

Interagindo com a música

André Zimmerer



O curso de canto “Soltando a voz” é oferecido pelo Iate Clube de Brasília para pessoas acima de 50 anos, segundo Eliana Caram, presidente do Encontro Master do Iate (Emiate), e tem várias programações para pessoas desta faixa etária. “O ‘Soltando a voz’ existe há uns três anos, e tem aulas semanais de canto com o professor Paulinho Beissá. Os alunos treinam, cantam e fazem apresentações. Uma característica desse grupo é ser muito unido. Uns ficaram muito amigos e fazem festas, saem juntos para outros lugares, e são superanimados. Quando tem algum conjunto tocando aqui no clube, eles aproveitam e cantam também. Onde tiver um sonzinho eles estão lá juntos”, afirma.

Rosa Maria de Melo Correia, de 76 anos, é uma das alunas do curso de canto. Ela diz que se diverte muito e que participa desde o início da formação do grupo. “É um encontro muito bom, porque formamos um grupo de amigos. Todo mundo é animado e fazemos eventos na casa uns dos outros. Eu sempre fui mais espontânea, mas há pessoas do grupo que eram tímidas, e que mudaram muito com as aulas de canto, e hoje interagem muito mais com as pessoas em geral”, enfatiza.

E são vários os grupos em que o pessoal da melhor idade gosta de estar, mesmo que não seja exatamente para recreação. Geralmente, eles buscam aqueles com os quais se identificam, como os de oração, de acordo com a religiosidade de cada um. Esse é o caso de Maria do Carmo Pereira Bispo, 78 anos, que toda segunda-feira frequenta com o marido, Ivo Jacinto Bispo, 77 anos, um grupo evangélico, do qual participa há quatro anos. “Antes eu já frequentava a Igreja Batista, mas não era com tanta frequência. Meu marido sempre me acompanha, e agora estou levando também outras pessoas da minha família”, diz.

Socialização pela dança

Mary Leal



São muitas as academias na cidade que oferecem aulas para pessoas a partir dos 60 anos. A Ritmos Academia de Dança disponibiliza aulas de balé clássico, jazz retrô, dança de salão e dança do ventre para esta faixa etária específica. A proprietária da escola, Thais Barata, bailarina clássica e psicóloga por formação, diz que o balé clássico tem um papel superimportante, porque muitas mulheres sonharam em dançar balé quando meninas, e muitas vezes pensam que não podem mais fazê-lo porque passaram da idade. “Quando falamos que é possível, elas ficam muito empolgadas”, observa. Outra boa oportunidade para dançar é o jazz retrô, onde utilizamos músicas dos anos 70, 80 e 90 para tornar a aula mais empolgante, como uma espécie de retorno à Broadway. Já a Dança de Salão tem por objetivo a socialização e a diversão, com a saída dos grupos, quando possível, para dançar em festas e bailes específicos para cada ritmo, como forró, salsa e samba. A dança do ventre faz um resgate da autoestima feminina, fazendo com que a mulher sintase mais bonita e sensual. Todavia, todas essas modalidades pedem um preparo físico específico, pois exigem do bailarino, independentemente da idade, uma condição física adequada para executar os passos. Temos também um cuidado especial com alunos que possuem algum tipo de limitação, como dores na coluna e nos joelhos, e sempre adaptamos cada movimento”, acentua.