

# Bibliotecária evolui profissionalmente e realiza o seu sonho artístico



A bibliotecária Telma Tietre Rodrigues procurava um curso de informática para se atualizar e não ficar para trás no mercado de trabalho. Quando soube da oficina de mídias sociais, do Programa Cultura de Direitos, ela logo se matriculou. Na ocasião, as inscrições para os cursos de canto, coral, violão e videoarte estavam abertas. E Telma não pensou duas vezes.

“Foi uma grata surpresa. Sempre quis fazer esses cursos, mas não tinha oportunidade e nem dinheiro. Assisti a uma aula de cada oficina e fiquei encantada. O conteúdo é excelente. O que aprendo hoje nas oficinas de mídias sociais vai me ajudar muito em

pesquisas, no lado profissional. Já as aulas de canto, coral e violão são para realizar o meu sonho artístico. Isso estava adormecido em mim. Me sinto uma jovem adolescente, descobrindo novos valores”, comentou.

Telma chama a atenção para a importância das videoaulas nesse período de pandemia. Segundo ela, a iniciativa amenizou os problemas causados pelo isolamento social, como a depressão e baixa autoestima.

“A ferramenta agradou muito os alunos. A plataforma veio preencher a lacuna da aula presencial. Os instrutores se superaram e conseguiram transmitir um

conteúdo atraente e de alto nível. Trata-se de um desafio para eles também. A interatividade eleva o conhecimento dos alunos. E isso acontece em todas as aulas. O processo conta ainda com o grupo de whatsapp, que tira dúvidas e acrescenta mais conteúdo para quem precisa”, elogiou.

A bibliotecária ressaltou que o conteúdo das oficinas pode ser aproveitado de várias maneiras. “O aprendizado pode ser para quem pensa em evoluir profissionalmente, para ocupar o tempo, descobrir novos talentos, e até como complemento de vida, uma atividade que gera bem-estar e levanta a autoestima”, analisou.



Programa  
**CULTURA de DIREITOS**

Maricá - dezembro de 2020 - ANO III, n 27

## Mãe vê transformação na vida do filho pela capoeira

Pág. 7



## Canto melhora relação de Anne com alunos, família e amigos

Pág. 3



## Ator elogia qualidade da plataforma das videoaulas

Pág. 4



**MARICÁ**

Secretaria de  
Participação Popular  
Direitos Humanos e Mulher  
Maricá-RJ



Site da Casa



# Bem-estar, disciplina e criatividade: benefícios gerados pelas oficinas de cultura



Telas de Boas vindas da plataforma de videoaula

A videoaula foi a alternativa encontrada pelo Programa Cultura de Direitos para manter os alunos interligados às aulas das oficinas de cultura. Diariamente todos os alunos recebem conteúdo e orientações dos instrutores e coordenadores através da ferramenta on-line.

O sucesso cada vez maior das oficinas do Programa Cultura de Direitos se deve, em parte, à divulgação de todos os serviços desenvolvidos e oferecidos pela Prefeitura. Para isso, a Casa de Cultura desenvolveu um curso de capacitação para a equipe técnica do Programa Cultura de Direitos e para os servidores da Secretaria de Participação Popular, Direitos Humanos e Mulher.

Para o ator Luciano Andrade Costa, a metodologia de ensino, o conteúdo e a qualidade do som chamam a atenção das videoaulas. Segundo ele, quando a pandemia acabar, elas serão um excelente suporte para as aulas presenciais.

A mãe, Karoline Silva Martins, pode ser apontada como exemplo. O filho Luiz Miguel Martins, 10 anos, tem Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), mas vive normalmente no dia a dia entre familiares e amigos. Um dos motivos para esse momento é a dedicação dele



através das videoaulas do Programa de Cultura de Direitos.

Já Anne Caroline da Silva ficou preocupada quando soube da suspensão das oficinas por conta da pandemia. Ela pensou que ficaria um bom tempo longe das aulas de canto. Pouco mais de um mês depois, uma ferramenta de videoaula foi implementada no Programa Cultura de Direitos para dar continuidade às aulas.

O bem-estar de Anne condiz com o reconhecimento de alguns pesquisadores que apontam a música como uma modalidade que ajuda no desenvolvimento da mente humana. E eles acrescentam outros benefícios que a música pode proporcionar: melhor concentração, disciplina, criatividade, desenvolvimento da coordenação motora e fortalecimento de áreas do cérebro.

# Karoline e o filho Luiz Miguel, a superação através da capoeira



Karoline Silva Martins, 35, pode ser apontada como exemplo de mãe. O filho Luiz Miguel Martins, 10 anos, tem Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), mas vive normalmente no dia a dia entre familiares e amigos. Ela lembra que o filho fica vidrado nas videoaulas, principalmente quando o assunto é sobre a história da capoeira.

“Ele gosta muito e comenta com a família. Nada tira a sua atenção durante as videoaulas. Fica muito concentrado”, contou. “Depois que entrou para a oficina de capoeira, do Programa Cultura de Direitos, muita coisa mudou”, contou.

“Ele precisava fazer uma atividade física. Quando eu soube da oficina de capoeira, fiz questão de matriculá-lo logo. Foi a melhor coisa que aconteceu. O Luiz mudou para melhor. O instrutor e os

coordenadores conversam com ele, que fica muito à vontade e segue as orientações. A relação dele com outras pessoas também melhorou muito”, revelou.

Especialistas apontam que a prática de exercícios físicos é muito benéfica para crianças hiperativas. Além de o gasto energético de atividades intensas contribuir para amenizar sintomas como a inquietude, também estimula o desenvolvimento da disciplina, como no caso das atividades físicas, por exemplo.

A hiperatividade ou Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade é uma psicopatologia que ocorre no cérebro e leva o indivíduo a ter dificuldades em se concentrar e de manter o foco, com variações no humor, inquietação, dificuldade de se organizar e atitudes impulsivas.

“Depois que ele entrou para a capoeira, o comportamento melhorou muito. Foi uma transformação. Ele interage, ouve mais as pessoas, conversa, sorri, e se relaciona melhor com os amigos. Foi uma bênção. Fico muito emocionada quando vejo essa mudança de comportamento. Ele ficou mais atencioso e tolerante”, comentou.



## EXPEDIENTE:

Journal Programa Cultura de Direitos - uma publicação 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/Termo Aditivo nº 01/2020 / 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/ Fotografia: arquivos do programa e da secretaria e Alexandre Campos / Impressão: C.W.V. Gráfica Editora e Bazar Eireli/ CNPJ 73.668.675/0001-87/, Avenida Beira Mar, 232, Aquarius (Tamoios), Cabo Frio, CEP 28.925-852/ Inscrição Municipal 10033568/ Tiragem 50.000 (cinquenta mil).



## Mãe se emociona com a dedicação da filha nas oficinas de canto, violão e percussão



O sonho de Josiele Paula de Souza, 31, sempre foi oferecer à filha Ketlen de Souza da Silva, 11anos, todas as oportunidades que não teve na vida, segundo ela, bem sacrificada. Ver a filha nas oficinas de canto, violão e percussão já faz parte dessa conquista.

“Ela gosta muito das aulas. Além do aprendizado, ela melhorou como pessoa. Interage mais com a família e com as crianças da mesma idade. Espero que ela leve esse conhecimento para o futuro. Estou plantando a semente. Espero que ela cuide e aproveite os frutos. As vídeoaulas ajudam muito os alunos, que têm todo o suporte dos instrutores para tirar dúvidas”, comentou.

Antes das oficinas, Ketlen só falava em fazer Medicina. Menos de um mês de aula, já faz planos para levar o conhecimento musical que adquirir

nas oficinas e em outros cursos para o futuro.

“Quero ser médica e música. Cantar e tocar instrumentos. Fico realizada quando toco violão e percussão. Sempre cantei na igreja e tinha vontade de cantar

**“ Ela gosta muito das aulas. Além do aprendizado, ela melhorou como pessoa. Interage mais com a família”**

ainda melhor. Aprendi algumas técnicas e, com uma semana de oficina, percebi a melhora. Me sinto outra pessoa durante as aulas. Passei a ser mais comunicativa e concentrada nas tarefas, e até converso mais com minhas colegas e em casa”, lembrou.

A aluna ressaltou que, mesmo preferindo as aulas presenciais, não sente diferença quando assiste a uma vídeoaula. Segundo ela, o instrutor é paciente e ensina com a mesma dedicação como se estivesse numa aula presencial.

“Os instrutores são ótimos. Os alunos elogiam sempre. As dúvidas são tiradas no grupo de whatsapp. Tudo sem complicação e rápido. Isso, sem falar que muitos alunos melhoram no comportamento porque são orientados pelos instrutores e coordenadores”, revelou.

## Para Anne Caroline, a música melhorou sua autoestima



Anne Caroline da Silva, 22 anos, lembra que ficou preocupada quando soube da suspensão das oficinas devido a pandemia do coronavírus. Ela pensou que ficaria um bom tempo longe das aulas de canto. Mas não demorou para ficar aliviada. Menos de um mês, Anne soube que uma ferramenta de vídeoaula seria implantada no Programa Cultura de Direitos para dar continuidade às aulas.

“Foi um alívio. Nunca cantei tão bem na igreja depois que eu entrei para a oficina de canto. As técnicas que aprendo hoje fazem com que eu cante sempre melhor. Antes, achava a minha voz muito desafinada. Hoje muita gente elogia. Isso me dá muito mais do que prazer, até melhora a minha autoestima, friso.

O bem-estar de Anne condiz com o reconhecimento de alguns pesquisadores que apontam a música como uma

modalidade que desenvolve a mente humana, promovendo o equilíbrio, proporcionando um estado agradável de bem-estar.

**“ Pego o meu tablet e me concentro totalmente nas aulas. O nível é muito bom e a metodologia de fácil aprendizado”**

Especialistas acrescentam que a música traz outros benefícios: melhor concentração, disciplina, criatividade, desenvolvimento da coordenação

motora e fortalecimento de áreas do cérebro.

A aluna aproveita as vídeoaulas para pesquisar ainda mais na Internet.

“Pego o meu tablet e me concentro totalmente nas aulas. O nível é muito bom e a metodologia é de fácil aprendizado, como acontece nas aulas presenciais. A diferença é que as vídeoaulas podem ser assistidas mais de uma vez”, explicou.

O canto mudou o comportamento de Anne fora das oficinas.

“Era muito agitada, falava alto. Depois, fiquei mais calma. Segui as orientações dos instrutores. Passei a ouvir mais as pessoas, o que fez com que a minha relação com outros alunos, família e amigos melhorasse bastante”, analisou.



# Ator elogia qualidade da plataforma de ensino



O ator Luciano Andrade Costa, 44 anos, elogiou a plataforma da videoaula. Segundo ele, a metodologia de ensino, conteúdo de alto nível, produção e a qualidade do som fizeram com que os alunos mantivessem o interesse nas aulas.

“Fiquei impressionado com a qualidade do produto. Imaginei que fosse profissional, mas superou minhas expectativas. Quando a pandemia acabar, será um excelente suporte para as aulas presenciais. O nível de gravação é excelente para isso”, atestou.

Luciano lembrou da pergunta que fez para si, logo no primeiro minuto da primeira aula da oficina de capoeira: “O que eu vim fazer aqui no meio de tanta criança?”. Isso, mesmo tendo

a companhia de alguns adultos e adolescentes na roda.

Mas o incômodo passou a ser uma sensação de prazer, à medida em que o tempo da aula foi passando. A metodologia e o carisma dos mestres Yago e Dico, além da satisfação em praticar uma atividade, foram fundamentais para incentivá-lo a continuar.

“Tentei fazer capoeira duas vezes, mas o trabalho não permitiu. Além de atividade, é cultura de extremo valor. Quando vi várias crianças, pensei que não seria legal ficar na roda. Mas como me enganei! Os mestres sabem como levar a aula e manter um nível alto. Muito bom”, comentou.

A interação com as crianças faz Luciano lembrar da filha Sophia, de 8 anos.

“Ela não mora comigo. Quando vem me visitar, faz questão de participar da aula. Só penso nela durante as aulas”, destacou.

Além do violão, Luciano pretende aprender outros instrumentos, visando melhores oportunidades para a sua carreira de ator.

“Para quem sabe tocar instrumento musical, cantar bem, o leque de oportunidades é bem maior. Comecei pelo violão, que considero mais fácil. Mas também gosto muito de saxofone. Quero seguir em frente e aproveitar o alto nível dos instrutores e o ótimo conteúdo para evoluir na música”, projetou.

# Aulas de canto fizeram Letícia ser mais comunicativa



Letícia Avelino, de 15 anos, não esquece da primeira semana do que seria o começo das aulas presenciais das oficinas de videoarte, canto, violino e sopro, do Programa Cultura de Direitos. Foi justamente neste período, quando começou o isolamento social devido à pandemia do coronavírus, que as aulas tiveram de ser suspensas. Foi uma frustração, afinal, uma semana antes, ela havia assistido uma aula de cada curso e ficou entusiasmada.

“A expectativa era grande. Estava muito ansiosa pelo início das aulas. Felizmente, implementaram as videoaulas, que substituíram muito bem as aulas presenciais. O conteúdo é muito bom e os instrutores, excelentes”, avaliou.

A aluna comentou que o interesse pela oficina de videoarte é antigo. Já sabendo o básico do assunto, ela teve facilidade em assimilar o conteúdo. Letícia lembra que já

fez curso de edição no Rio de Janeiro.

**“Felizmente, implementaram as videoaulas, que substituíram muito bem as aulas presenciais”**

“Quero evoluir na edição. Tenho muita facilidade em aprender. Além disso, quero fazer outras opções do curso – que oferece ainda produção, roteiro, direção, fotografia, sonorização e iluminação”, disse

Letícia, que já faz planos de seguir profissionalmente nessa área.

Apesar da preferência pelos cursos de videoarte, Letícia comentou que foram as aulas de canto que mudaram o seu comportamento. A adolescente, antes introvertida e tímida, deu lugar a uma pessoa mais comunicativa com familiares e amigos.

“O canto e qualquer instrumento musical exigem mais interação do aluno. Os instrutores nos ensinam isso. Eu tenho uma característica de me preocupar com o bem-estar das pessoas. Daí a minha opção em fazer faculdade de Psicologia, em breve. Por enquanto, escrevo textos na rede social que levantam a autoestima das pessoas. As oficinas proporcionam isso, pois ensinam, descobrem talentos e resgatam sonhos”, analisou.