

CANAL

TELEGRAM

PLANETA SERRA
 O nosso mundo é aqui!
www.jornalplanetaserra.com.br

FINANCIAMENTO COLETIVO!

APOIE!

Jornal do Bairro Serra | Belo Horizonte-MG | Setembro de 2022 - n° 53 (Ano 6) **DISTRIBUIÇÃO GRATUITA**

Tem o costume de observar as aves da Serra?



Foto: Caio Álvares

É fácil ver as pessoas caminhando com o celular pelas ruas da Serra, olhos vidrados na tela. Essa atitude tão comum, porém, faz com que deixemos de notar o que está acontecendo ao redor.

Já reparou nos pássaros que habitam nosso bairro, como o beija-flor-tesoura (foto)? Pois é isso que o professor Caio Álvares, morador da Serra, faz nas horas vagas. Saiba quantas espécies ele já registrou no bairro e por que observar aves é uma atividade prazerosa!

Página 5

Educação Infantil de Qualidade é na

ESCOLA VISCONDE DE SABUGOSA:
 lugar de brincar, aprender e ser feliz!
MATRÍCULAS ABERTAS 2023
 Maternais, 1º e 2º Período



Há mais de 50 anos ajudando a CONSTRUIR BASES!
 Rua Paul Bouthillier, 210 | Bairro Mangabeiras

 (31) 3281-1015  (31) 98447-0883
 viscondedesabugosabh




NOTORIUM
 Certificadora Digital
Pensou certificado, pensou notorium

OS MELHORES CONTADORES DO BRASIL INDICAM CERTIFICADOS NOTORIUM

Você **empresário, advogado, médico e pessoa física**, emita seu certificado digital de forma rápida e garantida bem aqui **pertinho de você**. Ligue agora e agende sua emissão. O café expresso e o estacionamento são por nossa conta. Mas se preferir, emita **totalmente on-line**.

 www.notorium.com.br

 31 2510 4040 /  notorium.certificadora

 **Unidade Funcionários (com estacionamento)**
 Av. do Contorno, 4480 15º andar - Funcionários

 **Unidade Centro (sem estacionamento)**
 Av. Amazonas, 115 Sala 1504 - Centro

Apoie o financiamento coletivo do PLANETA SERRA

Novos apoiadores: Juliana de Azevedo, Brenda Azevedo, Lilian Costa, Renato Santos, Frederico Aburachid, Antenor Machado, Marco Antônio Maia Drumond, Denise Gaia, Paulo Sérgio Cruvinel, Maria Luiza Ferreira.

A nossa campanha de financiamento coletivo está a todo vapor e precisamos do seu apoio para aumentarmos a contribuição à Serra. Você, morador da re-

gião (Anchieta, Cruzeiro, Funcionários, Mangabeiras, São Lucas etc.), também pode nos ajudar, pois vamos auxiliar na resolução de suas demandas junto ao poder público.

Você pode participar da campanha do **PLANETA SERRA** com valores mensais de R\$ 5, R\$ 10, R\$ 15, R\$ 20 ou R\$ 50, basta seguir o passo a passo abaixo. O seu dinheiro será utilizado na contratação de outro jornalista e vai ajudar a pagar

os custos das edições. Além disso, você ganha um número para concorrer a um prêmio mensal dos nossos anunciantes. O próximo será oferecido pelo Instituto Pontes e Borboletas, que organiza a Feira Outra, na qual pequenos produtores comercializam itens agroecológicos. Outro projeto é a cozinha de reaproveitamento de alimentos, que aceita encomendas de refeições. Mais detalhes ao final da página.

FINANCIAMENTO COLETIVO

AJUDE O PLANETA SERRA A CRESCER AINDA MAIS!

ACESSE ABAIXO OU PELO QR CODE AO LADO

WWW.CATARSE.ME/JORNAL_PLANETA_SERRA APOIE!



04 PREENCHA OS DADOS P/ PAGAMENTO

01 ENTRE NA PÁGINA DA CAMPANHA ACIMA E CLIQUE EM ASSINAR ESTE PROJETO

02 ESCOLHA O VALOR DO APOIO A PARTIR DE R\$ 5 CONTINUAR


03 ENTRE COM SEU LOGIN DO GOOGLE OU FACEBOOK OU FAÇA O SEU CADASTRO

05 ESCOLHA A FORMA DE PAGAMENTO

CARTÃO DE CRÉDITO BOLETO BANCÁRIO

PREENCHA OS DADOS DO CARTÃO OU IMPRIMA O BOLETO E PRONTO!

FINALIZAR PAGAMENTO




EXPEDIENTE

PLANETA SERRA

Editor e diagramador responsável
Matheus Laboissière

Contatos
(31) 98761-7569 | WhatsApp
@Jornal Planeta Serra | Facebook
jornalplanetaserra@gmail.com | e-mail

Tiragem
11.000 exemplares

Impressão
Artes Gráficas Formato
Rua Além Paraíba, 411 - Lagoinha
(31) 99238-6713

O jornal **PLANETA SERRA** é uma publicação mensal da Jorge Laboissière
CNPJ: 28.430.669/0001-32

DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

Rua do Ouro. Drograria Araujo
Av. do Contorno. Drograria Araujo
Afonso Pena. Padaria Boníssima
Av. Bandeirantes. Restaurante do Minas e Drograria Araujo
Estevão Pinto. Drograria Araujo e Padaria Santíssimo Pão
Amapá. Padaria Santíssimo Pão
Palmira. Salão do Raimundo
Itapemirim. Padaria Gênova

PRÓXIMO SORTEIO

Os leitores em dia com o apoio ficam aptos ao sorteio, em 27 de setembro, de um voucher de R\$ 60 na Feira Outra, que tem produtos agroecológicos (verduras, legumes, frutas, temperos, empório, pães, geleias etc.). O evento acontece na Rua Monte Alegre, 198, às quintas (10h às 16h) e sábados (9h às 15h).

INSTITUTO PONTES & BORBOLETAS

Contato: (21) 99755-5322

Feira Agroecológica
Comércio Justo
Economia Circular



É possível educar as crianças sem impor castigos?

Viver em sociedade e desenvolver relações interpessoais são parte essencial da vida. Participar dessa construção é gratificante e também difícil. “A infância é uma fase egocêntrica, com mais conflitos, já que a criança não consegue perceber o outro nem se colocar no lugar dele. Compete ao adulto que educa acompanhar a formação da criança e sua inserção social”, aponta Lilian Costa, diretora pedagógica da Escola Infantil Visconde de Sabugosa, que recebe crianças de 1 a 5 anos.

Segundo ela, “as divergências são a oportunidade de as partes envolvidas se expressarem, demonstrarem os seus sentimentos, promoverem interações e buscarem soluções. Evitar o conflito é desperdiçar a oportunidade de amadurecimento”. Todavia, os pais ficam confusos e inseguros sobre qual o modo mais correto para educar a criança: conversar, recompensar, colocar para pensar, dar castigo? “É normal a criança testar nossa autoridade e, inconscientemente, pedir limite para ver até onde nos importamos com ela, até onde vai nosso cuidado e amor por ela”.

Porém, na correria do dia a dia, os pais podem buscar soluções mais rápidas, sendo permissivos, omissos ou punitivos: “Essas posturas contribuem para uma geração intolerante à frustração,

agressiva, autoritária, infeliz e/ou com baixa autoestima”.

Na Visconde, os conflitos são vistos como oportunidade de crescimento: “Um exemplo é quando estamos fazendo uma brincadeira e há uma criança empurrando os colegas. Conversamos com ela, lembrando os combinados, dando

Foto: Divulgação/Escola Infantil Visconde de Sabugosa



Os combinados são importantes para a criança

a opção de ela continuar com os colegas, brincando sem incomodá-los, ou sair da brincadeira. A criança deve ter a oportunidade de escolher o que fazer, podendo voltar quando conseguir cumprir as regras. Porque, se assim não o for, torna-se um castigo. Com isso, formamos crianças mais autônomas, com fa-

cilidade de se posicionarem e fazerem escolhas, mais bem resolvidas na vida adulta”.

Lilian explica que o professor tem papel fundamental nessa interação: “Ele deve agir naturalmente, tranquilo e sem tom de ameaça. Precisa mostrar para a criança que deseja o melhor para ela. É uma construção conjunta”. Por causa das turmas reduzidas na Visconde, o professor intervém e intermedeia negociações com mais facilidade, dando voz e ouvindo as partes. “Priorizamos a estrutura emocional. Acreditamos que a criança segura, com autoestima elevada e confiante tem mais capacidade pedagógica, mais interesse em aprender e vencer desafios”.

Lilian defende que haja uma mesma postura em relação à criança na escola e em casa, evitando gerar uma confusão na cabeça dela: “Quando percebemos essa dissonância, nós chamamos a família para alinhar as condutas”. Se você anda optando pelo castigo, ainda é tempo de mudar a postura e construir combinados e acordos em grupo. “Educar é um aprendizado diário e cometer falhas é natural. Nossa intenção é que a mudança parta da criança e seja de dentro para fora. Não apenas para agradar as pessoas, mas que ela perceba que é o melhor para si e para os outros”.

VISITE A ESCOLA VISCONDE DE SABUGOSA!

Rua Paul Bouthilier, 210, Mangabeiras | Tels: 3281-1015 e 98447-0883 | Instagram: @viscondedesabugosabh

Rua Bambuí, 242, Serra
2522-2100 | 99600-0894
@IMPACTOEA

- Estética Corp. e Facial
- Salão de Beleza Fem. e Masc.
- Esmalteria
- Terapia Capilar
- Dia da Noiva Completo
- Pilates e Fisioterapia
- Estética Avançada
- Alongamento de Cílios
- Maquiagem e Sobrancelhas
- SPA Urbano
- Psicologia
- Nutrição (Clínica e Esportiva)
- Espaço Gourmet
- Estacionamento para clientes

Mamães e vovós, a saúde começa nos pés!

Para **pezinhos fortes** e desenvolvimento saudável, use **NOEH!**

noeh.com.br
R. Pirapetinga, 322 - lj 5 - Serra
31 99722.0449

Walter Faria Junior
ALUGA O SEU IMÓVEL
Rua Angustura, 210 - Conj. 2B
Bairro Serra

3222-6470
98444-2812
99982-4513

IMÓVEIS PARA ALUGAR

matriculas abertas 2023
Desde 1989
Cuidando da Educação

Fundamental II
6º ao 9º ano

Ensino Médio
1ª, 2ª e 3ª série

- ➔ Processo de aceleração e reclassificação
- ➔ Educação humanizada
- ➔ Atendimento individual
- ➔ Turmas reduzidas
- ➔ Psicólogos na escola

Novo endereço: Bairro Serra
Manuel Gomes Pereira, 91
☎ 3221-8003 ☎ 3504-3418
🌐 metodo_plus 📍 colegiometodobh



Precisamos falar sobre suicídio

Por Adriana Pádua e Regina Magalhães*

Falar sobre a morte nunca é fácil, mesmo sabendo que é a única certeza. Começamos a morrer desde o nascimento. Todo mundo chega ao fim da jornada, mas ninguém vive pensando nisso. Muito menos que esse dia poderia ser causado pela própria pessoa.

Quando alguém morre devido ao suicídio, abrem-se brechas para mistérios e tabus. Por ser injustificado, o ocorrido ganha um tom pejorativo socialmente, de acusação entre parentes e amigos que tentam, muitas vezes em vão, entender o motivo.

Ao se saber que a morte foi por suicídio, surgem as críticas ao autor - elas também são endereçadas aos que sobreviveram à tentativa. Vem a culpa dos que ficaram por supostamente não terem podido ajudar a pessoa que cometeu o ato insano, a raiva de si mesmos e do morto. Um desafio para os psicólogos e os familiares.

Há um luto mais pesado dos que sobreviveram. Sofrimentos mentais, falta de autoperdão, vulnerabilidade psicológica na própria vida, transtornos psiquiátricos, uso de drogas lícitas e ilícitas, extremo vazio existencial, falta de uma Fé que dê suporte em momentos críticos ou certa disposição mórbida para a morte. O desejo é da morte ou da eliminação do sofrimento escondido? Que dor tão intensa é essa a ponto de optar

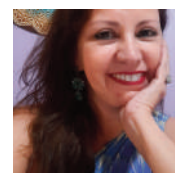
por tirar a própria vida? São inúmeros os questionamentos sem respostas!

A avaliação de risco para o suicídio é tarefa delicada, pois envolve a subjetividade da pessoa. Se um paciente revela desejo de suicídio por meio escrito ou verbal, terá real chance de planejar, tentar e de conseguir se matar, mas também a possibilidade de não agir, ficando em tentativa frustrada. Pela experiência clínica, nós constatamos que nunca vale a pena duvidar. Quando não ocorre a morte, como lidar com as sequelas físicas, emocionais e o julgamento do outro?

A prevenção é a forma eficaz de reduzir e impedir o suicídio, promovendo e valorizando a vida. Incentive a psicoterapia para identificar fatores de risco de um potencial comportamento suicida. Impulsione a pessoa para que busque uma “rede de apoio” com terapias diversas que possam ajudá-la a lidar com a depressão e/ou seus conflitos existenciais.

A psicoterapia é para que você possa falar de seus desejos, sonhos, dores invisíveis insuportáveis de entender e desvendar sozinho, levando-o a repensar a sua vida. O autoconhecimento

é o melhor caminho para que possamos enfrentar de maneira mais consciente os diversos desafios que a vida oferece. Se você está vivenciando uma crise existencial, procure ajuda profissional. Jamais sofra sozinho! Nós, psicoterapeutas, estamos à sua disposição! Não podemos nos esquecer do excelente trabalho voluntário feito pelo CVV – Centro de Valorização da Vida. Precizando de ajuda imediata, ligue 188.



*Adriana é psicóloga clínica especialista em psico-oncologia, gerontologia e Mestre em reiki. (CRP 04 31.302)



*Regina é psicóloga clínica e educacional, psicopedagoga Mestre em educação (CRP 04 10.410)

SERVIÇO

Tels: 97571-1234 (Adriana)

97159-1787 (Regina)

E-mail: projetoser528@gmail.com



**RESPEITAR AS DIFERENÇAS,
VOTAR BEM INFORMADO.**

A Assembleia apoia o Programa
Permanente de Enfrentamento
à Desinformação, do TRE-MG.

Tribunal Regional Eleitoral
de Minas Gerais

ASSEMBLEIA
LEGISLATIVA
DE MINAS GERAIS

Poder e voz do cidadão



A incrível variedade de aves em nosso bairro

Vários compromissos e tarefas todos os dias. Em meio a essa correria sem fim, muitas vezes nem prestamos atenção ao que acontece em nosso redor. Essa frase pode resumir a rotina da maioria das pessoas, mas não a do professor da rede municipal Caio Álvares. Morador da Serra, ele cultiva um hábito curioso há seis anos: observar e registrar as aves do nosso bairro. “Desde criança sempre gostei de apreciar a natureza. Não sou formado em biologia, mas tenho muito interesse sobre os assuntos dessa área do conhecimento. Observo as aves pelo bairro, pois é uma situação que a minha própria rotina favorece”.

Caio tem mais de 10 mil registros só na Serra, tendo contabilizado 51 espécies. Para isso, ele utiliza uma câmera super zoom com ampliação de 63 vezes e binóculos com ampliação de 10 vezes. “Observo uma grande variedade de espécies silvestres em nosso bairro. Muitas delas eram avistadas durante minha infância, principalmente nos meios natural e rural, mas atualmente são encontradas também no ambiente urbano”. O professor costuma observar as aves durante o dia: “Já escutei corujas caburé de madrugada, mas a maioria dos meus registros é sob a luz do sol”.

Segundo Caio, algumas aves são bastante numerosas na Serra, como rolinha roxa, pomba asa branca, sanhaço cinza, corruíra, carcará e bem-te-vi. Por outro

lado, ele tem apenas um registro da ariramba-de-cauda-ruiva. “Já observei ninhos e alimentação de filhotes, o que pode indicar que as aves estão se reproduzindo na cidade, apesar de todas as hostilidades do ambiente urbano. Algumas espécies utilizam postes, telhas, antenas de transmissão e até o oco de semáforos para fazer seus ninhos”. A espécie que ele mais teve trabalho de

Foto: Caio Álvares



O suiriri é uma das aves mais vistas na Serra

registrar foi a corruíra, que mede uns 10 cm e se movimenta demais. “Já presenciei vários comportamentos curiosos das aves”.

O observador argumenta que a atividade amplia a qualidade de vida: “É um exercício que desenvolve o foco e a atenção, além de proporcionar aprendizados contínuos. Avistar espécies desconhecidas ou perceber as sutilezas da natureza antes não notadas são expe-

riências muito valiosas que trazem bastante gratificação. Quando estou observando as aves, eu foco totalmente no momento presente”.

Além dos parques das Mangabeiras e da Serra do Curral, as ruas mais arborizadas são excelentes lugares para observar aves. “Plantar árvores que dão frutos e flores nas calçadas ou arvoretas em vasos nas áreas abertas de prédios e casas pode ajudar na perpetuação das espécies. Sugiro também colocar comedouros e bebedouros com grãos (alpiste e painço) e frutas como a banana e o mamão. Devemos tornar a cidade cada vez mais favorável à sobrevivência e reprodução das aves silvestres”.

Caio, por outro lado, lamenta a atitude de algumas pessoas: “Vejo gente na Serra armando arapucas para capturar aves e colocá-las em gaiolas. É um procedimento degradante, além de crime ambiental. A preservação desses animais é essencial para a manutenção da qualidade de vida das pessoas”.

Para observar as aves, Caio sugere ficar atento onde quer que você esteja: “Pode ser enquanto caminha pela rua, por exemplo. Quando não reparamos bem o nosso entorno, muitas vezes perdemos a oportunidade de presenciar eventos únicos ocorrendo bem próximo de nós”. Para o professor, observar aves virou algo permanente: “É um hábito muito positivo que se incorporou em meu comportamento diário”.

PERSIANAS AJATO 98766-1927
 PERSIANAS E CORTINAS 3383-6628

Venda e reforma de cortinas e persianas
 Lavagem de sofá e tapete

comerciodepersianasajato@gmail.com

Atendemos a toda Grande BH
 Orçamento sem compromisso!

IBB INSTITUTO PONTES & BORBOLETAS

Feira Outra

QUINTA-FEIRA: 10h às 16h
 SÁBADO: 9h às 15h

@ponteseborboletas
 (21) 99755-5322
 Rua Monte Alegre, 198 - Serra

FEIRA AGROECOLÓGICA
 COMÉRCIO JUSTO
 ECONOMIA CIRCULAR

24 horas 44 anos

SEU
 Serviços de Enfermagem de Urgência

★ Remoção em Ambulâncias Equipadas e Uti(s) ★ Oxigenioterapia e Serviços de Enfermagem no domicílio ★
 ★ Cobertura a Eventos ★

www.seubh.com.br
 (031) 3222-3322
 Rua Camões, 133

É possível gerar energia elétrica com o Sol!

FOTOSOLAR

- Economia de até 95% na conta
- Financiamentos em até 10 anos
- Fuja da bandeira vermelha
- Bom para o planeta e o seu bolso!

(31) 99796-9753 www.fotosolarenergia.com.br

Clínica Veterinária Mangabeiras
 desde 2001

Banho e Tosa
 Consultas
 Acupuntura e Laserpuntura

Vacinas
 Cirurgias

Fones: 3287-1099 / 98374-1005
 Endereço: Rua do Ouro, 1822 Lta A - Serra

Você conhece os benefícios da termografia?

Você costuma ter algum incômodo que teima em reaparecer de tempos em tempos? Sente dores provenientes de hérnia de disco, ciática, lombar, fibromialgia, cefaleia, artrites e artroses etc.? Saiba que a termografia pode te ajudar a aliviar tudo isso: “O método de diagnóstico por imagem digital capta, registra e analisa o calor irradiado pela pele em diversos pontos do corpo por meio de fotos ou vídeos. Isso permite identificar disfunções ou doenças que causam alterações na produção de calor, além de visualizar o ponto exato da dor, seja aguda ou crônica, entender a causa e trazer mais eficácia ao tratamento”, argumenta Dra. Mariana Marcussi, biomédica e termografista clínica do Instituto de Biomedicina Diagnóstica e Terapêutica, parceiro do Centro Médico Marcussi.

O procedimento dura em média 50 minutos, é indolor, não invasivo nem emite radiação: “Pode ser feito por qualquer pessoa, inclusive gestantes e crianças, quantas vezes forem necessárias. É muito indicado para atletas na identificação de lesões ou avaliação de performance”. O paciente fica em uma sala com temperatura e umidade controladas por 15 minutos para igualar a temperatura corporal com a do ambiente. Em seguida, as imagens são captura-

das e podem ser acompanhadas pelo paciente durante a avaliação por meio de um monitor.

Mesmo quem não tem nenhuma doença aparente deve fazer um check-up anual: “A termografia é capaz de identificar o começo do processo infla-

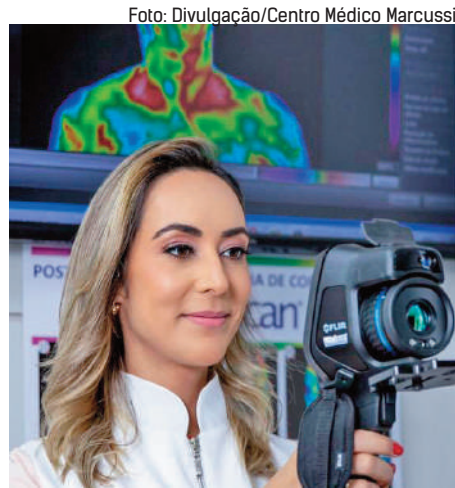


Foto: Divulgação/Centro Médico Marcussi

A termografia auxilia num diagnóstico preciso

matório antes de o paciente sentir dor ou incômodo. Com isso, há um acompanhamento frequente da saúde e, se necessário, alguma intervenção precoce”, explica Dra. Mariana.

Como exemplo, a especialista cita o câncer de mama: “A termografia pode detectar irregularidades 5 anos antes da formação de nódulos, o que permite

intervenção médica logo no início, algo muito importante. O método também é capaz de apontar lesões, síndromes, alterações vasculares, risco de Acidente Vascular Cerebral (AVC) e distúrbios neurovegetativos. Auxilia ainda na prevenção de doenças cardiovasculares, doenças vasculares e outras, além de avaliar a saúde dos órgãos, diferenciar artrite de artrose e identificar gastrite e esofagite, por exemplo”. Dra. Mariana afirma, no entanto, que a termografia é complementar, não excluindo outros exames de imagem como raio-x, tomografia, ressonância magnética e mamografia: “A associação entre eles pode trazer mais auxílio e precisão ao diagnóstico, beneficiando a saúde do paciente”.

Com o resultado da termografia em mãos, o paciente receberá o tratamento mais indicado no Centro Médico Marcussi: “Trabalhamos com medicina integrativa, ou seja, o olhar do médico é voltado para proporcionar saúde e qualidade de vida ao paciente, não apenas tratar a doença”. A clínica, fundada em 2000, oferece acompanhamento nutrológico, hormonal, ginecológico, tratamento de dor, doenças autoimunes e doenças degenerativas. Se você deseja ficar em dia com a sua saúde, marque uma termografia!

CONHEÇA O CENTRO MÉDICO MARCUSSI!

Endereço: Rua Paraíba, 1465 - Sala 801 - Savassi | Tel: (31) 3261-7631 | Instagram: @centromedicomarcussi

INSTITUTO DE BIOMEDICINA Diagnóstica e Terapêutica

TERMOGRAFIA

ESCANEE SEU CORPO

Auxilia no diagnóstico e tratamento de dores crônicas, disfunções hormonais, problemas musculares, entre outros.

(31) 3261-7631
centromedicomarcussi
R. Paraíba, 1465 - Sala: 801 - Savassi

CENTRO MÉDICO MARCUSSI

Ginecologia
Nutrologia Funcional
Nutricionista Integrativa
Harmonização Hormonal

(31) 3261-7631
centromedicomarcussi
R. Paraíba, 1465
Sala 801 - Savassi

RE/MAX
JUS

Rua Albita, 194 - Sl. 504 - Cruzeiro
98313-1490 (Carina Alves)
3586-8858 | carinaalves@remax.com.br

Você que mora na Serra, Anchieta, Cruzeiro ou Mangabeiras e quer trilhar uma carreira de sucesso se associando à maior rede imobiliária do mundo, venha bater um papo conosco e saber um pouco mais. Estamos recrutando parceiros com perfil empreendedor. Seja **RE/MAX!**

ESTILO DOS PÉS

3318-0106
98276-4917

Calçados e roupas para toda a família
Venha ver a nova coleção Primavera/Verão
Temos serviço de sapateiro

Rua Capivari, 576 - Serra

A importância do smartphone na vida do idoso

Não tem mais jeito. Daqui para frente, o mundo virtual fará cada vez mais parte do nosso dia a dia, seja para facilitar as atividades cotidianas ou com o intuito de mantermos vínculos com os familiares e amigos. “É de extrema necessidade que as pessoas, idosas ou não, se acostumem a utilizar o smartphone. Até mesmo para receber um benefício social é necessário se cadastrar na Internet”, diz Marise Fontenelle, formada pela Universidade Federal de Viçosa e membro do grupo *Entendendo iPhone Club*, que recebe suporte de atualizações da Apple.

Pensando nisso, Marise oferece aulas individuais dos principais modelos de smartphone como Samsung, Motorola, Iphone, LG, Xiaomi, entre outros. “Elas são voltadas para os idosos, mas tenho alunos na faixa dos 40 anos, o público é variado”. A professora alerta que não é um curso engessado, com apostila: “A pessoa aprenderá a usar o smartphone no seu tempo e no seu aparelho. As aulas são avulsas e direcionadas para a necessidade de cada aluno. Normalmente, elas ocorrem uma vez por semana com duração de 1h, o aluno define a periodicidade”.

Basicamente, Marise ensina a utilizar as redes sociais (Instagram, WhatsApp, Youtube e Facebook), realizar

pesquisas no Google, pagar contas sem sair de casa, fazer pix, tirar fotos e produzir vídeos, mas também pode auxiliar o idoso em outras necessidades: “É de suma importância saber fazer compras online com segurança para não cair em golpes, pedir refeições por aplicativo, chamar um Uber/táxi e até enviar



Foto: Pixabay

Fazer parte do mundo virtual é indispensável

resultados de exames e confirmar consultas médicas”. Ela também ajuda a utilizar aplicativos como o Waze ou para estacionamento rotativo. “Há uma série de apps sobre os mais variados assuntos, ensino a instalá-los e usá-los”.

A professora relata que a maioria de seus alunos afirma já ter pedido apoio

a filhos ou netos a fim de resolver algum problema no celular: “Os jovens não têm paciência para ensinar, apenas fazem os comandos sem explicar e pronto, deixando o idoso sem entender nada. Às vezes nem anotam a senha utilizada em algum cadastro”.

Por esta razão, Marise defende que o idoso ganha independência ao saber mexer no celular: “O dia a dia tem uma nova dinâmica, pois você pode fazer uma chamada de vídeo com familiares que moram em outra cidade ou país, reencontrar amigos antigos, mandar áudios, ouvir a missa da paróquia ou suas músicas preferidas enquanto lava a louça etc. Você ainda pode aprender a tocar um instrumento, fazer uma receita, criar um artesanato, é uma infinidade de opções. A nossa mente não pode ficar parada, com o celular você interage sempre, afasta a solidão e fortalece a memória”.

Mesmo você que tem medo de fazer alguma coisa errada e estragar o celular, as aulas vão te ajudar: “Tudo o que não conhecemos, temos receio de fazer. Smartphone não é um bicho de sete cabeças e nunca é tarde para aprender uma nova habilidade. Isso lhe dará confiança e segurança, sua autoestima vai aumentar, é uma nova vida”. Portanto, entre em contato com a professora Marise e faça parte do mundo virtual!

MARQUE A SUA AULA DE SMARTPHONE!

Telefone: 99244-9244 | Aulas individuais de segunda a sexta com a professora Marise Fontenelle

HOTEL GERIÁTRICO
@acolherconvivenciasenior
Rua Palmira, 52 - Serra

HOSPEDAGEM PARA IDOSOS

- ☑ Permanente
- ☑ Temporária
- ☑ Centro de Convivência

97158-4404 | 98816-8319

Galileo Galilei 10% DE DESCONTO NA MATRÍCULA PARA ALUNOS NOVATOS.

Berçário e Educação Infantil

HÁ 40 ANOS UMA REFERÊNCIA EM EDUCAÇÃO INFANTIL NA REGIÃO CENTRO-SUL DE BELO HORIZONTE.

VISITE NOSSA ESCOLA MATRÍCULAS ABERTAS

RUA GRÃO PARÁ - Nº1010 / FUNCIONÁRIOS - BH/MG
TELEFONE: 31.3213-8012 - 99775-7505

ESCOLAGALILEOGALILEI | ESCOLA_GALILEO
SITE: ESCOLAGALILEOGALILEI.COM.BR

FALE COM O PLANETA SERRA

Acesse o site do jornal **PLANETA SERRA** para saber tudo o que acontece aqui. Na seção *Fique por Dentro* divulgamos informações de interesse dos moradores que não conseguimos publicar no jornal impresso. Por apenas R\$ 20, você divulga quantas vagas de emprego quiser, empresário, podendo contratar quem mora na região (bit.ly/3zWnZ8I). Participe também sugerindo matérias ou reclamando de irregularidades no bairro. Entre em contato conosco!



jornalplanetaserra@gmail.com



www.jornalplanetaserra.com.br



(31) 98761-7569



Jornal Planeta Serra

FINANCIAMENTO COLETIVO

Pedrinho aproveita instalações da Visconde

Como foi prometido pelo **PLANETA SERRA** na edição de agosto, o ganhador do 1º sorteio do nosso financiamento coletivo pôde aproveitar seu prêmio passando algumas horas divertidas na Escola Infantil Visconde de Sabugosa, que recebe crianças de 1 a 5 anos.

Renato Santos foi o agraciado (assista ao vídeo do sorteio apontando a sua câmera do celular para o QR Code ao fim do texto) e indicou sua prima, Juliana, mãe do Pedro, de 3 anos, para receber o prêmio. Em 1º de setembro, a criança esteve na escolinha em companhia dos avós, Leomar Fagundes e Mariza, para uma tarde diferente.

Vimos de perto Pedro se divertir no pátio da Visconde andando nos carrinhos e correndo descalço. Mas o que chamou atenção da criança foi mesmo o tanque de areia, onde Pedro ficou a maior parte do tempo.

Mariza comentou a experiência do neto: “Ele queria que eu tirasse os sapatos e brincasse com ele no tanque de areia. Notei que na Visconde há um

Foto: Leomar Fagundes



Pedro, de cinza, se divertiu muito na Visconde

acompanhamento de perto por parte dos funcionários, esse cuidado é importante”.

Lilian Costa, diretora pedagógica da escola, também aprovou a ideia de oferecer essa oportunidade aos apoiadores do nosso financiamento coletivo: “Temos o maior prazer em receber as crianças aqui na Visconde, estamos

acostumados a situações como essa em razão do nosso processo de adaptação dos novos alunos à escola. Adotamos o modelo construtivista, que visa a desenvolver crianças independentes e confiantes em suas capacidades, mas que também saibam lidar com eventuais frustrações”.

Faça uma visita e conheça a Escola Infantil Visconde de Sabugosa, que fica na Rua Paul Bouthilier, 210, no Mangabeiras, perto da Praça da Bandeira. Torne-se um apoiador do **PLANETA SERRA** e concorra a um prêmio mensal oferecido por nossos anunciantes. Para isso, você deve acessar o site www.catarse.me/jornal_planeta_serra ou o QR Code na capa para mais detalhes. Nós estamos pedindo apoios mensais de R\$ 5, R\$ 10, R\$ 15, R\$ 20 ou de R\$ 50. Vamos fazer o **PLANETA SERRA** ainda mais forte, divulgue a nossa campanha!



ALANA DE SÁ
ODONTOLOGIA

Você tem vergonha de sorrir?

Somos especialistas em aumentar sua autoestima e trazer de volta o seu sorriso



(31) 2528-5600
(31) 8208-7246

Av. Getúlio Vargas, 254
Funcionários - Belo Horizonte/MG
30.112-020

