

Mãe diz que filho especial renasceu através das oficinas de cultura



Pedro Paulo Paiva Paca, 26 anos, é portador de necessidades especiais. Com dificuldade de aprendizagem, não aprendeu a ler nem escrever. A mãe, Lúcia Rodrigues Paiva, sempre procurou escola para abrigar o filho, mas não teve sucesso. Quando soube das oficinas do Programa Cultura de

Direitos desconfiou que poderia ser o caminho para a evolução do filho. Acertou.

“Ele começou na capoeira. A amizade e interação com outras crianças e adolescentes o ajudaram muito. Ele ficou mais comunicativo e carinhoso com a

família e vizinhos. Mas foi na Horta que ele realmente progrediu em tudo, graças à atenção e à orientação dos professores. A dedicação com o plantio e colheita é impressionante”, comenta Lúcia.

Antes das oficinas, Pedro ficava isolado em casa, assistindo tevê, sem interagir com crianças ou adolescentes. Não saía para a rua nem aceitava convites para passear. Com a evolução na aprendizagem, pediu para ser matriculado nas oficinas de Teclado e Mídias Sociais. A desenvoltura nas aulas de piano chama a atenção dos professores.

“Ele assimila rápido e tem sensibilidade para desenvolver tudo o que aprende no piano. Fiquei muito emocionada quando presenciei ele tocando. Até nas aulas de Mídias Sociais, ele assimila rápido as ferramentas e o conhecimento das redes sociais. Ele acorda cedo e pede para ir logo para a aula. Meu filho renasceu com essas oficinas”, disse Lúcia, emocionada.

Horta caseira vira exemplo para vizinhos e orgulho de mãe

Maria da Conceição Oliveira, 51 anos, já tinha até planejado aproveitar parte de seu quintal para fazer uma horta, quando soube da oficina no Polo de Bambuí. Pensou rápido e matriculou os filhos Kayky Victor Oliveira de Souza, de 15 anos, e Kaio Octávio Oliveira da Silva, de 8 anos.

“Ele plantou banana e tomate no vizinho e acompanhou todo o ciclo até a colheita. O primeiro cacho de banana foi uma festa. Foi nesse dia que o caçula deixou um pouco de ser marrento e passou a se dedicar mais à horta”, brinca. “Sem falar no coqueiro que está pegando forma”, comenta Maria da Conceição.



O orgulho de ver os filhos na horta não é maior do que o alívio que ela sente. Maria da Conceição explicou que antes das oficinas do Programa Cultura de Direitos, ela se preocupava mais com o dia a dia dos filhos.

“Eles ficavam muito tempo ociosos, na rua e na Internet. Agora, com a horta e a capoeira, eles ficam mais ocupados. Quero muito que façam outras oficinas. Mídias sociais, percussão, instrumento musical. São cursos importantes e que eles podem levar o conhecimento para o futuro. Tudo isso de graça e com ótimos professores”, frisa.



Seminário Estratégico avalia gestão e divulga projetos

Pág. 4



Aluna comemora fim da depressão e maior interação na sociedade

Pág. 7



Cultivo de plantas empolga as crianças no curso de Horta

Pág. 3



Hidroginástica oferece melhor qualidade de vida aos alunos



Selma Rodrigues Pinto, 65 anos, vivia reclamando de dores na coluna. O problema a incomodava havia três anos. Quando soube das aulas de hidroginástica, no Polo de Bambuí, bem perto de sua casa, ela não pensou duas vezes e fez a matrícula.

“Era tudo o que eu precisava. Já tinha consultado um médico, que me orientou a fazer natação. Mas hidroginástica é muito melhor. Sem falar que você interage mais com os alunos e o professor durante as aulas. Em uma semana já estava livre das dores na coluna”, comenta.

O professor de Educação Física Cláudio Soares ressalta que muitos idosos

procuram a hidroginástica para aumentarem a força muscular.

“Além disso, ela é altamente recomendável para quem apresenta outros tipos de limitação que interferem na coordenação motora, como vertigens

”**“Era tudo o que eu precisava. Já tinha consultado um médico, que me orientou a fazer natação.”**”

ou déficit de equilíbrio físico, por exemplo. Também auxilia quem está

com sobrepeso ou apresenta quadros delicados de hipertensão e cuidados relativos ao coração”, explica Cláudio Soares.

Selma acrescenta que sua autoestima melhorou com as aulas de hidroginástica. Segundo ela, a falta de atividade e contatos no dia a dia a deixava desanimada.

“Meu marido trabalha o dia inteiro e eu não tinha muito contato com outras pessoas durante o dia. Ficava sozinha e não estava bem com isso. Com as aulas de hidroginástica, a relação com outras pessoas me ajudou a elevar minha autoestima. Sou muito grata por isso”, avalia Selma Rodrigues.

Aluna comemora fim da depressão e maior interação na sociedade



Iracema da Costa Sá, 59 anos, sofria de depressão. A solidão do dia a dia e as dores na perna afetavam sua autoestima. A dica de uma amiga para fazer hidroginástica, no Polo de Bambuí, começou a mudar sua vida. O objetivo era preencher o seu tempo e interagir mais com as pessoas.

Segundo o ortopedista João Paulo Nunes, a água morna pode diminuir o estresse, melhorando assim o humor e ainda reduzindo a possibilidade de depressão.

“A grande vantagem da hidroginástica é que ela pode ser praticada por pessoas de todas as idades, isto porque as possibilidades de desenvolver algum tipo de lesão são mínimas, sobretudo quando a comparamos com os exercícios realizados no solo”, explica o médico.

“Eu não fazia atividade física e isso gerava dores, principalmente nas pernas. Com a hidroginástica, não sinto mais dor e estou de bem com a vida. Consegui novas amigas e até a minha

”**“Estou pensando em me matricular no curso de canto e percussão. São turmas formadas por crianças, jovens e adultos. Esta interação faz bem a qualquer pessoa”**”

relação com as pessoas melhorou. Os professores são muito atenciosos e

procuram conversar com quem tem problemas psicológicos ou até mesmo depressão”, conta Iracema da Costa.

Com a depressão superada, Iracema já pensa em fazer outras oficinas do Programa Cultura de Direitos, que oferece ainda capoeira, música, instrumentos de corda, sopro, percussão, canto, coral, mídias sociais e audiovisual.

“Estou pensando em me matricular no curso de canto e percussão. São turmas formadas por crianças, jovens e adultos. Esta interação faz bem a qualquer pessoa. Sem falar na diversidade cultural, que é importante na evolução de qualquer um. Quem investe na diversidade, aposta na inovação e cresce mais rapidamente”, conclui.

EXPEDIENTE:

Jornal Programa Cultura de Direitos - uma publicação da Secretaria de Participação Social, Direitos Humanos e Mulher e da Casa da Cultura Centro de Formação Artística e Cultural da Baixada Fluminense/ CNPJ 36.446.029/0001-49./ Termo de Colaboração nº 01/2018./ Endereço da Sede do Programa: Rua Pereira Neves, 247, Centro, Maricá - Jornalista: Marcos Galvão RP: 17.356-RJ \ Textos: Edir Lima 17.515 JP / Assessor de Comunicação: Sergio Henrique/ Diagramador: Alexandre Campos/ Colaborador: Rodrigo Nogueira e Silva/ Fotografia: arquivos do programa e da secretaria / Impressão: Marcia Marques da Silva M.E. / CNPJ 08.473.387/0001-05/ Rua Carlos Vianna, 401, Lojas 02 e 03, Rio das Ostras, CEP 28.893-464/ Inscrição Estadual 78220554 Tiragem 50.000 (cinquenta mil).

Dona de casa comemora benefícios dos exercícios na água e pretende se matricular em outras oficinas



A oficina de hidroginástica foi a solução encontrada pela dona de casa Maria de Fátima Dias Rodrigues Soares, 66 anos, para curar as dores que sentia pelo corpo nos últimos cinco anos. Agora, pensa em fazer outros cursos do Programa Cultura de Direitos. As oficinas de coral e percussão estão entre as preferidas.

“Vivia com dor na coluna e nas pernas. Com duas semanas de hidroginástica, sou outra pessoa. Não perco uma aula e estou melhor a cada semana. Quero muito fazer outros cursos para ocupar o meu tempo e melhorar ainda mais a autoestima e aumentar o meu conhecimento. Os professores são ótimos”, comenta.

A aluna destaca a hidroginástica como a melhor atividade para a população de terceira idade do município.

“**Vivia com dor na coluna e nas pernas. Com duas semanas de hidroginástica, sou outra pessoa. Não perco uma aula e estou melhor a cada semana.**”

“Não é à toa que a atividade está entre as

mais recomendadas para a terceira idade, um grupo que não pode se dar ao luxo de sofrer uma lesão. Não há contraindicações e, por conta de reduzir o impacto nas articulações, é para muitas pessoas a atividade de condicionamento mais segura que existe”, analisa.

As aulas da oficina de Horta chamaram a atenção de Maria de Fátima. Ela vai matricular os netos na próxima turma.

“As aulas são uma terapia, além de valorizar o cultivo das plantas e dos legumes. São conhecimentos muito mais importantes do que ficar na rua ou no celular. Os professores são de alto nível e ainda vigiam o comportamento dos alunos, corrigindo quem não se comporta adequadamente”, elogia.

Programa Cultura de Direitos atenderá mais de 20 mil famílias em 2020

Uma boa notícia que pode ser comparada até a um presente de Natal para a população de Maricá foi anunciada no Seminário Estratégico realizado recentemente. O Programa Cultura de Direitos planeja dobrar o número de polos e atender cerca de vinte mil famílias até maio 2020, indo além das oficinas e atendendo às famílias como um todo.

Para isso, será necessária uma ampliação do número de agentes do Comitê de Defesa dos Bairros (CDB). Em 2020, o programa contará com 350 agentes espalhados pelos 70 bairros dos quatro distritos de Maricá.

O cartão “Mumbuca” - a primeira moeda social a ser implantada em cartões de débito no Brasil - mereceu uma atenção especial. Hoje, já chega a 15 mil o número de cartões emitidos, movimentando

consideravelmente a economia da região.

As oficinas de Horta Comunitária e Hidroginástica são alguns dos destaques entre as oportunidades de cursos oferecidos. O número de matriculados aumenta a cada dia, valorizando ainda mais o trabalho realizado.

A Horta Comunitária ensina aos alunos desde o tratamento da terra, passando pelo plantio, os cuidados e a colheita dos frutos. A diversidade das plantas chama a atenção de todos.

Já a oficina de Hidroginástica é atração



entre os alunos da terceira idade, principalmente aqueles que sofrem com problemas de coluna, musculares ou de articulação.

Experiências emocionantes sobre o resgate da autoestima, a transformação no dia a dia e a evolução pessoal são temas que ilustram esta edição.

Cultivo de plantas empolga as crianças no curso de Horta

Os irmãos Miguel Ângelo Almeida de Souza, 6 anos, e Janaina Almeida de Souza, 12 anos, estão empolgados com as aulas da oficina de Horta, do Programa Cultura de Direitos. Durante o curso, eles aprendem o cultivo de plantas, frutas, legumes e hortaliças, cuidam e colhem, estimulando uma alimentação mais saudável quando merendam nas escolas, uma vez que as hortaliças são doadas para as unidades municipais.

“Além das aulas sobre plantio e colheita, eles passam a conhecer melhor os alimentos. Separei um espaço no quintal só para eles plantarem. Foi uma festa quando os primeiros tomates foram colhidos. Eles passaram a dar mais valor, não desperdiçando mais os alimentos. Essa oficina de Horta foi a melhor coisa que aconteceu na minha família”, exalta a mãe, Janaína Almeida de Souza. Ela explica que também pretende matricular a outra filha, Isadora, de 7 anos, na próxima turma.



Antes da oficina de Horta, os três irmãos fizeram aulas de capoeira. Segundo Janaina, a atividade física ocupou melhor o tempo dos filhos, mas a mãe queria mais.

“Quando soube do curso de Horta, não pensei duas vezes. Queria muito que eles aprendessem a plantar e a cultivar,

aproveitando melhor o espaço que temos no quintal. Hoje, já colhemos tomate e estamos aguardando a colheita de cebola, abóbora e melancia. A Isadora ficou animada com a empolgação dos irmãos e pediu para se matricular. Mais do que conhecimento, o curso proporciona sabedoria”, comemora.

Seminário Estratégico avalia gestão e divulga projetos



questionário de cunho social composto por 45 perguntas, tendo como principal objetivo mapear e entender melhor as necessidades da população.

“O Programa planeja dobrar o número de polos e atender cerca de vinte mil famílias até maio de 2020, indo além das oficinas e atendendo as famílias como um todo”

Participação Popular, Direitos Humanos e Mulher no governo.

A implementação do cartão “Mumbuca”, que funciona com a primeira moeda social a ser colocada em cartão de débito

no Brasil, também mereceu destaque.

Já são mais de 15 mil cartões emitidos que, juntos, movimentam a economia local; uma iniciativa ousada, atrelada ao fortalecimento do “Banco Mumbuca”.

Birigu também destacou a iniciativa de que seja aberta uma linha de crédito para que as famílias atendidas pelo Programa Cultura de Direitos possam adquirir instrumentos e equipamentos que tenham interesse em adquirir.



O 2º Seminário Estratégico da Secretaria de Participação Popular, Direitos Humanos e Mulher, realizado recentemente, foi organizado com o objetivo de fortalecer o trabalho coletivo de 2017 até 2019. Além de servir de avaliação, o seminário apontou metas para os próximos meses.

Hidroginástica.

A ideia central do Programa é tornar as oficinas culturais os fios condutores para as políticas públicas e sociais já implementadas na cidade, bem como identificar as demandas da população, levando a informação a um número cada vez maior de famílias.

O Programa planeja dobrar o número de polos e atender cerca de vinte mil famílias até maio de 2020, indo além das oficinas e atendendo as famílias como um todo. Para isso, será necessária uma ampliação de agentes do CDB. Serão 350 agentes espalhados pelos 70 bairros dos quatro distritos da cidade.

O seminário foi aberto com apresentação do secretário João Carlos de Lima, o Birigu. Ele destacou o papel do Programa “Cultura de Direitos”, construído em parceria com a Casa da Cultura.

Atualmente, o programa atende a 800 famílias, com mais de 500 visitas realizadas pelos agentes do CDB. Neste processo, cada família respondeu a um

Durante sua apresentação, Birigu destacou as importantes iniciativas da Prefeitura de Maricá, entre as quais a participação da Secretaria de

O Programa Cultura de Direitos tem pouco mais de um ano no município de Maricá e conta com quatro polos, localizados nos distritos de Itaipuaçu, Inoã, Bambuí e Pedreiras. Nestes locais são oferecidas oficinas como capoeira, música, mídias sociais e vídeoarte, que contemplam crianças, jovens e adultos.



Os polos também fazem parcerias com outras secretarias, como a Secretaria de Agricultura e Pesca e a Secretaria da Terceira Idade, oferecendo atividades como Horta Comunitária e

Alguns projetos que estão em andamento

- Criação da Casa dos Conselhos;
- Realização da Conferência Municipal das Mulheres;
- Realização da Conferência Municipal da Juventude;
- Curso em Direitos Humanos para capacitar os funcionários do município no atendimento humanizado;
- Seminário de direitos humanos, diversidade e políticas públicas;
- Primeira festa da diversidade LGBT;
- 7ª Parada do orgulho GLBT de Maricá;
- Semana da Democracia;
- Empreendedorismo social: atendendo imigrantes haitianos e indígenas;
- Maricá bilíngue;
- Qualificando para ação: cursos de beleza com foco no público-alvo com direcionamento para empreendedorismo;
- Cinema na praça, com exibição de curtas-metragens produzidos pelos alunos do programa Cultura de Direitos em Ponta Negra e São José do Imbassaí;
- Casa de Juventude;
- Casa de Passagem da Mulher;
- Projeto Recomeçar Sem Violência;
- Semana de Consciência Negra.

Birigu afirmou que a Secretaria de Participação Popular, Direitos Humanos e Mulher produzirá uma cartilha informativa contendo todos os serviços já oferecidos pelo município,

bem como a forma de ter acesso a eles.

Estiveram presentes a secretária de Administração, Maria José de

Andrade, o secretário de Ciência e Tecnologia, Sérgio Mesquita, o secretário de Governo, João Maurício, o controlador-geral, Joab Santana, e o vice-prefeito, Marcos Ribeiro.