailors, Portuguese navigators arrived in Guanabara Bay for the first time in 1502, when Rio was inhabited by the Tamoio and Tupinambá Indian tribes. In 1555, the French invaded the bay, but were expelled by the Portuguese in 1563. To protect the city, several forts were built along the bay.

## Terra à vista!

Antepassados dos atuais velejadores, os navegantes portugueses chegaram na Baía de Guanabara pela primeira vez em 1502, quando o Rio era habitado por índios tamoios e tupinambás. Em 1555, franceses invadiram a baía, mas foram expulsos pelos portugueses em 1563. Para proteger a cidade, vários fortes foram construídos na baía.

The sailing events start today (from 1.00pm, keelboat – teams and individual), in the stunning Marina da Glória, in the Copacabana zone. To host the competition, the site has been extended, and modernised. A new pavilion was built and below there is a leisure area, with restaurants, a cycle lane, nautical shops and sailing and diving courses. In addition, the new piers are integrated into the design of Flamengo Park, the biggest in the city. Previously restricted to the owners of vessels, the pavement which borders the sea is now open to all.

The regattas will take place in Guanabara Bay, where competitors will have a jaw-dropping view of the mountains of Rio, Christ the Redeemer and Sugarloaf Mountain.

## Competition

Designed for athletes with a visual and/or physical impairment, Paralympic sailing uses a functional classification system which considers aspects relative to body stability, based on the functionality of the hands, the degree of preserved mobility and aspects related to size of the field of vision and levels of acute vision.

Começam hoje as provas de vela (a partir das 13h, barco quilha fixa – dupla e individual) na belíssima Marina da Glória, que fica na região de Copacabana. Para receber a competição, o local foi ampliado e modernizado. Um novo pavilhão foi erguido, e abaixo dele há uma área de lazer, com restaurantes, ciclovia, lojas náuticas e cursos de vela e de mergulho. Além disso, os novos píeres são integrados ao desenho do Parque do Flamengo, o maior da cidade. Antes restrito aos donos de embarcações, o calçadão que margeia o mar agora é aberto ao público.

As regatas vão ocorrer na Baía de Guanabara, de onde os competidores terão uma visão privilegiada das montanhas do Rio, Cristo Redentor e Pão de Açúcar.

## Competição

Destinada a atletas com deficiência visual e/ou física, a vela Paralímpica usa um sistema de classificação funcional que considera aspectos relativos à estabilidade corporal, com base na funcionalidade das mãos, no grau de mobilidade preservado e nos aspectos relacionados à amplitude do campo de visão e aos níveis de acuidade visual.

# Lovely guide

Walking around the Paralympic Village gives you an idea of the wide variety of characters who have descended on the *Cidade Maravilhosa* for the Rio 2016 Games. But arguably none have won the hearts of their fellow residents quite as much as loveable guide dog Lexington, who partners Canada's discus and javelin athlete Ness Murby. And one thing that has struck Ness in particular is the attitude of the Brazilian people in embracing the Paralympic Movement.

"The people are amazing. There's a real sincerity and interest about what we are doing. There's genuine pride," Ness said. The athlete also heaped praise on accessibility levels in the host city. "People know about guide dogs and it takes away a lot of the stress. There are accessibility laws in place and para-athletes in Brazil get recognition," she added.

With regards to the handsome and attentive Lexington, the canine has clocked up his fair share of air miles as he travels around the globe in partnership with the athlete. "The only place he hasn't been [with me] is Dubai for training camps. He has been to the UK, Australia, all over the globe. What was really helpful was that Rio 2016 sent out information on how to bring your dog," Ness said.

And he has become a lucky charm for the entire Canadian delegation. "In the apartments when he's not working, others come to tickle his belly for luck," Ness jokes.

## Adorável guia

Andar pela Vila Paralímpica dá uma ideia da variedade de personagens que desembarcaram na Cidade Maravilhosa para os Jogos Rio 2016. No entanto,

talvez nenhum deles tenha conquistado tanto os corações dos residentes quanto o adorável cão guia Lexington, parceiro da atleta canadense de arremesso de disco e dardo Ness Murby. E o que impressionou Ness em particular foi a postura de aceitação dos brasileiros com relação ao Movimento Paralímpico.

"As pessoas são incríveis. Há interesse e sinceridade reais em relação ao que estamos fazendo. Há um orgulho genuíno", afirmou Ness. A atleta também elogiou os níveis de acessibilidade na cidade-sede. "As pessoas sabem o que são os cães-guia, e isso tira muito da pressão. Há leis de acessibilidade em vigor e os para-atletas são reconhecidos no Brasil", acrescentou.

Com relação ao belo e atencioso Lexington, o cãozinho já acumulou uma quantidade razoável de milhas rodando o mundo com a atleta.

"O único lugar que ele não visitou [comigo] foram os campos de treinamento em Dubai. Ela já conheceu o Reino Unido, a Austrália, o mundo todo. O que me ajudou muito foi o Rio 2016 ter enviado informações sobre como trazer o cão guia", explicou. E ele se tornou um amuleto da sorte para toda a delegação canadense.

"Nos apartamentos, quando ele não está trabalhando, as pessoas vêm e fazem carinho na barriga dele para dar sorte", brincou Ness.

Please take note with guide dogs you may see around the Village: when the harness is on, it means the dog is working. Please do not touch or distract the dog.

Fique atento quando avistar cães-guia na Vila: sempre que estiverem com arreio, isto quer dizer que ele está trabalhando. Por favor, não toque ou distraia o animal.



# The one and only

**Representing your country in anything is a huge honour. At a sporting mega-event, it's even more special. So, imagine when your nation is making its debut? If that doesn't seem enough, add the fact that you are the only – among 4,000 athletes – to defend the colours of your country: "It's very cool. The feeling is unique," said Fahran Adawe, a Somalian athlete at Rio 2016.**

At just 19 years of age, he competes in the 100m T52 (for wheelchair users) and decided to become an athlete four years ago after watching an edition of the Paralympic Games: "It was very exciting to see all those people with an impairment and what they were capable of doing." Upon describing what went through his head when he saw the London 2012 competitions on television, he remembers what he thought: "They are fantastic, I want to be like that too."

With this motivation, Adawe looked for a club to train in Torino, Italy, where he has lived since he was six. He explains that the support of family members and friends was vital on his

journey: "They helped me a lot." For the athlete, who was born with congenital arthrogyriposis, the fact he was not bullied during his childhood also helped: "All saw my difficulties and always helped me, supported me," he said.

A fan of Usain Bolt, he dreams of one day performing just as well as his idol. The start was promising: Adawe was the ninth best in the qualifiers and was out of the final of his event by just eight hundredths of a second. Discouraged? Not a chance. The athlete knows that there's still room to improve, after all he has the colours of a whole country to represent worldwide. "Training is daily and a sacrifice, but it's worth it."

## Primeiro e único

Representar o próprio país em qualquer situação já é uma grande honra. Em um megaevento esportivo, soa ainda mais especial. Imagina quando sua nação está estreando? Se não pareceu o bastante, some o fato de ser o único – entre mais de 4 mil atletas – a defender as cores do seu país: "É muito legal. A sensação é única", conta Fahran Adawe, esportista da Somália no Rio 2016.

Com apenas 19 anos, ele compete nos 100m T52 (para cadeirantes) e decidiu que se



Village People

© Rio 2016 / Thelma Vidales

tornaria um atleta há quatro anos ao assistir a uma edição dos Jogos Paralímpicos: "Foi muito emocionante ver o que todas aquelas pessoas com deficiência eram capazes de fazer". Ao contar o que se passava pela sua cabeça quando viu as competições de Londres 2012 pela televisão, ele lembra de ter pensado: "Eles são fantásticos, quero ser assim também".

Com essa motivação, Adawe procurou um clube para treinar em Torino, na Itália, onde mora desde os 6 anos de idade. Ele conta que o apoio dos familiares e dos amigos foi fundamental na trajetória: "Eles me ajudaram muito". Para o atleta, que nasceu

com artrogripose congênita, contou muito também o fato de não ter sofrido bullying na infância: "Todos viam minhas dificuldades e sempre me ajudaram, me apoiaram", diz.

Fã de Usain Bolt, ele sonha um dia desempenhar tão bem quanto o ídolo. O começo foi promissor: Adawe fez o 9º melhor tempo das eliminatórias e ficou de fora da final de sua prova por apenas oito centésimos. Desânimo? Nada disso. O atleta sabe que ainda pode melhorar, afinal tem as cores de um país inteiro para representar mundo afora. "Os treinos são diários e sacrificantes, mas valem a pena."

## As well as Somalia, five other countries are making their Paralympic debut in Rio de Janeiro. In addition to the first appearance, all have one more thing in common: they brought just one athlete for the event. See who they are below:

Assim como a Somália, outros cinco países fazem no Rio de Janeiro a estreia em Jogos Paralímpicos. Além do debute, todos têm mais uma semelhança: trouxeram apenas um atleta para as competições. Conheça abaixo quem são:



### Alex Anjos

São Tomé and Príncipe, athletics |  
São Tomé e Príncipe, atletismo

A fan of Usain Bolt, the 25-year-old athlete competes in two events:

100m and 400m T47. Despite it being his first time at the Games, he is aiming high: he wants to take a Paralympic medal home.

Fã de Usain Bolt, o atleta de 25 anos compete em duas provas: 100m e 400m T47. Apesar de estar pela primeira vez nos Jogos, mira alto: quer ganhar levar uma medalha Paralímpica para casa.



### Aliou Bawa

Togo, powerlifting | Togo, halterofilismo

Aliou Bawa is, you could say, cut from a different cloth: the powerlifter, who had poliomyelitis as a child, is a hairdresser

and football fan. His idols are the football players Emmanuel Adebayor, Cristiano Ronaldo and Neymar.

Aliou Bawa é daquelas peças que pode se chamar de inusitadas: o halterofilista, que teve poliomelite na infância, é cabelereiro e fã de futebol. Seus ídolos são os jogadores Emmanuel Adebayor, Cristiano Ronaldo e Neymar.



### Bardy Chris Bouessa

Congo, athletics | Congo, atletismo

The 19-year-old finished in 15th place in the F44 javelin class and will also compete in the discus.

O jovem de 19 anos ficou em 15º no lançamento de dardo da classe F44 e ainda tem a disputa do lançamento de disco pela frente.



### Jesus Marchena Acevedo

Aruba, swimming | Aruba, natação

“Water makes me feel free of my impairment,” said Jesus Marchena Acevedo before the start of the

Games. The swimmer in the S4 class has already competed in the 50m freestyle and returns to the pool this Friday (16 September), in the 100m.

“A água me faz sentir livre da minha deficiência”, disse Jesus Marchena Acevedo antes do início dos Jogos. O nadador da classe S4 já competiu nos 50m e volta à piscina na sexta (16) para os 100m.



### Taonere Banda

Malawi, athletics | Maláui, atletismo

The only woman to represent a debuting country at the Rio 2016 Games, the athlete with a visual

impairment only missed out on London 2012 by a whisper: despite having qualified, Malawi did not have sufficient finances to send the athlete.

Única mulher a representar um país estreante nos Jogos Rio 2016, Taonere, que tem deficiência visual, por pouco não participou dos Jogos Londres 2012: apesar de classificada, o Maláui não conseguiu financiamento suficiente para bancar a participação da atleta.

# Take the bus



The transport system at the Athletes' Village underwent special preparations for the Paralympic Games. Inside the Village, eight low-floor, more accessible buses circulate 24 hours per day. Drivers also undertook special training to operate the vehicles and accessibility ramps. To understand better the routine of wheelchair users, this preparation included being transported by bus while using a wheelchair.

"The transport works perfectly, whether inside the Village or the transport mall. I like walking around here a lot, but on hot days, or at meal times, I prefer to go by bus. It's quick and practical," said Argentine rowing athlete Marianna Gallo.

At the transport mall, buses also don't stop circulating – there can be up to 600 trips in a day. "Rush hours", the peak times of the coming and going of athletes and vehicles, are early morning and late afternoon. From there, athletes can take the bus to training centres and their competitions. Those watching the Games should also leave there – circular buses for the Olympic Park leave from platform D32.

## Vá de ônibus

O sistema de transporte na Vila dos Atletas teve um preparo especial para os Jogos Paralímpicos. Dentro da vila, circulam 24 horas por dia oito ônibus de piso baixo, mais acessíveis. Os motoristas também receberam um treinamento para operar os veículos e as rampas de acessibilidade. Para entender melhor a rotina dos cadeirantes, essa preparação incluiu serem transportados de ônibus usando cadeiras de rodas.

"O transporte funciona perfeitamente, seja aqui dentro da Vila ou no Transport Mall. Eu até gosto bastante de andar por aí, mas em dias muito quentes, ou na hora das refeições, prefiro ir de ônibus. É rápido e prático", elogia a atleta argentina do remo Mariana Gallo.

No Transport Mall, os ônibus também não param de circular – o fluxo de pode chegar a 600 viagens em um dia. As "horas do rush", auges do vai e vem de atletas e veículos, são no começo da manhã e no fim da tarde. De lá, os atletas podem pegar os ônibus para os centros de treinamento e suas competições. Quem for assistir aos Jogos também deve sair de lá – ônibus circulares para o Parque Olímpico saem da plataforma D32.

# Pão de Açúcar

## and a stroll around Urca

One of the must-see tourist stops for those visiting Rio is the centennial Pão de Açúcar cable car. Built in 1912, the famous lift is in Urca and goes up and down the mountain regularly, taking tourists and passengers for a birds-eye view of Rio.

With an elevator, ramp, wheelchair stair climber and tactile flooring, the carriage departs from Praia Vermelha and makes two stops: in the hills of Urca and Pão de Açúcar itself. At both, you can disembark to take photos and take advantage of the gift shops, restaurants and cafés.

From the top, you will be able to appreciate the stunning landscape that includes beaches, Lagoa Rodrigo de Freitas, Christ the Redeemer, Botafogo cove and the hills of Tijuca and Corcovado.

After taking in the view from Pão de Açúcar, one

suggestion to lengthen your trip is to take a dip in the calm waters of Praia Vermelha, less busy than other *zona sul* beaches, but just as charming.

To round off your day, don't miss out on the delicious prawn pastel at the wall of Bar Urca, which looks out over Guanabara Bay. The best view is at sunset. You will leave feeling like a true *carioca*!

### Bondinho do Pão de Açúcar e um passeio pela Urca

Um dos pontos obrigatórios para quem visita o Rio é o centenário Bondinho do Pão de Açúcar. Construído em 1912, o famoso teleférico fica na Urca e faz viagens regulares, levando o passageiro para ver o Rio do alto.

Com elevador, rampa, escador e piso tátil, o bondinho parte da Praia Vermelha e faz duas paradas: no alto dos morros

da Urca e no Pão de Açúcar. Em ambas, há possibilidade de desembarcar para fazer fotos e para aproveitar o espaço com lojas, restaurantes e cafés.

Do alto, aprecie a paisagem única, que inclui praias,

Lagoa Rodrigo de Freitas, Cristo Redentor, enseada de Botafogo e maciços da Tijuca e Corcovado.

Finda a visita ao Pão de Açúcar, a sugestão é incrementar o passeio com um mergulho nas águas calmas da Praia Vermelha, menos frequentada que o resto da orla da Zona Sul carioca, mas igualmente charmosa.

Para encerrar o passeio, não deixe de provar um delicioso pastel de camarão na mureta do Bar Urca, que se debruça sobre a Baía de Guanabara. De preferência, durante o pôdo-sol. Você vai sair de lá com a sensação de ser um autêntico carioca!



### Service

#### CABLE CAR

Price: adults (R\$76); children under six years of age (free of charge); children from 6-12 (R\$38); 13-21 years of age (R\$38)

Opening hours: 8.30am – 7.30pm

Address: end of Avenida Pasteur, Praia Vermelha (Urca)

Contact: +55 21 2546-8433  
[www.bondinho.com.br](http://www.bondinho.com.br)

#### BAR URCA

Address: Rua Cândido Gaffrée, 205

Contact: +55 21 2295-8744  
[www.barurca.com.br](http://www.barurca.com.br)

Opening hours: Monday – Friday, 6.30am – 11.00pm; Saturday, 8.00am – 11.00pm; Sunday, 8.00am – 8.00pm

### Serviço

#### BONDINHO

Preços: adultos (R\$ 76); crianças menores de 6 anos (grátis); crianças de 6 a 12 anos (R\$ 38); jovens de 13 a 21 anos (R\$ 38)

Horário: Das 8h30 às 19h30

Endereço: final da Avenida Pasteur, na Praia Vermelha (Urca)

Contato: 2546-8433  
[www.bondinho.com.br](http://www.bondinho.com.br)

#### BAR URCA

Endereço: Rua Cândido Gaffrée, 205

Contato: 2295-8744  
[www.barurca.com.br](http://www.barurca.com.br)

Horário: De segunda a sexta, das 6h30 às 23h; sábado, das 8h às 23h; domingo, das 8h às 20h



# The best number

Records morning, noon and night. The routine of the Paralympic Games has been marked by the breaking of records. In all sports, athletes commemorate the improvement of their efforts!

To celebrate so many records there's nothing better than celebrating another... record! Last weekend, the Olympic Park welcomed the biggest crowd for the Games! Tens of thousands of people filled the arenas to witness the excitement of the competitions.

On Saturday, 167,000 filled the park, beating the record for the busiest day during the Olympic Games on 6 August!

## A melhor marca

Recorde de manhã, à tarde e à noite. A rotina dos Jogos Paralímpicos tem sido marcada pela superação de marcas. Em todos os esportes, os atletas comemoram a melhora de seus rendimentos!

Para celebrar tantos recordes nada melhor que um outro... recorde! No último fim de semana, o Parque Olímpico recebeu o maior público dos Jogos! Milhares de pessoas lotaram as arenas para experimentar a emoção das competições.

No sábado, a movimentação foi de 167 mil pessoas, superando o dia mais movimentado dos Jogos Olímpicos, 6 de agosto!

## Did you know?

Two little-known sports could be seen up close by spectators who have been to the Olympic Park in the last few days: boccia and sitting volleyball. Both continue their contests today, with sessions that will see medals won! Check out a few trivia facts:

**Boccia** - There are records of the sport being practised, with stone balls, before Christ. Players must throw coloured balls as close as possible to a white ball, called a jack. The winner is the competitor who throws the largest number of balls closest to the target. The version for athletes with an impairment was created during the 1970s. Skill and intelligence are vital. Boccia is a sport exclusive to the Paralympic Games, and made its debut at Los Angeles 1984. Currently, the ball is

made of sand and covered with plush. They are coloured blue and red.

**Sitting volleyball** - Is a combination of traditional volleyball and *sitzball*, a sport without a net created in Germany for people with walking difficulties. From the merging of the two disciplines, in 1956 sitting volleyball was born. The rules are fundamentally the same as volleyball and the pace of matches is frenetic. When it debuted at the Games, at Arnhem 1980, the standing discipline was also part of the Paralympic programme. Since Athens 2004, Paralympic volleyball has only been contested by seated athletes. Athletes with amputations, cerebral palsy, spinal cord injuries and people with other kinds of locomotor impairments may compete. One of the main rules is: athletes cannot hit the ball without being in contact with the floor.

## Você sabia?

Dois esportes pouco conhecidos puderam ser vistos de perto pelos espectadores que foram ao Parque Olímpico nos últimos dias: a bocha e o voleibol sentado. Ambos seguem em disputa hoje, com sessões que terão entrega de medalha! Confira algumas curiosidades:

**Bocha** - Há registros da prática do esporte, com bolas feitas de pedra, de antes de Cristo. Os jogadores devem arremessar esferas coloridas o mais perto possível de uma bola branca, chamada de *jack*. Vence quem acumular o maior número de esferas próximas ao alvo. A versão para atletas com deficiência foi criada na década de 1970. A habilidade e a inteligência são fundamentais nas jogadas. A bocha é um esporte exclusivo dos Jogos Paralímpicos, nos quais estreou em Los

Angeles 1984. Atualmente a bola é feita de areia com revestimento de pelica (azul e vermelho).

**Vôlei sentado** - É uma mistura do vôlei convencional e o do *sitzball*, esporte sem rede criado na Alemanha para pessoas com dificuldades de locomoção. Da união das duas modalidades, em 1956 surgiu o vôlei sentado. As regras são basicamente as mesmas do vôlei. O ritmo das partidas é frenético. Quando estreou nos Jogos, em Arnhem 1980, a modalidade em pé também fazia parte do programa Paralímpico. A partir de Atenas 2004, o vôlei Paralímpico passou a ser disputado apenas por atletas sentados. Podem competir no esporte jogadores amputados, paralisados cerebrais, lesionados na coluna vertebral e pessoas com outros tipos de deficiência locomotora. Uma das regras principais é: os atletas não podem bater na bola sem estar em contato com o solo.

WORLDWIDE PARALYMPIC PARTNERS

Atos Panasonic SAMSUNG VISA

OFFICIAL SPONSORS

Bradesco Bradesco Seguros Coca-Cola Correios NET Claro Embratel GE Loterias CAIXA NISSAN OMEGA PETROBRAS P&G