

RP

Com Luly Zonta

rp@bomdiabauru.com.br

# Ginástica para o Cérebro

Os inúmeros benefícios que a prática de atividades físicas proporciona à saúde e à vida das pessoas já são de conhecimento de toda a população. O que muita gente não sabe, porém, é que o equilíbrio corporal pode ser complementado por meio de uma série de exercícios que estimulam o cérebro, a chamada ginástica para o cérebro.

Há sete meses em Bauru, o método Supera - Ginástica para o Cérebro comprova sua eficácia tanto em crianças quanto nos adultos.

“Os alunos já mostram avanços significativos”, comenta Antonio Eufrásio de Toledo Neto, o Neto Toledo, diretor da franquia Supera e da Braziw Idiomas.

## BOM DIA - O ábaco é base do Supera. O método é puro raciocínio lógico?

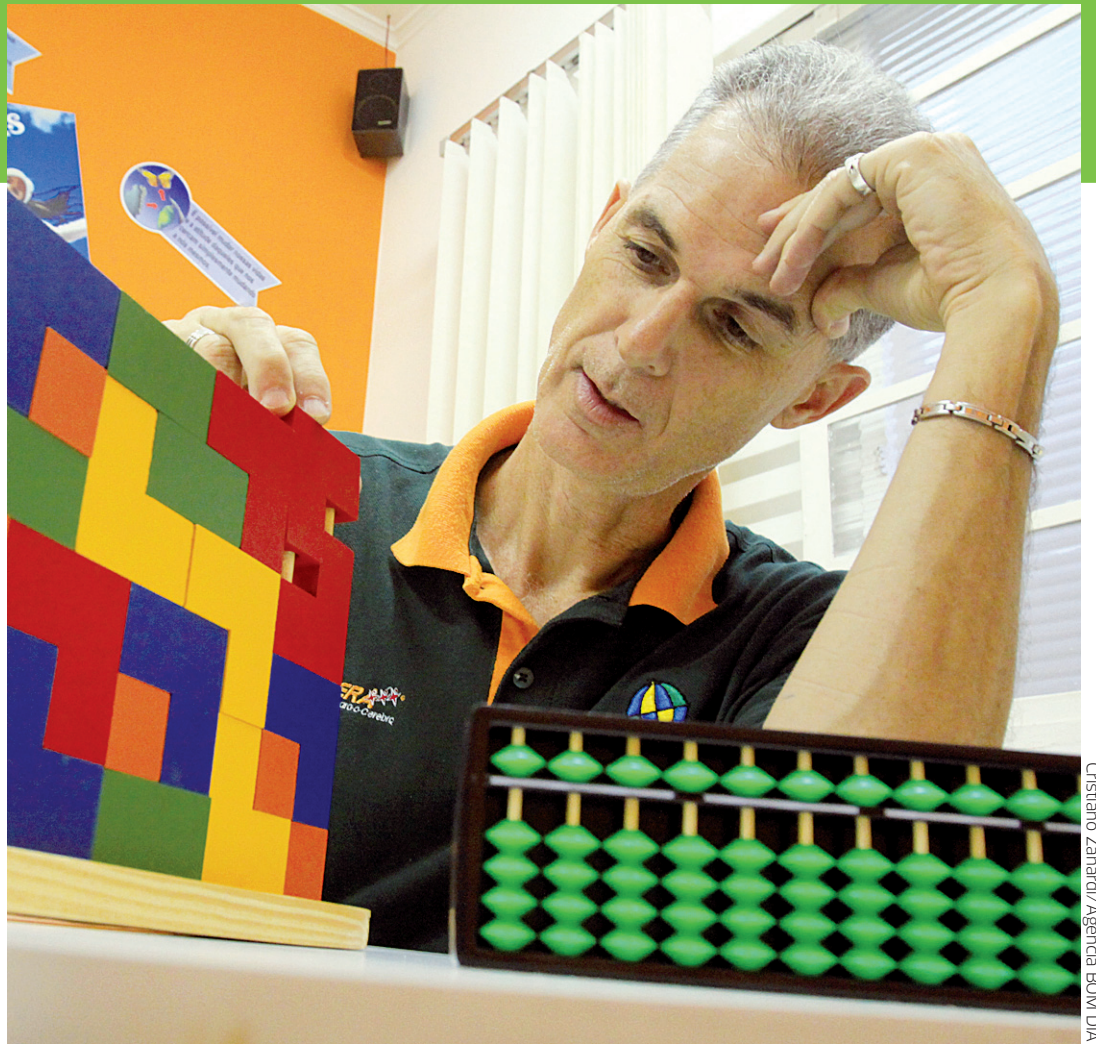
### Antonio Eufrásio de Toledo Neto

O Método Supera - Ginástica para o Cérebro, tem como base principal o ábaco, um instrumento milenar de origem chinesa utilizado para fazer cálculos. Com ele, os alunos serão estimulados a explorar qualidades como o raciocínio lógico, disciplina, concentração, rapidez de raciocínio, etc. Os poderes do instrumento sobre a mente humana são conhecidos há séculos pelas civilizações

orientais. Até por uma questão religiosa, os orientais sempre acreditaram que o ser humano é muito mais fruto do empenho pessoal, do desenvolvimento pessoal, do que de uma questão genética. Além do ábaco, o Supera utiliza jogos, desafios lógicos, neuróbicas e as dinâmicas em grupo.

## BOM DIA - Crianças e adolescentes ficam mais focados com o método?

**Neto Toledo** - A proposta do método não é trabalhar conteúdo curricular. Ele desenvolve a mente e capacita os alunos a concentrar, entender e absorver todo o conteúdo enquanto assistem às aulas e estudam. O Supera melhora as capacidades de concentração, raciocínio lógico e criatividade para que o aluno não venha a ter dificuldades de aprendizado no futuro. O programa ajuda a superar déficits de atenção, contribuindo para melhorar o seu desempenho escolar. Normalmente, os cursos existentes reforçam o conteúdo, agindo pontualmente no problema, enquanto o Supera atua globalmente, aumentando a capacidade de aprendizado do aluno para que ele não apresente mais dificuldades, seja em



Cristiano Zanardi/Agência BOM DIA

Neto Toledo, diretor do Supera em Bauru, apresenta alguns dos materiais didáticos do método

matemática ou nas demais áreas do conhecimento. Educadores reprovam os métodos baseados em repetições, pois entendem que desenvolvem o condicionamento e não são benéficos, já que não privilegiam o raciocínio lógico, a criatividade e a capacidade em resolver problemas. Após inúmeras repetições o aluno aprende a matéria, embora sem saber o porquê e para que. O método desenvolve principalmente a capacidade da criança em reter o conhecimento adquirido na escola e foca no hábito de estudar.

## BOM DIA - Os adultos tem um melhor desempenho profissional?

**Neto Toledo** - Profissionais criativos e rápidos nas decisões são os mais disputados pelo mercado. Nestes casos, o método explora a criatividade, foco, raciocínio lógico, a capacidade em resolver problemas e até a timidez. Isso também inclui desde a superação nos esportes até mesmo o melhor preparo para concursos e vestibulares.

## BOM DIA - O método também é indicado para a melhor idade?

**Neto Toledo** - A melhor idade busca manter qualidade de vida tendo um cérebro vivo. Hoje há estudos mostrando que o exercício cerebral aumenta nossa expectativa de vida em torno de três anos. Esta afirmação é comprovada pela neurociência. Estudos mostram que as células nervosas crescem, se modificam e fortalecem em resposta aos estímulos e experiências vividas, indicando que o treinamento cerebral tem um grande impacto sobre as capacidades cognitivas. Sem uso, o cérebro fica preguiçoso e demora para dar uma resposta quando solicitado.



O casal Marco e Suzy Montagna recebe a cliente Luciana Ficher (ao centro) em dia de festa

## Linda Mulher

Na última sexta-feira, o casal Marco e Susy Montagna inaugurou o Atelier Linda Mulher. Agora, as clientes contam com um amplo ambiente para conferir as novidades da moda primavera-verão.



Sinete Furlanetto Ferro prepara coleção para as festas de fim de ano

## Tudo é festa!

A estilista Sinete Furlanetto Ferro, do Esse Atelier, completa um ano de sucesso em Bauru, oferecendo elegância para festas em grande estilo. Ela conta que novos modelos serão apresentados na próxima edição da revista BOM DIA Noiva & Festa.



Os irmãos João e Paulo Godoy comandam a unidade bauruense do Salomé Bar

## Ranking

Os irmãos João e Paulo Godoy, sócios no Salomé Bar, em Bauru, comemoram o 33º lugar no segmento de alimentação no Guia das "Melhores Franquias do Brasil". A criteriosa avaliação é realizada em sua sétima edição pela revista Pequenas Empresas & Grandes Negócios. A notícia pede um brinde e acepipes.

ESSE  
atelier

Agência BOM DIA