

CONEXÃO

Dança dos idosos: grupo promove saúde e prepara espetáculo

Projeto que une assistência social e saúde para a melhor idade busca trazer benefícios da dança e sociabilidade

Publicado 03/09/2023 Por Marcelo Grisa



Professora Ale Danielly empresta seus mais de 20 anos de experiência para passar a arte aos novos alunos (Foto: Marcelo Grisa)

“Isso é saúde. A gente sente saudade no dia em que não tem ensaio”, comenta, animado, Valdir Klafke, morador do bairro das Indústrias. Ele e a esposa, Lúcia, são dois dos idosos fazem parte do Grupo de Danças Friedenslilien. Dele fazem parte idosos de 22 comunidades e bairros de Estrela, com o objetivo de levar a arte e o movimento para os maiores de 60 anos.

Lúcia lembra que tudo começou devagar. “A gente foi indo, e não imaginava que chegaria até aqui. Não tenho palavras pra dizer o quanto estou feliz”, sorri. Eles e os mais de 50 colegas ensaiam na My Way Cia de Danças, que capitaneia o projeto em parceria com o Grupo de Apoio e Convivência do Idoso Estrelense (Gracie), coordenado pelo governo municipal.

Entretanto, no último sábado, 26, os participantes ocuparam o ginásio da Escola Estadual de Ensino Médio Estrela para um ensaio geral. Mais do que apenas se exercitarem, eles prepararam uma grande apresentação para a comunidade no dia 8 de dezembro.

Leoni Maria Mallmann, da Linha Glória, também participa do grupo. Chama a atenção dela a comunidade que se uniu em torno do grupo nos últimos meses. “Certamente tem o reflexo da orientação e do cuidado todo especial de como estamos sendo conduzidos”, fala. Ao final do ensaio geral, por exemplo, todos estavam confraternizando com lanches, bolos e café, por conta do aniversário de um dos integrantes.

Nas comunidades

A professora Ale Danielly é natural de Estrela e tem mais de 20 anos de trabalho com a dança na My Way. Ela tinha o sonho de poder levar esse serviço, de forma gratuita, como uma forma de terapia e saúde para os que estão na melhor idade. “Tentamos em 2019 e não deu, infelizmente. Mas a ideia se manteve, e eu tinha certeza que uma hora iria dar”, lembra.

Enquanto isso, a coordenadora do Gracie, Lorena Hauschild, já pensava a mesma coisa, mas por outros motivos. A intenção era expandir o trabalho com a música. “Fomos convidados várias vezes para as Oktoberfest para levarmos os nossos idosos para dançar e só tínhamos o coral”, relata.

Líria Marisa Barth faz a ponte entre a escola de dança e os grupos de idosos. Assim, se tornou auxiliar de Ale Danielly na organização do grupo. “É muito gratificante ver essas pessoas superando suas limitações. Algumas delas não sabiam que era possível, então nem tinham vontade de vir. E olha elas agora”, explica.

O nome, que é a tradução em alemão para a espécie de flores dos lírios-da-paz, o Friedenslilien não se limita aos movimentos típicos da cultura do país europeu. “Vamos surpreender muita gente com o que vamos apresentar”, aponta Ale Danielly.

Bom para o corpo e para a mente

A ciência comprova que a dança é uma ferramenta importante para a saúde física e mental dos idosos em especial. Os efeitos vão além da melhora em quadros de artrite e para combater o sedentarismo. Memória, menor stress e o próprio convívio social são benefícios possíveis para os dançarinos de plantão.

Ale lembra que é necessário cuidados especiais para respeitar os limites de cada um no Friedenslilien. “Algumas pessoas já podem ter alguma restrição de movimento, ou serem cardíacas, etc. Preciso cuidar deles como se fossem meus avós”, diz. Ela conduz o ensaio geral como faz nos grupos profissionais, que leva para diferentes lugares do Estado e do Brasil.

<https://grupoahora.net.br/conteudos/2023/07/27/no-momento-que-um-corpo-danca-nao-ha-problemas/>

HE CONOSCO CONTATO JORNAL A HORA JORNAL NOVA GERAÇÃO TUDO NA HORA A HORA DO

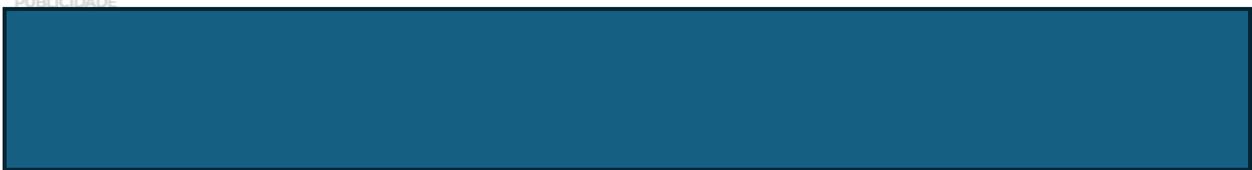
Sexta-Feira
23 de Agosto de 2024

A HORA

RÁDIO AO VIVO
A HORA 10

ções 2024 Memórias e Construções Região Alta Rumo Viver Cidades Nos Bairros 365 Vezes no Vale Colunistas

PUBLICIDADE



ABRE ASPAS

“No momento que um corpo dança não há problemas”

A dança sempre cativou a estrelense Ale Danielly, 46. A paixão virou profissão com a My Way Cia de Danças, escola com 20 anos de atividade. No dia a dia, atende todos os tipos de alunos, desde noivos em ensaio para o casamento, debutantes, solteiros afim de conquistar alguém pela dança e idosos querendo manter o corpo em movimento

Por Caetano Pretto - quinta-feira, 27 de Julho de 2023 às 07:30

Quando descobriu que a dança poderia ser profissão?

Eu danço desde criança. Todos os grupos folclóricos e de danças que pudessem existir na década de 80 e 90 eu participava. Começou no período que estudei no Castelinho. Depois participei do grupo de danças da internada na Escola Vidal de Negreiros. E depois disso entrei para o CTG Bento Gonçalves. Viajei pelo país, passei a conhecer outras culturas. Em seguida o sonho de abrir uma escola. No início não tinha um local fixo. Fazia parceria com clubes e academias. Mas o trabalho começou grande. Quando eu vi estava atendendo todas cidades do Vale e parte da Serra. Foi preciso abandonar minha profissão anterior e me dedicar exclusivamente à dança. Não foi sorte, foi dedicação e paixão pelo que se faz. O carisma e tratamento com as pessoas foi fundamental para o sucesso.

Lembra da primeira vez que se encantou com esta arte?

A paixão pela dança veio quando vi a expressão corporal de alguns dançarinos que se apresentavam em um festival de danças. A sincronia dos movimentos, corpo, alma, eram tão perfeitos que eu não podia mais viver de sonhar, eu queria estar ali. Eu costumo dizer que no momento que um corpo dança não há problemas, é uma entrega completa.

Qual é o seu estilo favorito?

Difícil uma professora de danças, apaixonada, responder essa pergunta. Até porque eu ensino pessoas. Eu amo samba de gafieira, por exemplo. Mas meu estilo favorito é aquele que eu possa expressar toda a minha alegria, então acho que são todos.

A dança ajuda no dia a dia?

A dança é considerada terapia. As pessoas têm corrido para vencer a vida, como se precisassem conquistar o mundo. E acabam não tendo tempo para elas. Muitas não gostam de exercícios, de frequentar a academia. E muitas necessitam desligar-se do mundo agitado. A dança é uma forma de se manter saudável de corpo e mente. Pós pandemia vieram muitos alunos por indicação médica, com sintomas de depressão, fobia social, pânico. Então este é o caminho. Dança e alegria.

Que perfil costuma procurar as aulas?

Tímidos, solteiros afim de conquistar alguém através de uma boa dança. Pessoas que sonharam uma vida toda em saber dançar e devido seu parceiro não gostar, abriram mão do sonho. Depois de viúvos ou divorciados nos procuram para realizar o sonho tão adiado. Pessoas que desejam fazer da dança sua prática física. Noivos que desejam surpreender seus convidados no casamento. Debutantes procurando por uma coreografia de 15 anos para dançar com o pai, namorado, avó e irmão. Perfis diversos.

Como a dança pode ajudar na terceira idade?

A dança para os idosos simplesmente é mágica. Eu aprendo a cada ensaio com eles. A evolução pode ser lenta, estamos falando de idosos. Mas o propósito é este. Memorização através das coreografias, repetições, mobilidade, flexibilidade, alongamento dos músculos. Os ensaios são preparados com todo amor e cuidado. Preciso cuidar deles como se fossem meus avós. Fazendo estes treinos de uma hora, estão trabalhando respiração, equilíbrio e memorização. A dança é excelente para casos de artrose, artrite, fibromialgia e outras tantas doenças, principalmente as autoimunes. Manter o corpo em movimento traz inúmeros benefícios.

<https://grupoahora.net.br/conteudos/2023/08/01/minha-vida-louca-louca-vida-e-assim-que-a-professora-traduz-a-sua-paixao-por-lecionar-danca/>



“Minha vida louca, louca vida”, é assim que a professora traduz a sua paixão por ensinar dança

Instrutora e coreógrafa da Academia de Dança My Way revela que a dança já é uma terapia para as pessoas

Por Redação - terça-feira, 01 de Agosto de 2023 às 18:03
Atualizado terça-feira, 01 de Agosto de 2023 às 18:04

A professora de dança, Ale Danielly participa da edição do programa Fora de Hora, desta terça-feira. Ela trabalha com aulas particulares e ministra cursos de dança para diferentes públicos e comenta sobre a criação do grupo de danças para idosos em Estrela.

Seu trabalho com a terceira idade, cadeirantes e crianças, sempre foi um sonho. Atualmente são atendidos 22 grupos em diferentes cidades que contemplam estes públicos.

Ela comemora a falta de horários em sua agenda no pós pandemia, pois revela a importância do seu trabalho e do papel da dança na vida das pessoas.

Pesquisa nas seguintes Mídias Sociais:

Objetivo: Conhecer a opinião do público sobre a Banda e as músicas que possuem maior relevância, verificar eventos em que ela já se apresentou, inclusive em outras Prefeituras, entender o alcance que os perfis possuem, verificar divulgações em páginas relacionadas ao assunto e em mídias especializadas, como rádios, jornais e revistas, bem como acompanhar a agenda de eventos da futura contratada.

<https://www.instagram.com/mywayciadedancas?igsh=MWxwazc1ajZvM2sx>

<https://www.facebook.com/ciamyway?mibextid=ZbWKwL>

← mywayciadedancas



742 publicações 1.653 seguidores 2.178 seguindo

My Way Cia de Danças de Salão

Escola de dança

- Aulas particulares, aulas em grupos
- Show em eventos
- Coreografias especiais para casamentos, 15 anos, formaturas e muitos outros!

Ver tradução

R. Bahia, 140 - Estados, Estrêla, Rio Grande Do Sul, Brazil 95880-000



My Way Cia de Danças de Salão

3,2 mil curtidas • 3,4 mil Seguidores:



Companhia de Danças de Salão.

Curtir

WhatsApp



Publicações

Sobre

Fotos

Mais

Detalhes

Página · Estúdio de dança

Recomendado por 80% (29 avaliações)



Ale Danielly

Orgulho de ser GAÚCHA — com My Way Cia de Danças de Salão e outras 2 pessoas.

3 DE DEZ. DE 2018

ENVIAR MENSAGEM PARA ALE DANIELLY

150

10 comentários 1 compartilhamento

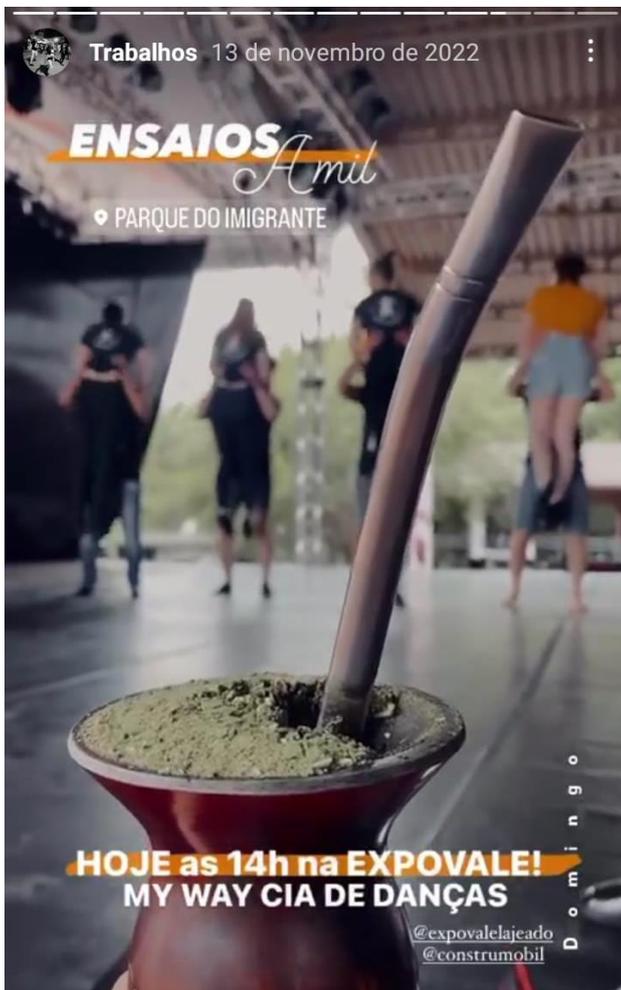
My Way no Teatro Renascença em Porto Alegre

Atualizado 19 de abr. de 2016 • Público

Curtir

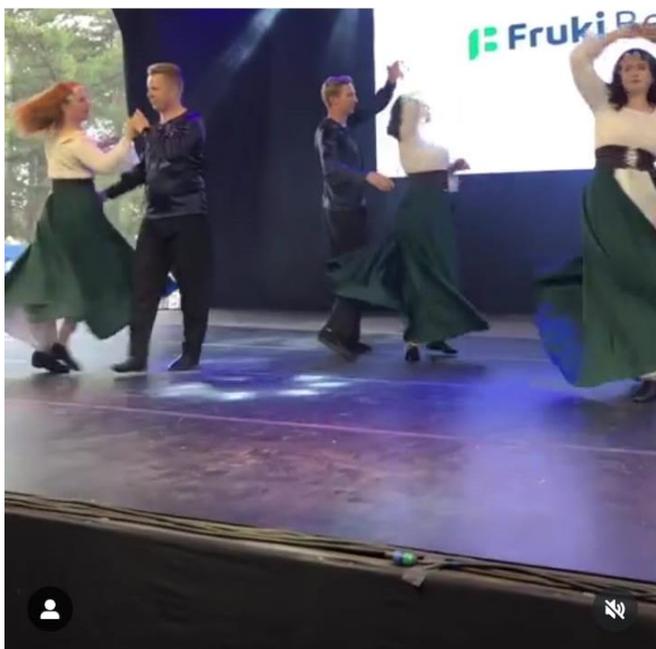
Comentar





← Mercado

Sequir



← Mercado

Sequir



❤️ 138 💬 1 📍 17



expovalelajeado Ritmos diversos marcam a tarde deste domingo (13) na Expovale+Construmóbil. 🦋 My Way Cia de Danças se apresentou no Pavilhão de Shows, com o tema "A magia da dança através do teu olhar". Veja algumas coreografias 🎭

Ver todos os comentários

13 de novembro de 2022 • Ver tradução



Bruna M. Finger Arnholdt  recomenda **My Way Cia de Danças de Salão.**

12 de abr. de 2017 · 

Vcs são simplesmente únicos, talentosíssimos, parceiros, amigos, criativos e mto, mas mto competentes. Posso até dizer que são mágicos, transformam sonhos em realidade, ideias em ação. Foi mto especial nosso momento e vamos guardar pra sempre!!!! Sucesso e saúde pra vcs!!!!

5 estrelas

 Curtir  Comentar  Enviar  Compartilhar



INTROCIDO: METANOX, Plastrela, CONSTRUSCHOR, NUTRITEC

APOIO: ESTRELA

FINANCIAMENTO: IERO cultura, GOVERNO DO ESTADO RIO GRANDE DO SUL

Ale Danielly
— com My Way Cia de Danças de Salão e outras 8 pessoas.
17 DE SET. DE 2022

← Avaliações



Carla Orlandini  recomenda **My Way Cia de Danças de Salão.**

18 de dez. de 2017 · 

Os professores, Daniel e Alessandra, são competentes, organizados, comprometidos e acolhedores. O ambiente é muito agradável, é tudo de bom!!!

 Curtir  Comentar  Enviar  Compartilhar



Daniel Mallmann  recomenda **My Way Cia de Danças de Salão.**

13 de nov. de 2017 · 

Ótimo ambiente para aprimorar a dança e passar bons momentos e fazer amizades!

5 estrelas

 Curtir  Comentar  Enviar  Compartilhar



Caren De Oliveira  recomenda **My Way Cia de Danças de Salão.**

30 de out. de 2017 · 

Graças a escola a dança se tornou minha nova paixão em minha vida e lá ouvi que a dança quando entra na nossa vida vem pra ficar. E é isto que está acontecendo me deixando muito mais feliz a cada dia por isto não pretendo mais parar de dançar.

 Curtir  Comentar  Enviar  Compartilhar

Chave de Acesso da NFS-e

4307807222525775400015200000000000824082086648997



A autenticidade desta NFS-e pode ser verificada pela leitura deste código QR ou pela consulta da chave de acesso no portal nacional da NFS-e

Número da NFS-e 8	Competência da NFS-e 26/08/2024	Data e Hora da emissão da NFS-e 26/08/2024 20:22:59
Número da DPS 8	Série da DPS 900	Data e Hora da emissão da DPS 26/08/2024 20:22:59

EMITENTE DA NFS-e Prestador do Serviço	CNPJ / CPF / NIF 25.257.754/0001-52	Inscrição Municipal -	Telefone (51) 9732-1660
Nome / Nome Empresarial ALESSANDRA DANIELLE DE ALMEIDA 64765300030		E-mail aledanielly@hotmail.com	
Endereço Bahia, 140, Dos Estados		Município Estrela - RS	CEP 95880-000
Simplex Nacional na Data de Competência Optante - Microempreendedor Individual (MEI)		Regime de Apuração Tributária pelo SN -	

TOMADOR DO SERVIÇO	CNPJ / CPF / NIF 027.529.620-29	Inscrição Municipal -	Telefone -
Nome / Nome Empresarial JESSICA DE SOUZA CAMARGO		E-mail -	
Endereço -		Município -	CEP -

INTERMEDIÁRIO DO SERVIÇO NÃO IDENTIFICADO NA NFS-e

SERVIÇO PRESTADO

Código de Tributação Nacional 08.02.01 - Instrução, treinamento, orientação pedagógica e educacion...	Código de Tributação Municipal -	Local da Prestação Estrela - RS	País da Prestação -
Descrição do Serviço Coreografia especial para casamento			

TRIBUTAÇÃO MUNICIPAL

Tributação do ISSQN Operação Tributável	País Resultado da Prestação do Serviço -	Município de Incidência do ISSQN Estrela - RS	Regime Especial de Tributação Nenhum
Tipo de Imunidade -	Suspensão da Exigibilidade do ISSQN Não	Número Processo Suspensão -	Benefício Municipal -
Valor do Serviço R\$ 900,00	Desconto Incondicionado -	Total Deduções/Reduções -	Cálculo do BM -
BC ISSQN -	Alíquota Aplicada -	Retenção do ISSQN Não Retido	ISSQN Apurado -

TRIBUTAÇÃO FEDERAL

IRRF -	CP -	CSLL -	
PIS -	COFINS -	Retenção do PIS/COFINS -	TOTAL TRIBUTAÇÃO FEDERAL -

VALOR TOTAL DA NFS-E

Valor do Serviço R\$ 900,00	Desconto Condicionado R\$	Desconto Incondicionado R\$	ISSQN Retido -
IRRF, CP,CSLL - Retidos R\$ 0,00	PIS/COFINS Retidos -		Valor Líquido da NFS-e R\$ 900,00

TOTAIS APROXIMADOS DOS TRIBUTOS

Federais -	Estaduais -	Municipais -
----------------------	-----------------------	------------------------

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

NBS: 122901100

CIA DE DANCAS MY WAY ALESSANDRA DANIELLE DE ALMEIDA 64765300030 CNPJ: 25.257.754/0001-52 RUA BAHIA, 140 CEP: 95880-000 - Bairro: DOS ESTADOS Município: ESTRELA - RS Telefone: () 984709092 Celular: () 997321660 Email: aledanielly@hotmail.com Insc. Municipal: 16180	Número da NFS-e 28	
	Situação Emitido	

Nota Fiscal de Serviço Eletrônica - Série NFS-e

 ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL PREFEITURA MUNICIPAL DE ESTRELA Secretaria Municipal da Fazenda	Autenticidade 0186530016515504	
	Data Emissão 22/08/2023	Hora Emissão 19:15:44

TOMADOR DO SERVIÇO

Razão Social		CPF/CNPJ
MUNICIPIO DE ESTRELA		87.246.120/0001-51
Endereço	Número	Complemento
RUA JULIO DE CASTILHOS	380	
Bairro	CEP	Cidade - Estado
CENTRO	95880-000	ESTRELA - RS

DESCRIÇÃO DOS SERVIÇOS PRESTADOS

Serviço	Quant.	Unid.	Vlr. Unid.	Local Prest.	Alíquota	Sit. Trib.	Vlr. Trib.	Dedução	Vlr. ISSRF
802	-	-	-	8653	3.0000 %	TI	1.740,00	0,00	0,00

Descrição do Serviço:

Oficina de Terapias Holísticas/Danças aos Grupos de idosos do GRACIE- Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos do CRAS

Base de Cálculo	Valor ISSQN	Valor ISSRF	Desconto	Valor Total	Valor Líquido
1.740,00	SIMEI	0,00	0,00	1.740,00	1.740,00
IR 0,00	INSS 0,00	CSLL 0,00	COFINS 0,00	PIS 0,00	

Descrição dos subitens da lista de serviço em acordo com Lei Complementar 116/03

802 - Instrução, treinamento, orientação pedagógica e educacional, avaliação de conhecimentos de qualquer natureza.

Legenda do local da prestação do serviço

8653 - ESTRELA - RS

Outras Informações

TI - Tributada Integralmente.

Documento Emitido por Microempreendedor Individual optante do SIMEI.

Não gera direito a crédito fiscal de IPI

(802) Serviço Tributado no município do prestador.

Autorização para emissão de Nota Fiscal de Serviço Eletrônica: 295/2018 de 19/12/2018.

A data de vencimento do ISS quando o mesmo for devido no município do Prestador: 21/09/2023.

A veracidade das informações declaradas na NFs-e podem ser consultadas no site: Departamento Fiscal .

Valor aproximado dos tributos: Federais R\$ 234,03 (13.4500%), Estaduais R\$ 0,00 (0.0000%), Municipais R\$ 85,43 (4.9100%), com base na Lei 12.741/2012 e no Decreto 8.264/2014 - Fonte: IBPT.

Usuário responsável pela emissão: 25.257.754/0001-52 - ALESSANDRA DANIELLE DE ALMEIDA 64765300030