

Viver a melhor idade de forma ativa é essencial

Escola da Maturidade do UniBH está com matrículas abertas. Aulas começam dia 18 de fevereiro

Os filhos cresceram, saíram de casa e a aposentadoria chegou. E agora? Como aproveitar o tempo livre? Para muitos, essas mudanças anunciam que chegou o momento de ficar quieto em casa, curtir a família e descansar. Mas nos últimos tempos com o aumento da qualidade e expectativa de vida, essa imagem das pessoas que chegam a terceira idade mudou. Atualmente, o que não faltam são atividades desenvolvidas e pensadas para o bem estar, a saúde e a socialização na "melhor idade".

Para as pessoas acima de 50 anos que buscam atividades intelectuais, artísticas, físicas e acadêmicas, a Escola da Maturidade do UniBH está com inscrições abertas para novas turmas. As aulas começam dia 18 de fevereiro no campus Estoril. A Escola também oferece turmas no campus Lourdes (Rua Rio de Janeiro, 1.323)

Os alunos têm acesso a toda infraestrutura do UniBH como salas de aula, laboratórios de informática, clínica escola e os específicos das áreas de conhecimento como piscinas, auditórios, academia e biblioteca, entre outros. Para o primeiro semestre de 2014 as disciplinas oferecidas no campus Estoril são: ciências; mitologia; espiritualidade; oficina da memória; informática; espanhol; canto; artes; teatro; ginás-



Divulgação UniBH

ALUNOS DA Escola da Maturidade querem se atualizar e fazer novos amigos

tica; pilates; yoga e dança. Além das aulas, os alunos participam de atividades extraclasse como excursões, visitas a museus, assistem a espetáculos teatrais, de dança e música. Para as aulas teóricas, os alunos recebem as apostilas e lanche.

De acordo com Ana Paula Dias, coordenadora da Escola da Maturidade do UniBH, as atividades oferecidas proporcionam saúde, reintegração social e elevação da autoestima. "O nosso objetivo é contribuir com o envelhecimento saudável e a melhoria da qualidade de vida destas pessoas", diz. Ela frisa ainda que, mais importante do que acrescentar anos à

vida, é acrescentar vida aos anos. "Muitos dos alunos que se matriculam na Escola da Maturidade são aposentados, viúvas, pessoas que buscam se atualizar, melhorar a saúde física, emocional e fazer novas amizades", conta.

As aulas no campus Estoril acontecem às terças e quintas das 13h às 17h10. Já no campus Lourdes são às segundas e quartas no mesmo horário. A matrícula pode ser feita presencialmente na Avenida Mário Werneck, 1.685 – portaria 1 em horário comercial. Outras informações no telefone (31) 3319-9232, pelo e-mail: maturidade@unibh.br ou pelo site www.unibh.br/extensao.

Aulas de inglês para crianças através da música

O mundo está cada vez mais globalizado e o inglês está presente em quase tudo a nossa volta. Em marcas de produtos, nomes, músicas, filmes, publicidade, jogos e internet. Saber inglês no mundo atual tornou-se habilidade básica e importante, principalmente na vida profissional. O mundo está conectado pela língua inglesa e ela é referência para comunicação com pessoas de outras nacionalidades. Aqui no Buritis uma professora ensina inglês para crianças por meio da música e de forma bastante natural.

Carla Seibert é de Houston, no Texas, e desde 1996 mora em Belo Horizonte, onde tem sua Escola Musikhaus. Seu currículo é extenso. Ela é formada em Letras, faz traduções, dá aulas de piano e de musicalização para crianças e adultos. Desde 2002 passou a se dedicar como professora de inglês. "Os



Arquivo Pessoal

CARLA SEIBERT: escuta, fala, leitura e escrita para aprender

pais começaram a me abordar pedindo que eu desse aulas de inglês para os filhos. Por isto, para atender a eles, eu resolvi arriscar", fala. Desde então, Carla dá aulas para crianças de seis meses a dois anos com o programa chamado Sing & Play e para os de três a seis anos com o método ABC English & Me.

AMBIENTE

Carla sempre pede para que os pais interessados visitem o local das aulas antes para contato inicial com a criança. "Eles são muito tímidos no início. E a relação afetiva com a criança é muito importante, é pré-requisito para a aprendizagem. Por isto sempre convido para que os pais venham conhecer antes de matricular", ressalta.

Estudar inglês por meio da música e movimento é mais divertido e facilita a fixação das palavras. "Para aprender é preciso ter baixos níveis de ansiedade. Então eu ofereço uma maneira fácil e divertida para as crianças. O ABC English & Me, por exemplo, tem como objetivo aprender inglês, mas junto tem os benefícios musicais, como ritmo e percussão", ressalta Carla.

Na grade curricular do curso ABC En-

glish & Me, a criança realiza atividades com diversos materiais e músicas para aprender a contar de 1 a 10, seguir instruções simples, cumprimentar alguém, identificar animais e cores. A cada mês um novo tema é introduzido. Ao final a criança assimila o idioma, desenvolve habilidades cognitivas, sociais e musicais. Os pais também contam com outra ferramenta que reforça o aprendizado. A inscrição no curso garante uma revista mensal digital e acesso a músicas para usar em casa. O conteúdo inclui atividades para ler, cantar e jogar junto com os filhos.

Para inaugurar o início do ano, Carla organizará um open-haus no dia 15 de fevereiro, sábado, de 9h30 às 12h30. Outras informações e para agendar visitas entre em contato pelo e-mail: carla@musikhausbrasil.com.

