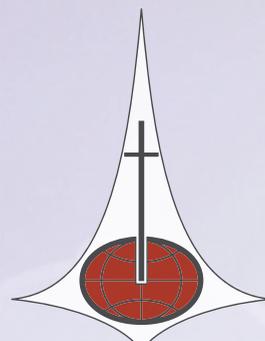


CARTILHA

JUVENTUDES E PESSOAS IDOSAS

Uma continuação do Projeto Juventudes e Diaconia: livres para transformar o mundo



IECLB

Ficha técnica

Publicação organizada pela Coordenação do Trabalho com Jovens e Programa de Intercâmbios da Secretaria da Ação Comunitária da IECLB, Conselho Nacional da Juventude Evangélica (CONAJE) e Núcleo de Produção e Assessoria da IECLB

Equipe nacional de coordenação da campanha: Bianca Koffke, Carla Vilma Jandrey, Eduardo Borchardt, Gerson Acker, Isabella Gnas, Martina Wrasse Scherer, Renato Valenga e Simone Engel Voigt

Equipe de elaboração do material: Ana Paula Genehr, Carla Vilma Jandrey, Eduardo Borchardt, Erica Hoffman, Janaína de Mattos, Marli Lutz, Maria Coreti dos Santos, Maria Regina Morales dos Santos, Marcelo Sieben, Martina Wrasse Scherer, Naiane Dummer, Renato Valenga, Simone Engel Voigt, Vilma Reinhar e Vera Nunes

Revisão: Carla Vilma Jandrey, Eduardo Borchardt, Emilio Voigt, Gerson Acker, Martina Wrasse Scherer, Renato Valenga e Simone Engel Voigt

Revisão ortográfica e diagramação: Martina Wrasse Scherer

Publicado com apoio da Federação Luterana Mundial (FLM) e Secretaria Geral da IECLB

Disponível em versão digital: www.luteranos.com.br

Contato:
Secretaria da Ação Comunitária
Rua Senhor dos Passos, 202 – 4º andar
Porto Alegre/RS
Fone: (51) 3284-5400
E-mail: secretariageral@ieclb.org.br

Conteúdo da cartilha

1 A pessoa idosa no contexto bíblico

2 A pessoa idosa no contexto atual

- 2.1 Legislação: Estatuto do Idoso
- 2.2 Saúde: dos mitos e tabus à prevenção e envelhecimento ativo
- 2.3 Tecnologia: analfabetismo digital e barreiras ao diálogo intergeracional
- 2.4 Arquitetura: barreiras arquitetônicas e acessibilidade

3 A pessoa idosa no futuro

- 3.1 Eu me enxergo como uma futura pessoa idosa?
- 3.2 Diálogo intergeracional e justiça climática

4 A pessoa idosa na família e na comunidade

5 Subsídios para encontros com jovens

- 5.1 O que é empatia?
- 5.2 Rute e Noemi
- 5.3 Nossas diferentes gerações

6 Propostas de dinâmicas de integração com pessoas idosas

7 Proposta de programação para um dia de encontro de multiplicação da campanha *Juventudes e Pessoas Idosas*

8 Indicações e recursos

9 Planejando ações diaconais

- Formulário de planejamento de ações diaconais
- Exemplos de ações diaconais
- Instituições de longa permanência e contatos úteis

Apresentação

Em 2016, a Juventude Evangélica da Igreja Evangélica de Confissão Luterana no Brasil (IECLB) engajou-se no projeto *Juventudes e Diaconia: livres para transformar o mundo*, multiplicando ações diaconais por todo o país. A iniciativa teve apoio da Secretaria Geral da IECLB e da Federação Luterana Mundial (FLM). O sucesso deixou gostinho de quero mais, o que motivou sua continuidade em uma nova campanha com outro tema: *Juventudes e Pessoas Idosas*.

Motivos para estudar o tema não faltam, a começar pelas mudanças demográficas que o mundo está passando. No Brasil, o processo de envelhecimento está ocorrendo de forma acelerada: segundo projeções do IBGE, até 2050 uma em cada três pessoas no país terão mais de 65 anos. Até o ano de 2000, era uma em cada doze pessoas! Esse fenômeno também é observado entre as pessoas membro da IECLB. É cada vez mais predominante a participação de pessoas idosas em cultos e outras atividades comunitárias.

Mas, parafraseando Lutero, *o que significa isso?*

Significa que todos e todas nós ainda estamos aprendendo a lidar com os desafios, não só na área de políticas públicas como previdência social e saúde, mas, também, com a vivência familiar e comunitária. E, como simboliza a identidade visual do projeto, precisamos mudar nosso olhar sobre a pessoa idosa e sobre o próprio processo de envelhecimento de cada um e cada uma.

Assim, queremos agregar nesta cartilha subsídios para trabalhar o tema com propriedade, trazendo também propostas concretas de atividades que possam ser utilizadas tanto por grupos de jovens como por outros grupos que tenham interesse na campanha.

Que possamos nos inspirar no amor e no agir de Jesus Cristo, promovendo vida digna às pessoas de todas as idades.

Equipe nacional de coordenação da campanha
Juventudes e Pessoas Idosas - IECLB

A pessoa idosa no contexto bíblico

*Os velhos e as velhas voltarão a sentar-se nas praças de Jerusalém
(Zacarias 8.4)*

Muitos textos bíblicos revelam a importância e o protagonismo das pessoas idosas. Ao mesmo tempo, alguns textos denunciam a realidade de exclusão e do preconceito.

Conforme Erhard Gerstenberger, “foi nos anciãos que se concretizou para a família, a tribo ou a nação, toda experiência do passado. Eles preservaram os conhecimentos adquiridos pelo grupo, pela sociedade” (1978, p. 35-36). Mediante este fato, as pessoas mais idosas eram integrantes valiosas do grupo, ocupando posições de liderança e destaque. Mas também há narrativas de tensões e conflitos ético-religiosos entre as gerações, movidas por interesses que rompiam com normas vitais para sociedade. Os primeiros capítulos do livro de Samuel (1 Samuel 2.22) descrevem transgressões às leis de proteção, levando à violência e ao estupro.

Um fator que contribuiu para a marginalização da pessoa idosa foi a compreensão que relacionava a doença ao pecado. Em muitos casos, a doença era interpretada como punição por um pecado. Esta compreensão tornava a pessoa idosa mais exposta à marginalização e ao preconceito. Em Jó 19 esta situação é colocada de forma gritante. Mas há outros relatos: “Foi justamente sobre a pessoa

velha que, muitas vezes, caiu a suspeita de ser castigada por Deus. Pois, na velhice aumentam as doenças, fraquezas e debilidades. Prova disso é o Salmo 71, uma oração de pessoas velhas tentando salvar-se da isolamento e do ostracismo” (GERSTENBERGER, 1978, p. 42).

Apesar de casos de preconceito, percebe-se claramente que as pessoas idosas desempenhavam a função decisiva de reunir, formular e preservar o saber comunitário. Nesta tarefa, se destaca a presença das mulheres. Tanto as mães quanto as avós (anciãs), em seu papel educativo, detinham e repassavam o saber da coletividade.

Muitas são as passagens inspiradoras de pessoas idosas na Bíblia. Que tal recordar algumas histórias? São boas sugestões para inspirar estudos bíblicos em seus grupos.

Sara e Abraão: histórias de vida que nos acompanham desde a infância (Gênesis)

Sara e Abraão carregam as histórias das famílias de povos nômades que lutam por espaços de sobrevivência. Foi exatamente na fase da maturidade que floresce seu protagonismo na organização da caminhada do povo de Deus. A história inicia com a promessa do acesso à terra (Gênesis 12.1-3). Ter um pedaço de chão é mandato divino. Esta promessa, porém, não está isolada. Está conectada a um episódio que narra a violência sofrida por Sara (Gênesis 12.10ss). A superação desta violência se dá na intervenção de Deus em favor de Sara. Deus vai ao encontro de Sara, vê sua opressão e escuta o seu clamor, libertando-a da “casa da servidão”.

Gênesis 18.1-15 descreve o anúncio da gravidez de Sara. Porém, Sara continua excluída. As relações de poder permanecem no controle dos homens. A perspectiva que esta narrativa coloca é de superação destas relações, ao fazer a gradual inclusão de Sara. A promessa da descendência, do filho, está vinculada à inclusão da mulher, da mãe. Em Gênesis 21, essa história tem sua continuidade.

Algumas passagens bíblicas reveladoras da importância do papel atribuído às pessoas idosas:

Levítico 19.32
Salmo 37.25
Salmo 71.18
Salmo 90.10
Salmo 91.16
Salmo 92.12ss
Salmo 71.9
Provérbios 23.22
Isaías 46.3
1 Pedro 5.5
1 Timóteo 5.1-2

DICA: Confira proposta de meditação baseada na linda história de Rute e Noemi ao final da cartilha (pág. 27).

A profetisa Ana: uma idosa sem papas na língua (1 Samuel 2)

Em seu canto profético, Ana retoma o cuidado de Deus pelas pessoas vitimadas pelas opressões de governantes e seus exércitos. Faz uma dura crítica à violência que se institucionaliza a mando dos reis e rainhas e anuncia: o reinado não tem futuro! Futuro têm as pessoas humildes, fragilizadas, estéreis, marginalizadas. Seu filho Samuel, quando idoso, retoma em boa parte o cântico da mãe (1 Samuel 8.1-18), se opondo ao desejo de instaurar o regime monárquico. Ele coloca duras críticas, apontando para os “direitos” do rei, que destroem totalmente as relações de justiça entre as pessoas.

Pessoas idosas no período do reinado: guardiãs do direito (1 e 2 Reis)

Ao lado dos profetas, anciãos e anciãs tiveram contribuição expressiva no exercício da política em Israel. Sua defesa pela prática da justiça contra as opressões da monarquia é o que pontua um fato que teve consequências para a organização social do povo no reinado de Roboão. Conforme 1 Reis 12.1-15, as tribos do norte resistiam à exploração e as pesadas cargas que Salomão havia imposto sobre o povo. Os anciãos aconselharam o rei a diminuir a carga tributária e a servir o povo. Porém, ele não levou em consideração o conselho dos anciãos. Essa atitude acaba causando a divisão do reino de Israel (930 a.C).

A profetisa Hulda, que morava na periferia de Jerusalém, foi consultada por Josias quanto a reconstrução e reforma do Templo (2 Reis 22.3-23.2). Sua crítica ao reinado foi contundente. Assim como a profetisa Ana, Hulda levanta sua voz profética com a mesma radicalidade dos profetas do norte (Amós, Oséias) e sul (Miquéias e Isaías) diante do regime de opressão imposto brutalmente ao povo empobrecido.

Simeão e Ana: que dupla! (Lucas 2.22-38)

Quando Jesus foi apresentado no templo em Jerusalém, duas pessoas tiveram papel importante: Simeão e a profetisa Ana (Lucas 2.22-38), que eram pessoas idosas. Por causa da promessa feita pelo Espírito de Deus, Simeão veria o Salvador antes de morrer. Simeão, ao tomar a criança no colo, diz: “Agora, Senhor, podes despedir em paz o teu servo, segundo a tua palavra” (Lucas 2.29). Essas palavras fazem parte do cântico de Simeão, cântico que manifesta a confiança total em Deus diante da finitude da vida. Por ser idoso, poderia a partir deste momento, morrer de forma confiante, pois Deus havia cumprido sua promessa de enviar o Messias.

DICA: Acesse a proposta de encontro para grupos de jovens do Palavr@ção 27, com estudo sobre Ana e Simeão. Acesse e busque pelo susídio intitulado **Percebendo nossa finitude com Ana e Simeão:** <https://www.luteranos.com.br/textos/palavr-o-on-line-24647>

Ana é conhecedora das profecias e promessas de Deus. Assim como Simeão, reconhece naquela criança o Messias tão esperado (Lucas 2.38). Sabe-se que Ana era profetisa e, provavelmente devido ao fato de ser viúva e sem filho ou filha – portanto desprotegida socialmente –, encontrou um espaço para articular sua atuação a partir do templo. Tudo indica que estava bem ambientada neste espaço e era reconhecida por sua ação profética. Sua importância também está no fato de que sua ação estabelece o vínculo entre o Antigo e Novo Testamento.

Outros exemplos: a esperança por novos céus e nova terra

As promessas de Deus incluem pessoas jovens e pessoas idosas. A prática das comunidades cristãs e a expectativa do reino de Deus apontam tanto para o protagonismo, quanto para o cuidado com as pessoas idosas.

O profeta Joel anunciou ao povo de Israel uma esperança de libertação e salvação: o Espírito de Deus será derramado a toda humanidade (Joel 2.28-29). O Livro de Atos reproduz esta profecia: “E acontecerá nos últimos dias, diz Deus, que derramarei o meu Espírito sobre toda a humanidade. Os filhos e as filhas de vocês profetizarão, os seus jovens terão visões, e os seus velhos sonharão. Até sobre os meus servos e sobre as minhas servas derramarei o meu Espírito naqueles dias, e profetizarão” (Atos 2.17-18). De acordo com Atos, a promessa de Deus se cumpriu no dia de Pentecostes. O sopro do Espírito Santo despertou a fé e a motivação para a vida comunitária baseada em novos princípios. A comunidade se torna o lugar onde diferentes convivem em equidade e as pessoas mais fragilizadas são valorizadas e cuidadas. Essas relações de justiça são características do seguimento a Jesus.

Em pessoas idosas como Lóide, avó de Timóteo, e em tantas outras, as comunidades e pessoas encontraram referência e fortalecimento para a fé e o discipulado (2 Timóteo 1.5). O próprio apóstolo Paulo refere-se a si mesmo como velho (Filemom 1.9). Sozinho, na prisão, compartilha em forma de desabafo e tristeza (2 Timóteo 4) suas dores e frustrações, apesar de manter sua firmeza no caminho da fé, em gratidão, como alguém que combateu o bom combate (2 Timóteo 4.17-18).

A vida longa e agradável faz parte da promessa de Deus de novos céus e nova terra (Isaías 65.17-25). Esta expectativa acompanha o povo de Deus desde os primórdios. No quarto mandamento, o único que contém uma promessa, a vida longa é associada ao cuidado para com as pessoas idosas, pais e mães do grupo social. O Apocalipse retoma a promessa de que o próprio Deus “enxugará dos olhos toda lágrima. E já não existirá mais morte, já não haverá luto, nem pranto, nem dor, porque as primeiras coisas passaram” (Apocalipse 21.4).

REFERÊNCIAS:

GERSTENBERGER, Erhard S. A pessoa idosa no povo de Deus: reflexão bíblica em torno da situação dos velhos. Gramado, 1978. Versão revisada da palestra proferida no I Encontro de dirigentes dos Anionatos da IECLB.

SCHWANTES, Milton. Deus vê, Deus ouve! Gênesis 12-25. São Leopoldo: Editora Oikos, 2013.

Pastoral da mulher pobre. In: Mulher comunidade: a nova mulher. Petrópolis: Vozes, 1988. p. 63-68.

Dez mandamentos: Liberdade e compromisso. São Leopoldo: Editora Sinodal, 1996.

Palavr@ção Online nº 27. Percebendo nossa finitude com Ana e Simeão. Porto Alegre, 2017. Disponível em: <https://www.luteranos.com.br/public/download.php?nome=palavr-u-u-o-27-finitude-da-vida-com-ana-e-simeu-o&file=201309/e359304be466d4b99149d31e610d042f.pdf>.

2

A pessoa idosa no contexto atual

O aumento da expectativa de vida das pessoas é um fenômeno mundial, provocando uma grande demanda para diversos âmbitos e setores como, por exemplo, a área de políticas públicas, saúde, previdência social, e também para as igrejas. Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), em 2015, a população de pessoas acima de 60 anos era de 900 milhões, correspondendo a 12,3% do total de pessoas no mundo. A estimativa para 2050 é de que essa participação praticamente duplique, chegando a 21,5%. No Brasil, esse avanço será ainda maior, passando de 23 milhões (12,5%) para 60 milhões em 2050 (30% da população brasileira).

E esse fenômeno de envelhecimento da população é relativamente recente, sem precedentes e de rápida transformação das pirâmides etárias, mas nem por isso pouco complexo. É importante ter consciência de que a idade de uma pessoa não determina, sozinha, a condição em que ela vai envelhecer. Esse processo também tem a ver com o seu contexto, acontecimentos vivenciados, condições ambientais e sociais, além de físicas e emocionais que permeiam a vida da pessoa.

A sociedade está lidando com essas situações sem muito preparo e, também por isso, existem dúvidas, receios e questões a serem explicadas. Cabe a nós, pessoas cristãs, refletir sobre a temática,

aprender e compartilhar conhecimentos sobre os temas mais relevantes, proporcionando melhor planejamento e assertividade de ações para nossos pais, mães, avôs, avós e demais pessoas idosas em nossas comunidades e na sociedade.

2.1 LEGISLAÇÃO

O ESTATUTO DO IDOSO

Um dos primeiros exemplos de adequação à nova realidade demográfica do país vem do campo do Direito, com a implantação do Estatuto do Idoso pela Lei nº 10.741 de 1º de outubro de 2003. O documento consolida preceitos da Declaração Universal dos Direitos Humanos, da Política Nacional do Idoso e do Plano de Ação Internacional sobre o Envelhecimento, aprovado pela Segunda Assembleia Mundial das Nações Unidas (ONU) sobre o Envelhecimento.

O Estatuto do Idoso é constituído por 118 artigos destinados a regular os direitos assegurados às pessoas acima de 60 anos. Entre eles, encontramos direitos fundamentais, tais como os que constam no Artigo 3º:

Nenhum idoso será objeto de qualquer tipo de negligência, discriminação, violência, crueldade ou opressão, e todo atentado aos seus direitos, por ação ou omissão, será punido na forma da lei.

De forma semelhante, consolida obrigações pertinentes ao cuidado com as pessoas idosas, como no Artigo 4º:

É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

Embora possam soar genéricos para muitas pessoas, tais garantias previstas em lei tornaram-se fundamentais para a responsabilização de casos como o abandono de pessoas idosas

pelos familiares. Em 2017, por exemplo, o Ministério dos Direitos Humanos contabilizou mais de 33 mil denúncias de abusos e agressões contra pessoas idosas, tais como: exploração do trabalho doméstico, exploração financeira, falta de acesso à aposentadoria, saúde, alimentação adequada, acessibilidade (dentro e fora de casa) e até mesmo impedimento de convívio com familiares.

Além disso, o Estatuto também trouxe direitos importantes para o dia-a-dia da pessoa idosa, tais como:

SAIBA MAIS

Conheça o histórico da legislação:

- Constituição Federal de 1988
Direitos fundamentais
- Lei nº 8.852/1994
Política Nacional do Idoso
- Lei nº 10.471/2003
Estatuto do Idoso



Benefício social: à pessoa idosa, a partir dos 65 anos, que não possua meios de prover sua subsistência, nem de tê-la provida por sua família, é assegurado o benefício mensal de um salário-mínimo, nos termos da Lei Orgânica da Assistência Social.



Moradia: nos programas habitacionais, públicos ou subsidiados com recursos públicos, as pessoas idosas gozam de prioridade na aquisição de imóvel para moradia própria.



Assento preferencial: são reservados 10% dos assentos em transportes coletivos para pessoas idosas, os quais devem ser identificados com a placa de “reservado preferencialmente para idosos”.



Viagens gratuitas: empresas de transportes têm o dever de garantir duas vagas gratuitas para viagens interestaduais. Caso as vagas já tenham sido ocupadas na viagem em questão, demais pessoas idosas têm direito a 50% de desconto.



Acompanhante em hospital: à pessoa idosa internada ou em observação, é assegurado o direito a acompanhante, devendo o órgão de saúde proporcionar as condições adequadas para a sua permanência em tempo integral, além de terem prioridade no atendimento, em remédios e próteses.



Desconto para lazer: deverá ser concedido o desconto de 50% nos ingressos para eventos artísticos, culturais, esportivos e de lazer, bem como acesso preferencial aos respectivos locais.



Estacionamento: é assegurada a reserva de 5% das vagas nos estacionamentos públicos e privados. É necessária a utilização de credencial fornecida pela Prefeitura ou pelo Departamento Estadual de Trânsito (Detran).

Embora avanços tenham sido obtidos, muitos são os desafios às políticas públicas. Entre alguns exemplos, estão a criação de legislação estadual ou municipal para a garantia de gratuidade de transporte público coletivo em viagens intermunicipais; planos de saúde que aumentam o preço de seus serviços de maneira arbitrária com base exclusivamente na idade; falta de políticas para a inserção da pessoa idosa no mercado de trabalho; baixa contratação e especialização de profissionais em geriatria; maus tratos ocasionados pelos próprios familiares; poucas instituições de

longa permanência e fiscalização mais severa para instituições clandestinas; e poucos conteúdos voltados ao envelhecimento no currículo da educação básica.

Ficou sabendo de alguma violação de direito e quer saber mais? Procure autoridades responsáveis como o Ministério Público Estadual e busque se informar também sobre as atividades do Conselho Estadual do Idoso de sua região.

Você já pensou nisso?

Muitas carreiras com carência de profissionais estão relacionadas a profissões ligadas ao envelhecimento, como gerontologia, medicina e enfermagem especializadas em geriatria e terapia ocupacional. Se você está pensando qual área deseja seguir ou procurando uma nova colocação profissional, talvez essas sejam oportunidades. Mais do que números, tais áreas demandam profissionais que trabalhem com amor e empatia.

2.2 SAÚDE

DOS MITOS E TABUS À PREVENÇÃO E ENVELHECIMENTO ATIVO

“Duas coisas não se discutem: envelhecimento e morte”. Ambas, porém, são das poucas certezas que se tem sobre a vida. O processo de envelhecimento é envolto de mistérios e evita-se falar sobre o assunto. Exemplos disso são os eufemismos como “terceira idade” e “melhor idade”. Um ótimo exercício que a campanha *Juventudes e Pessoas Idosas* pode proporcionar é tratar o assunto e desmistificar algumas questões relacionadas à saúde.

Um primeiro passo é entender que envelhecer é um processo natural e que não envolve somente

mudanças físicas, mas psicológicas, sociais, culturais e espirituais.

Graus de dependência

Como forma de prestar devido suporte às pessoas idosas, a Agência Nacional de Vigilância Sanitária criou três graus de classificação quanto à dependência das pessoas idosas:

I – pessoas idosas independentes, mesmo que requeiram uso de equipamentos de autoajuda;

II – pessoas idosas com dependência em até três atividades de autocuidado para a vida diária, tais como alimentação, mobilidade e higiene, sem comprometimento cognitivo ou com alteração cognitiva controlada;

III – pessoas idosas com dependência que requeiram assistência em todas as atividades de autocuidado para a vida diária e/ou com comprometimento cognitivo.

(Resolução de Diretoria Colegiada - RDC/ANVISA nº 283, de 26/09/2005)

As características físicas, sensoriais e cognitivas do envelhecimento são mais conhecidas, como por exemplo a diminuição da audição, do tato e da visão, mudanças na gustação e no olfato; perda da flexibilidade e da força muscular, diminuição da capacidade de memorização e lentidão nas funções executivas. Tais mudanças, contudo, não são lineares nem se manifestam da mesma forma em todas as pessoas, gerando **graus de dependência** distintos.

Tão importante quanto as mudanças fisiológicas, são as demais mudanças que a pessoa passa a enfrentar com o envelhecimento. A começar pela parte psicológica, pois muitas destas mudanças são encaradas pela sociedade como um retorno à infância.

A CRIANÇA

- Da dependência para a independência
- Caminhar sozinha
- Deixar de usar fralda
- Segurança
- Deixar de ser cuidada para cuidar

A PESSOA IDOSA

- Da independência para a dependência
- Caminhar com apoio
- Usar fralda
- Insegurança
- Deixar de cuidar para ser cuidada

Sexualidade?

Muitas das dificuldades, porém, devem-se a diversos aspectos culturais e sociais do envelhecimento, pois ainda há muitos mitos e tabus na sociedade. Muitos deles, inclusive, relacionados à própria sexualidade.

Significativas mudanças podem ocorrer na mulher e no homem que envelhecem. São fatos na mulher: estreitamento das paredes vaginais, redução da elasticidade da vagina, menor ingurgitamento durante a excitação; diminuição das contrações vaginais e uterinas durante o orgasmo e diminuição da lubrificação vaginal. São fatos no homem: mais tempo para atingir ereção e orgasmo, ereções menos rígidas, aumento do período refratário; redução da força e volume da ejaculação; necessidade de mais estimulação, especialmente visual. Com o aumento da expectativa e qualidade de vida (longevidade), porém, pessoas idosas estão permanecendo mais tempo saudáveis, interessadas e ativas sexualmente.

Estas mudanças exigem que, na velhice, no que tange à sexualidade, parceiros e parceiras conversem, se informem, falem mais sobre a sua sexualidade. Mas o que se percebe é o contrário! Muitos são os boatos e mitos que permeiam o assunto, entre eles:

- Pessoas idosas são incapazes de realizar o ato sexual (velhice assexuada);
- Com a idade se perde o interesse por sexo, em especial as mulheres;
- As mulheres param de fazer sexo quando chegam na menopausa;
- Os homens ficam impotentes quando ficam velhos (jovens também ficam impotentes!);
- O desejo sexual na velhice diminui;
- A remoção do útero e/ou do ovário da mulher e da próstata no homem assinala o fim da vida sexual de ambos;
- A masturbação é uma prática restrita às pessoas jovens;
- Manifestação de carinho entre pessoas idosas em público é desrespeito;
- Depois do climatério, as relações sexuais são sempre dolorosas para as mulheres;
- A atividade sexual faz mal à saúde.

E por que devemos falar sobre sexualidade na velhice?

- Para que se entenda que não seremos eternamente jovens (aceitação e preparo para a velhice);
- Para fazer entender que as pessoas idosas têm direito de manter uma vida amorosa ativa. Muitas são as pessoas idosas que são impedidas por seus familiares e, até mesmo, instituições de longa permanência que separam homens e mulheres do convívio e proíbem namoros;
- Para que as pessoas jovens entendam que a sexualidade não é um privilégio para quem tem menos de 40 anos e para que elas saibam que, quando se tornarem idosas, terão o mesmo direito;

- Para quem os jovens e as jovens entendam e se preparem desde já a fim de que, quando as perdas físicas chegarem, não se sintam como se fossem as únicas nessa situação e também não achem que suas vidas acabaram.

Fatos e boatos esclarecidos, importa saber que a sexualidade na velhice e a capacidade de amar não tem limite cronológico. O limite está na dimensão psicológica, no preconceito e na intolerância social. O limite não está no real do corpo, mas na capacidade de sonhar, simbolizar e viver a vida.

Por fim, seja para ter uma vida sexual ativa ou para prevenir doenças, independentemente da idade é preciso buscar uma vida saudável, com boa alimentação, exercícios físicos, evitar excesso de estresse, fazer visitas de rotina a médicos e médicas, aumentar cuidado com a saúde em casos de doenças genéticas, evitar vícios (fumo, álcool e outras drogas) e manter uma vida social e espiritual ativa.

Doenças comuns

Todas as enfermidades devem ter cuidado redobrado na velhice, mas algumas são mais comuns. Portanto, atenção especial deve ser dada aos casos de:

- Diabetes
- Hipertensão
- Derrame/acidente vascular cerebral (AVC)
- Pneumonia
- Infecção urinária
- Osteoporose
- Mal de Parkinson
- Alzheimer
- Bronquite
- Catarata

2.3 TECNOLOGIA

ANALFABETISMO DIGITAL E BARREIRAS AO DIÁLOGO INTERGERACIONAL

“Não existe velho chato. Existe um jovem chato que envelheceu”
(Pastor Germano Burger)

Se existe algo que a sociedade precisa aprender para se comunicar com a juventude atual, esse algo é utilizar a tecnologia. Computador, internet, mídias sociais, jogos eletrônicos e smartphones foram parte da inserção no mercado de trabalho da Geração X (pós-1980), estiveram na adolescência da Geração Y (pós-1990), na infância da Geração Z (pós-2000) e já são parte da vida de bebês da Geração Alpha (pós-2010), que já nascem sabendo procurar vídeo da Galinha Pintadinha ou Baby Shark no YouTube do celular do pai ou da mãe.

As mudanças foram rápidas e se fizeram tão presentes na vida da maioria da população que uma parcela considerável das pessoas idosas simplesmente não conseguiu acompanhar a evolução tecnológica, gerando o que se chama de analfabetismo digital.

E o analfabetismo digital não tem correlação dire-

Você já parou para pensar que uma pessoa com 80 anos no Brasil em 2020...

...pode ter visto uma televisão pela primeira vez aos 10 anos (o primeiro canal brasileiro surgiu em 1950, com a TV Tupi)

...pode ter visto o primeiro celular aos 50 anos (o primeiro celular chegou ao Brasil em 1990)

...pode ter ouvido falar em internet aos 55 anos (os primeiros provedores comerciais de internet começaram a atuar em 1995)

...e ter visto o primeiro iPhone aos 67 anos (o primeiro iPhone foi apresentado em 2007)

E você: quando viu tudo isso pela primeira vez?

ta com o grau de instrução formal. O que se observa, inclusive, é que a própria pessoa idosa recusa o aprendizado por uma série de motivos:

- Medo do novo;
- Não querem se sentir inferiores às pessoas jovens (eles e elas sabem mais sempre);
- Receio de serem ridicularizados ou ridicularizadas (por meios de comentários de quem ensina);
- Medo de não conseguir e mostrar sua incapacidade (devido à postura de superioridade de uma longa vida);
- Muito medo de perceberem que são incapazes em algo.

Isso se torna um problema a partir do momento em que gera uma barreira de interação com as pessoas jovens que, por sua vez, também não têm paciência ou partem do pressuposto que a pessoa idosa não tem capacidade de aprender.

As limitações de interação pela tecnologia estão inseridas em um âmbito maior de dificuldades do diálogo intergeracional, marcado pelo distanciamento da comunicação entre pessoas jovens e idosas. Muitos são os benefícios de quem se propõe a superar essas barreiras:

PARA A PESSOA IDOSA

- Reviver uma fase boa de sua vida (sua juventude, de seus filhos, filhas, netos e netas)
- Se sentir mais jovial
- Aprender sobre a atualidade
- Ter uma vida mais movimentada e dinâmica
- Trocar experiências

PARA A PESSOA JOVEM

- Aprender e adquirir novos conhecimentos
- Perceber as sutilezas da velhice para se preparar bem para ela
- Refletir sobre como não quer ser quando se tornar uma pessoa idosa
- Colocar em prática seus princípios básicos de educação cristã (respeito à pessoa próxima)
- Se ainda não tem tolerância e respeito pelo ser humano idoso, é uma chance de aprender e cuidar para ser cuidado quando envelhecer

2.4 ARQUITETURA

BARREIRAS ARQUITETÔNICAS E ACESSIBILIDADE

Veja o relato de um pastor da IECLB: *“Certa vez, fiz o sepultamento de uma pessoa idosa que vivia no segundo andar de uma casa cujo acesso se dava somente por escadas. As portas eram tão estreitas que o caixão precisou ser descido pela varanda”*.

Muitas pessoas não dão a devida importância às barreiras arquitetônicas que, em geral, passam despercebidas. Uma explicação para isso é que a maioria das pessoas constrói ou compra seu primeiro imóvel entre os trinta e quarenta anos de idade, em sua plena capacidade física e laboral. E ninguém pensa muito que talvez possa permanecer nesse imóvel até o fim da vida. Como já foi dito, envelhecer e conviver com pessoas idosas ainda é um fenômeno novo para a sociedade.

Nos poucos casos em que se convive com uma pessoa idosa com mobilidade reduzida ou deficiência física, geralmente adotam-se duas medidas: ou adapta-se o imóvel – o que geralmente tem custo elevado e nem sempre é possível – ou, o que é mais grave, mantém-se a pessoa restrita

ao espaço que consegue se locomover. Em outras palavras, condena-se a pessoa idosa a uma espécie de prisão domiciliar, tornando-a dependente de ajuda para realizar tarefas básicas como tomar banho ou até mesmo sair de casa.

Barreiras arquitetônicas não são um problema que atinge apenas pessoas idosas: qualquer pessoa pode se ver com dificuldades momentâneas ou permanentes em virtude de um acidente, por exemplo.

Muitas são as políticas públicas que buscam tornar mais acessíveis os espaços públicos, como a adoção de calçadas cidadãs, rampas, elevadores e plataformas elevatórias. A própria IECLB deu um prazo de dez anos para que todas as suas comunidades removessem as barreiras arquitetônicas de seus templos e isso aconteceu em 1990, no Concílio Geral de Três de Maio/RS. Infelizmente, trinta anos se passaram e ainda existem espaços não adaptados.

Portanto, vamos conscientizar cada pessoa e também as demais gerações sobre a importância da acessibilidade e o quanto é melhor – inclusive, mais barato - construir espaços acessíveis ao invés de adaptá-los. Afinal, todas e todos são potenciais usuários destes espaços.

Afinal, como é um espaço com acessibilidade para a pessoa idosa?

A Resolução de Diretoria Colegiada (RDC) nº 283, de 26 de setembro de 2005, prevê as exigências que as instituições de longa permanência devem atender. Nela, é possível aprender alguns parâmetros arquitetônicos ideais para pessoas idosas, tais como:

- Banheiro sem desníveis em forma de degrau, nem uso de revestimentos que produzam brilhos e reflexos;
- Portas com largura mínima de 1,10m;
- Escadas e rampas com, no mínimo, 1,20m de largura e limites de inclinação conforme NBR 9050 da ABNT;
- Pisos externos e internos com mecanismo antiderrapante.

SAIBA MAIS

Quer aprender mais sobre acessibilidade?

- **Cartilha do Mês de Missão da JE: Criatividade - Deus para todas as pessoas** (2013). Disponível em: luteranos.com.br/conteudo/criatividade-deus-para-todas-as-pessoas

- **Caminhos de Comunhão: orientações sobre acessibilidade** (2017). Disponível em: <https://www.luteranos.com.br/conteudo/caminhos-de-comunhao-orientacoes-sobre-a-cessibilidade-2>

A pessoa idosa no futuro

*“Nem a juventude sabe o que pode,
nem a velhice pode o que sabe”
José Saramago*

3.1 EU ME ENXERGO COMO UMA PESSOA IDOSA?

Uma grande motivação para envolver-se na campanha Juventudes e Pessoas Idosas é o exercício de imaginar-se no futuro: como eu gostaria de ser quando me tornar uma pessoa idosa e como eu não gostaria de ser? Como eu me sinto se uma pessoa idosa me pede ajuda ou puxa conversa comigo? Estou me preparando financeiramente e psicologicamente para o futuro?

Recentemente, o país entrou em uma polêmica – porém importante – discussão sobre reforma da previdência. O tema, junto com a saúde pública, tem relação direta com um fato relacionado ao envelhecimento: os custos com medicamentos, cuidados médicos e domésticos aumentam consideravelmente com a idade. Planejar a própria vida financeira é importante, mas também valorizar e discutir políticas públicas que são fundamentais para garantir condições dignas de vida para todas as pessoas.

Da mesma forma, cuidar da saúde mental também é algo que deve ser feito desde já. Em uma sociedade que supervaloriza a juventude, envelhecer significa despedir-se não só da própria saúde e de entes queridos, mas despedir-se da capacidade laboral, da autonomia financeira e do padrão de beleza vigente.

Uma forma de se preparar para essas transformações é por meio da convivência com as pessoas idosas. Principalmente, uma convivência com empatia!

Há vários exemplos práticos e positivos para uma boa convivência e para o exercício da empatia, tais como:

- Observar a rotina da pessoa idosa;
- Observar o que é importante para a vida da pessoa idosa;
- Buscar informações e características da sua personalidade: o que gosta, o que não gosta, traumas vividos, êxitos alcançados, sua profissão ou ausência da mesma, sua cultura;
- Nunca insista em um assunto quando a pessoa idosa for lúcida e orientada (o vínculo que ainda não tinha sido feito pode ser rompido para sempre). Caso tenha demência, não insista, mas após um período pode propor o assunto novamente;
- Respeitar todos os direitos e colocar em prática sua obrigação como pessoa cidadã;

Algumas dicas fundamentais para uma boa comunicação e garantir vínculos com pessoas idosas:

- Pessoas com transtorno neurocognitivo, como demência ou Alzheimer, costumam repetir histórias ou não lembrar do que disseram ou ouviram. Todavia, não diga “eu já falei várias vezes” ou “você está repetindo isso pela milésima vez”. Você pode substituir por: “Não sei se já comentei, mas vamos lembrar...” ou “esse detalhe eu ainda não tinha ouvido, como foi mesmo?”.

- Nem todas as pessoas idosas possuem perda auditiva. Se for o caso, alguns sinais são emitidos, como inclinar o “ouvido bom” em sua direção. Assim, você pode falar mais alto. Mas, se a pessoa está compreendendo, não eleve o tom desnecessariamente. Muitas vezes, basta falar com clareza, de forma pausada e de frente para que a pessoa também possa fazer leitura labial.

- Evite chamar uma pessoa idosa pelo diminutivo – ou mesmo de vovô ou vovó alguém que não seja de seu âmbito familiar. Infantilizar a pessoa idosa é uma violência, pois fere sua dignidade e autonomia.

- Praticar empatia (colocar-se no lugar da pessoa idosa);
- Dialogar, cuidar e conviver como se fosse alguém da sua família, como se fosse você que estivesse sendo cuidado ou cuidada;
- Respeitar as individualidades de cada pessoa idosa e procurar entendê-las para concretizar um relacionamento saudável e sem nenhum tipo de constrangimento.

Dicas de vídeos para discutir a empatia:

Relação intergeracional (pequeno vídeo explicativo sobre relações intergeracionais): <https://www.youtube.com/watch?v=wL16F8HJjwM>

Diálogo intergeracional: como conversar com os jovens nos dias de hoje? (mostra a visão de uma pessoa idosa com relação ao diálogo intergeracional com pessoas mais jovens): <https://www.youtube.com/watch?v=qXMuE7v5F74>

O cachorrinho e a garça, curta de animação (curta de animação da Make Joy Happen para refletir sobre empatia): <https://www.youtube.com/watch?v=Av85KfekZt4>

Emirates NBD “Give in to giving” (curta de animação sobre um inesperado encontro entre um homem indiferente e uma idosa ao atravessar a rua): <https://www.youtube.com/watch?v=CZAz4NCUPck>

3.2 DIÁLOGO INTERGERACIONAL E JUSTIÇA CLIMÁTICA EM COLABORAÇÃO COM A FEDERAÇÃO LUTERANA MUNDIAL

“Geração vai e geração vem, mas a terra permanece para sempre” (Eclesiastes 1.4)

Para refletir:

Um senhor idoso estava cuidando de uma planta com todo carinho. Um jovem aproximou-se e perguntou:

- Que planta é essa que o senhor está cuidando?
- É uma jabuticabeira! - respondeu.
- E quanto tempo ela demora para dar frutos?
- De quinze a vinte anos, informou o velho.
- E o senhor espera viver tanto tempo assim? - questionou o rapaz.
- Não, meu filho, provavelmente não comerei de seu fruto.
- Então qual a vantagem de plantar uma árvore se o senhor não comerá de seu fruto?
- Nenhuma, meu filho. Exceto a vantagem de saber que ninguém comeria jabuticaba se todos pensassem em plantar coisas boas somente para si.

A pequena história acima lembra uma famosa frase de Martim Lutero. Conta-se que, num tempo em que as pessoas estavam tristes e sem esperança, ele teria dito: “Se soubesse que o mundo acabaria amanhã, ainda assim eu, hoje, plantaria uma árvore”. Mas qual a relação disso com a

campanha *Juventudes e Pessoas Idosas*?

Quando se fala em aproximar jovens e pessoas idosas, trata-se de um diálogo entre gerações. E isso também tem a ver com a transmissão de um legado. Por muito tempo, preocupar-se com as próximas gerações resumia-se apenas ao âmbito familiar. E entendia-se que o melhor que alguém poderia deixar para filhos, filhas, netos e netas seria uma farta herança em dinheiro, bens e/ou imóveis. Cada vez mais, porém, quando se pensa nas futuras gerações, inclui-se não só o que ocorre no âmbito individual e familiar, mas também como fica a casa comum a todos e todas: o planeta.

Há muitos aspectos relacionados à sustentabilidade ambiental, mas poucos têm sido tão urgentes quanto os relacionados às mudanças climáticas. Trata-se de uma questão de justiça em três âmbitos: internacional, social e intergeracional.

Mudanças climáticas têm âmbito internacional, pois as previsões do Painel Intergovernamental sobre Mudanças Climáticas (IPCC) apontam que todos os países serão afetados. E a grande injustiça é que os países que menos emitem carbono serão os mais afetados, como pequenas ilhas que irão desaparecer pela elevação do nível do mar. No mesmo sentido, há um âmbito social: quem mais sofre as consequências das mudanças climáticas são as pessoas mais pobres e vulneráveis. Países como a Holanda e Itália terão mais condições de proteger suas costas contra inundações, mas o mesmo não se aplica a Bangladesh. Com isso, surgirão os refugiados e refugiadas do clima, juntando-se às vítimas de guerras e conflitos religiosos e raciais.

Por fim, a justiça climática se dá no âmbito intergeracional pois a concentração de gases do efeito estufa são cumulativos na atmosfera. Esforços de cooperação internacional, como o Acordo de Paris, têm buscado frear a emissão de gases para assegurar que a temperatura média global não suba acima de 1.5° C. Esse é considerado o limite que, se ultrapassado, levaria a eventos extremos, desastres e comprometimento de ecossistemas, da biodiversidade e da segurança alimentar.

Portanto, plantar árvores se tornou não só uma mensagem simbólica sobre o que as atuais gerações podem deixar para as próximas, como também a quase literalidade do melhor legado que podemos deixar para o futuro, que é a preservação da criação de Deus.

DICA: Que tal, junto com pessoas idosas, planejar ações como: plantar árvores, cuidar de um jardim ou ainda cultivar uma horta comunitária?

A pessoa idosa na família: propostas de atividades

*Os velhos e as velhas voltarão a sentar-se nas praças de Jerusalém
(Zacarias 8.4)*

A vida é um processo dinâmico e envelhecer faz parte desse processo. Vivemos envelhecendo. Envelhecendo, vivemos. A partir da fé, se olha para o envelhecimento como dádiva de Deus e como oportunidade de participar na missão de Deus.

De 2015 a 2017, o número de pessoas acima de 60 anos subiu 4% na IECLB, totalizando 20% do total de membros. Porém, houve redução de 93 grupos de terceira idade e a média de participação diminuiu de 10% para 7,7% (Fonte: Estatísticas da IECLB 2017).

Embora muitas pessoas idosas possam estar participando de outros grupos – a Ordem Auxiliadora de Senhoras Evangélicas (OASE) ou corais, por exemplo –, existem pessoas idosas que não participam de grupos etários específicos. Está aí uma oportunidade de fortalecimento da ação comunitária com foco na ação missionária, em parceria com as famílias.

O cuidado de uma pessoa idosa de forma contínua, especialmente se dependente, pode deixar a pessoa cuidadora exposta a um esgotamento emocional.

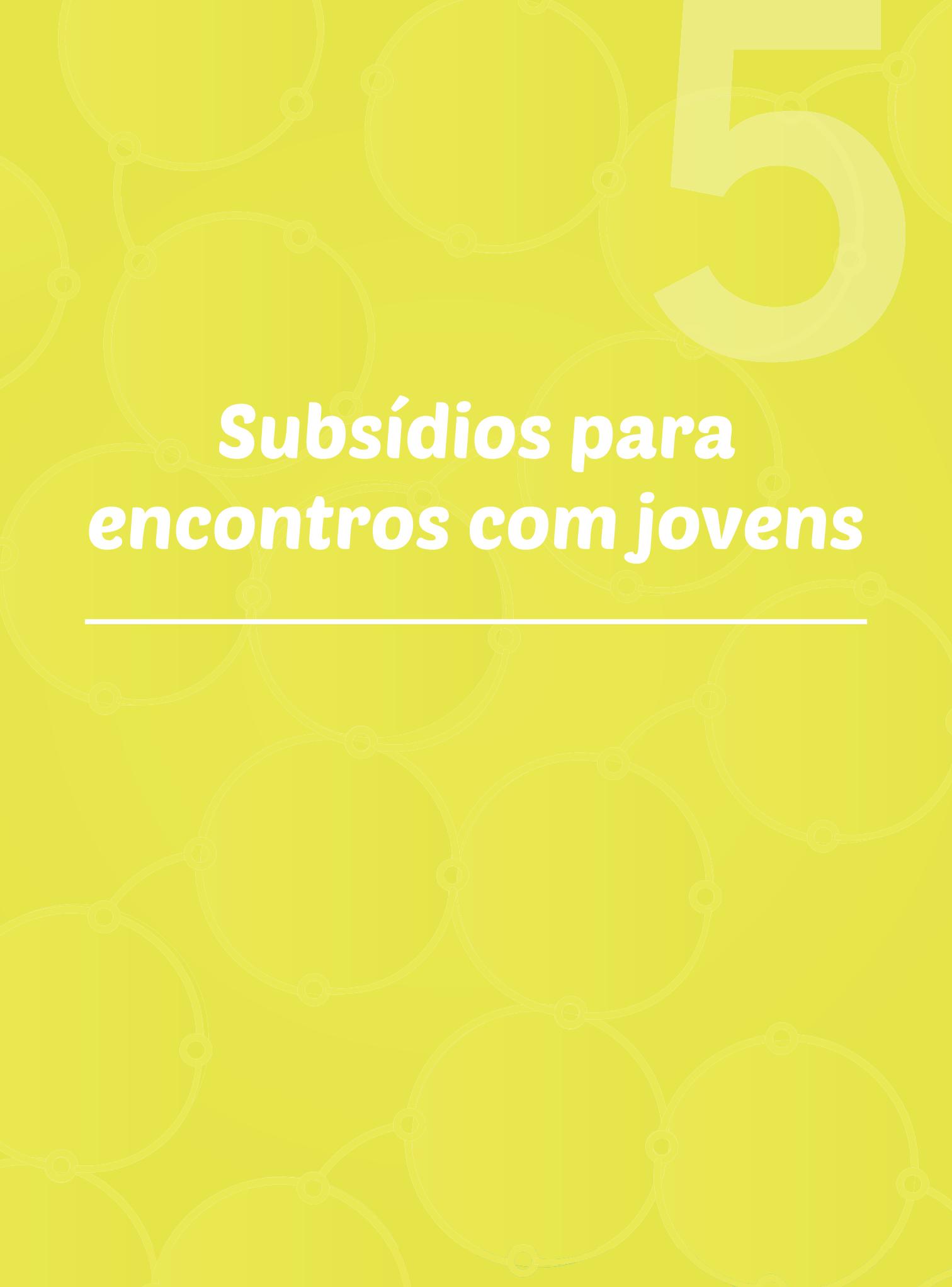
Quando existe parentesco entre cuidadora e pessoa cuidada, isso parece ser ainda mais intenso.

Também nesta etapa da vida a participação na vida comunitária vai ficando mais complexa. A Diaconia comunitária, através de seus grupos, pode fazer costuras nesse processo, na formação de lideranças, no planejamento de atividades, na coordenação de pequenas iniciativas, na visitação, no ouvir e no conhecimento e mapeamento de onde estão as pessoas consideradas idosas, não alcançadas pela missão da Igreja.

Há situações onde a comunidade evangélica precisa “meter a colher” em relação à pessoa idosa: sempre que a vida de uma pessoa idosa estiver em risco e quando alguém, independentemente da idade, solicitar auxílio para uma pessoa idosa. São duas circunstâncias em que não se pode ficar alheio ou alheia e elas se aplicam tanto a famílias da comunidade quanto à população idosa em geral. Para estes casos é fundamental oferecer acolhimento e informação adequada.

O grande intuito da campanha Juventudes e Pessoas Idosas é estimular o debate e a interação dos grupos de jovens com as pessoas idosas. Há várias formas de se fazer isso:

- Nos espaços celebrativos e litúrgicos: culto infantil, juventude, escola, ensino confirmatório, aproveitar as datas festivas;
- Espaços litúrgicos na família cuidadora;
- Abrir ainda mais as atividades existentes para capacitar mulheres e homens no processo de envelhecimento, ao lado do estudo da palavra e de um café;
- Fomentar mais grupos de pessoas jovens para visitação e acompanhamento esporádico de pessoa idosa, do tipo “netos” e “netas” de aluguel ou “netos” e “netas” do coração.
- Construir uma rede de pessoas profissionais da saúde mental para assessorar a comunidade no tema do envelhecimento;
- Participar dos espaços públicos na defesa dos direitos da Pessoa Idosa, como o Conselho Municipal da Pessoa Idosa;
- Fomentar atividades em conjunto com Secretaria de Assistência Social e Conselho da Saúde;
- Planejar ações diaconais voltadas a esse público em instituições de longa permanência ou hospitais.

The background is a solid light green color. It features a pattern of overlapping circles of various sizes, some of which are connected by thin lines, creating a network-like structure. In the upper right corner, there is a large, semi-transparent number '5' in a light green color.

Subsídios para encontros com jovens

5.1 O QUE É EMPATIA?

PROPOSTA DE ENCONTRO Nº 1

O encontro abaixo foi elaborado para a abertura do seminário nacional de multiplicadores e multiplicadoras da campanha Juventudes e Pessoas Idosas. Ainda assim, ele pode ser adaptado para qualquer situação, seja ela de abertura de seminário sinodal/paroquial ou para o encontro com jovens da sua comunidade. Tanto neste, quanto no próximo subsídio, será utilizado a simbologia dos óculos, que representam a identidade visual do projeto. A sugestão é de que sejam utilizados os óculos coloridos de plástico – daqueles encontrados em lojas de itens para festas –, com diferentes cores e formatos. O importante é ter um par de óculos por pessoa. Eles podem ser entregues na chegada, deixados sobre as cadeiras onde cada pessoa se sentará ou, ainda, no altar montado para o encontro.

*“Toda a gente é interessante se a gente souber ver toda a gente”
(Fernando Pessoa)*

A **acolhida** e **boas vindas** para o encontro pode ser feita a partir do versículo bíblico: “Alegram-se com as pessoas que se alegram e chorem com as pessoas que choram” (Romanos 10.15).

🎵 **Canto:** Canção da Chegada (LCI 8)

Oração: Deus de amor, chegamos para agradecer pela oportunidade de nos reunirmos em torno de uma temática tão importante, que é a Diaconia, que é a pessoa idosa. Te agradecemos porque tu nos proporcionas espaços de encontro, de troca de experiências, de novas amizades e de aprendizado e crescimento na fé. Capacita-nos, também, a servirmos com amor e dedicação em tua Igreja. Dá-nos, Senhor, um coração misericordioso, compassivo, cuidadoso e empático. É isso que te pedimos, em nome de Jesus, teu filho. Amém.

Dinâmica de integração:

Motivação: ver o mundo/enxergar a partir do olhar e da perspectiva da outra pessoa.

- Convidar para que as pessoas formem duplas com alguém que não conheça ou que conhece

pouco. Pode-se sugerir que não saibam sequer o nome da pessoa a quem vão se juntar.

- Convidar para que cada pessoa pegue um par de óculos.

- Pedir para que cada um e cada uma apresente o colega ou a colega com quem formou a dupla, sem perguntar nada para ela anteriormente. Como não se conhecem, as pessoas, obviamente, terão de inventar fatos sobre a vida da pessoa. Por exemplo: o nome, idade, profissão, um hobby, onde mora, uma curiosidade, entre outras questões.

- Depois dessa primeira rodada de “apresentações” pedir às duplas que se reúnam em grupos de quatro ou cinco duplas e, aí sim, se apresentem de verdade para o grupo menor. Para isso, em um gesto simples, as pessoas da dupla devem trocar de óculos entre si, simbolizando a troca de olhares, de perspectiva, de que, agora, vamos olhar a pessoa a partir da realidade sobre a qual a pessoa realmente vive e fala.

- Ao final, já no grande grupo, fazer uma rodada rápida de apresentação entre todas as pessoas (caso o grupo não se conheça).

- Após este momento, inicia-se o diálogo para introduzir a reflexão. Pode-se questionar sobre a experiência anterior: como foi falar da outra pessoa sem ao menos conhecê-la ou saber algo sobre a sua vida? Foi uma espécie de julgamento? Sentiram-se confortáveis? E, depois, ouvindo a pessoa contar sobre si, o que sentimos? Aguardar comentários.

Diálogo pré-reflexão: Quem aqui sabe o que é empatia? Alguém quer compartilhar o que pensa sobre empatia? (*Aguardar comentários*). Empatia significa a capacidade para sentir o que sentiria uma outra pessoa caso estivéssemos na mesma situação vivenciada por ela. Uma definição interessante está no livro “O poder da empatia”, do pesquisador, historiador e sociólogo australiano Roman Krznaric. Num determinado trecho, o autor diz assim: “Empatia é a arte de se pôr no lugar da outra pessoa e ver o mundo de sua perspectiva. Ela tem o poder de curar relacionamentos desfeitos, derrubar preconceitos, nos fazer pensar em nossas próprias ambições e, até mesmo, mudar o mundo”.

Essa última expressão, utilizada pelo autor em sua definição de empatia, soa familiar ao ouvido. “E até mesmo mudar o mundo”. Ela era o mote central do projeto Juventudes e diaconia: livres para transformar o mundo, que originou a campanha Juventudes e Pessoas Idosas e também nos motiva a estarmos aqui hoje. Pela Graça de Deus, nós, libertos e libertas, podemos transformar o mundo.

Por isso, também, nós trouxemos o elemento dos óculos como símbolo dessa nova etapa da caminhada e reflexão sobre a pessoa idosa. Óculos remetem ao olhar, ao enxergar, ao dar visibilidade, ao deixar-se ver. Mas também não é qualquer olhar: e, sim, um olhar atento, cuidadoso, de acolhimento.

Os óculos, a diaconia, a nossa fé em Jesus Cristo, o amor de Deus, a empatia. Não tem tudo a ver? Para refletirmos mais um pouco, convido para que cantemos uma canção e, na sequência, ouçamos o texto bíblico proposto.

🎵 **Canto:** Diaconia (LCI 565)

Leitura bíblica: Marcos 10.45-52

Reflexão: Jesus tinha diante de si uma situação difícil. Um cego, tido por imundo e impuro. Na época, havia a compreensão de que a doença era consequência do pecado. Aliás, é curioso pensar

na cegueira nesse texto. Quem, de fato, estava cego?

Jesus preferiu ver a esse homem de uma forma diferente. Jesus olhou para Bartimeu com olhos amorosos, diaconais, sem pré-conceitos ou rótulos. Jesus deu-lhe atenção. Ouviu seus anseios e preocupações. Perguntou “O que queres que eu te faça?”. E somente depois o curou.

A palavra empatia não está na Bíblia, assim, com todas as letras. Mas ser uma pessoa empática é, necessariamente, ser misericordioso, ser misericordiosa. E, disso, temos muito exemplos. Jesus se sentava com o humilde pescador, convivia, comia, sentia o que ele estava sentindo e estendia a mão. Jesus era amigo das mulheres: se sentou com elas, passava horas conversando com Marta e Maria, sentiu a dor de Maria Madalena, entendia o porquê da Samaritana estar naquele poço àquela hora.

Empatia é conviver. É diálogo. É entender. É colocar-se no lugar da outra pessoa e buscar entender sua história, suas particularidades, suas necessidades. De novo, os óculos nos remetem a isso. Nos remetem a um corpo que demanda cuidado – seja ele jovem ou idoso. Nos remete ao cuidado. Ao ato de cuidar.

Empatia é cuidado, é enxergar a outra pessoa. E nisso, estamos falando não só de juventude, não só de pessoas idosas. Mas de qualquer pessoa, criatura de Deus.

Que possamos, em nosso dia a dia, exercitar a empatia. Ter esse olhar empático e zeloso para com a outra pessoa. Tanto aqui, nos dias de nosso seminário, quanto depois, quando daqui sairmos, para levar, retornar aos nossos grupos e comunidades, os aprendizados que aqui tivemos e levar esta campanha adiante, gerando ações de transformação no mundo. Amém.

Oração: Querido Deus, que cuida de nós como pai e mãe, chegamos a ti nesse momento para pedir. Nos ajude a deixar nossos egoísmos, nossas vaidades de lado e nos entregarmos, com empatia, às pessoas e realidades que carecem de cuidado e atenção. Ajuda-nos a viver o teu Evangelho com verdade, com o coração. Possibilita em nós uma fé que ilumine o entendimento. Uma fé que nos dê compreensão, atenção para com as outras pessoas e que nos auxilie a resgatar empatia nas outras pessoas. É isso que te pedimos em nome de Jesus Cristo. Amém.

♪ **Canto final:** Cuida bem (LCI 287)

5.2 RUTE E NOEMI (RUTE 1.1-12)

PROPOSTA DE ENCONTRO Nº 2

Preparação prévia:

Material: altar com flores e velas, bíblias, pedaços de papel e material para escrever e um óculos para cada pessoa;

Ambiente: altar à frente e duas fileiras de cadeiras para as pessoas se sentarem umas de frente para as outras (se o espaço for pequeno, podem ser formados dois círculos). Pedir para cada um e cada uma pegar sua Bíblia.

♪ **Canto:** Aonde vais, Senhor Jesus (LCI 356 - Estrofes 1 e 2)

Litania de acolhida (*acender a vela durante a litania*):

- L:** Se a vida nos dá a impressão de que estamos sós e abandonados,
C: O chamado do nosso Criador nos lembra que somos especiais para ele.
L: Se a culpa nos faz crer que não há como remediar nosso futuro,
C: A cruz de Cristo aponta para o perdão que renova nossa vida.
L: Se a frieza das nossas relações nos faz sentir sozinhos,
C: O Espírito de Deus nos reúne e nos acolhe em sua comunhão.
L: Se chegamos aqui desorientados e sem horizontes,
C: A presença de Deus entre nós nos conforta e anima na caminhada.

Dinâmica pré-reflexão:

Noemi vai ao exterior e constitui sua família:

- Cada pessoa deve escrever em um papel ao menos três motivações pelas quais as pessoas têm de se deslocar de um local para o outro (exemplos: estavam com fome, precisavam estudar, por causa da seca, fugiram da guerra).
- Em seguida, fazer a dinâmica, que consiste em falar a frase “Elas foram para Moabe porque...” e complementar com os motivos escritos (exemplo: “Elas foram para Moabe porque estavam com fome”). As pessoas que tiverem motivos semelhantes trocam de lugar. A troca de lugar pode ser feita incorporando o sentimento daquele motivo, expressando corporalmente e de forma silenciosa. Após algumas rodadas, perguntar quais outras situações ainda restaram que não foram citadas.

Leitura conjunta do texto bíblico:

- Pedir para que as fileiras se aproximem e façam a leitura, em voz alta, de **Rute 1.1-5**, cada um e cada uma ao seu tempo. Chegando ao final do texto, repetem somente a última frase até que todos e todas repitam em uníssono.
- Após, lembrar um pouco o que significava ser viúva no tempo de Noemi e que há muitas situações de desamparo atualmente: pessoas desempregadas, estrangeiras...
- Para continuar a reflexão, retorna-se ao foco do tema trabalhado: ser idoso ou idosa. O grupo fará uma nova leitura (**Rute 1.6-21**), dessa vez, com cada pessoa lendo um versículo por vez.
- Ao final, todos e todas repetem a última frase a uma só voz.

Refletir sobre as dificuldades das pessoas idosas:

- Cada pessoa deve formar dupla com quem estiver à sua frente (se for um grupo em que tenham pessoas idosas, pedir para que elas formem dupla com uma pessoa jovem, podendo de um lado ficar as idosas e, do outro, as jovens) e que relembrem quais as preocupações com o envelhecimento e o que leva a pessoa idosa a uma vida amargurada.
- Compartilhar o que discutiram no grupo com a frase “Não me chame de Noemi, me chame de Mara pois...”.

Reflexão: Como pudemos ver, a história de Noemi é a história de muitas pessoas que fogem em busca de uma vida melhor e encontram dias de alegria, mas também de tristeza e sofrimento. A fuga para terra estranha, a constituição da família e a perda do marido e dos filhos também tem seus paralelos com o processo de envelhecimento: crescer e envelhecer é conhecer novos territórios, desenvolver novos laços familiares e sofrer com o luto e as perdas da vida.

Mas, queremos agora focar na figura da Rute: qual o papel dela na vida da Noemi? Afinal, apesar da rica história de vida da Noemi, o livro leva o nome de sua nora. Então, é importante frisar que Rute também estava sofrendo, pois perdera o marido da mesma forma. Rute era moabita, pertencia a outra cultura e tinha o direito de voltar para o seio familiar de origem e casar-se novamente. Ela, porém, estava disposta a também abandonar suas raízes e seguir com a sogra para a terra estranha.

O gesto de Rute revela o poder do amor do Deus que ela havia conhecido através de Noemi e Eli-meleque. Esse amor que rompe fronteiras geográficas, culturais e familiares. Hoje estamos vivendo experiências de segregação de quem é diferente: se você não é da minha pátria, se você não compartilha das minhas convicções partidárias, se você não está de acordo com a família “tradicional” brasileira, então você não tem lugar.

Nós não lemos todo o livro de Rute. Mas, para quem não se recorda: Rute seguiu com Noemi para Belém, trabalhou na colheita para ajudar a sustentá-la (aqui lembramos do apoio financeiro); Noemi ajudou Rute com conselhos amorosos (aqui lembramos da sexualidade na terceira idade); Rute casou-se com um parente de Noemi; e teve um filho que acabou, posteriormente, se tornando avô de Davi.

Ou seja: Rute foi bisavó do rei Davi, que, por sua vez, também teve em sua descendência José, cuja família Jesus nasceu. O livro de Rute é uma mensagem clara de aceitação da pessoa estrangeira e mostra como Deus aceita todas as pessoas e atua através do amor.

Dinâmica: Colocando-se no lugar de Noemi e Rute (*pedir para cada pessoa pegar um dos óculos disponíveis*).

Quem seria Rute nos dias de hoje: uma mulher turca na Alemanha? Uma mexicana nos EUA? Uma argentina ou venezuelana no Brasil? Considerando que Rute era estrangeira, vamos simular três situações em alemão, inglês e espanhol (podem ser incorporadas mais opções ou manter somente a língua portuguesa, conforme a realidade do grupo).

Com os nossos óculos, olhamos para a pessoa ao repetir a frase de Rute e lhe damos um abraço. E que cada um e cada uma lembre da pessoa como o próprio avô, avó, pai, mãe, sogro, sogra ou qualquer ente querido (caso forme dupla com alguém que não seja pessoa idosa).

Inglês: Don't urge me to leave you or to turn back from you. Where you go I will go, and where you stay I will stay. Your people will be my people and your God my God.

Alemão: Bestehe nicht darauf, dass ich dich verlasse! Ich will mich nicht von dir trennen. Wo du hingehst, da will auch ich hingehen. Wo du bleibst, da bleibe ich auch. Dein Volk ist mein Volk und dein Gott ist mein Gott.

Espanhol: ¡No insistas en que te abandone o en que me separe de ti! Porque iré adonde tú vayas, y viviré donde tú vivas. Tu pueblo será mi pueblo y tu Dios será mi Dios.

Português: Não insista para que eu a deixe nem me obrigue a não segui-la! Porque aonde quer que você for, irei eu; e onde quer que pousar, ali pousarei eu. O seu povo é o meu povo e o seu Deus é o meu Deus.

“Onde quer que você morrer, morrerei eu e aí serei sepultada”. Todos e todas nós também iremos morrer um dia, mas com amigos, amigas e familiares que nos dão amor, seguimos o exemplo de Rute de tornar a vida mais fácil e superar os desafios da vida.

Oração: Deus do amor e da justiça, nós te agradecemos de modo especial por teres cuidado de todos e todas nós em todos os momentos de nossas vidas. Agradecemos pelos pais, mães, avôs, avós, noras, genros, sogros, sogras, amigos e amigas que são solidários e solidárias entre si e se ajudam mutuamente nas horas de dor, de sofrimento e de injustiças, rejeitando tudo aquilo que não promove a vida. Olhe por todas as pessoas deste grupo, de toda a IECLB, que possamos ser amigas e amigos solidários entre nós e com as pessoas idosas, dando, assim, sinais concretos do teu Reino. Todos esses nossos agradecimentos e pedidos e tudo mais que está no nosso coração, colocamos a Ti na oração que nos ensinaste: Pai nosso que estás nos céus...

♪ **Canto final:** lembrando que o significado de Rute é Amiga, queremos finalizar cantando: Se uma boa amizade você tem (HPD 412).

5.3 NOSSAS DIFERENTES GERAÇÕES

PROPOSTA DE ENCONTRO Nº 3

Acolhida: Sejam todos bem-vindos e todas bem-vindas a esse momento de oração e reflexão. Convido vocês a pensar, agora, um pouco mais sobre os diferentes papéis que vivemos em sociedade e em comunidade. Que nós possamos utilizar este espaço para entender e receber nosso chamado para atuarmos enquanto jovens cristãos e cristãs em nossos contextos. Fazemos isso em nome de Deus, de seu filho Jesus Cristo e do Espírito Santo. Amém.

♪ **Canto:** O Profeta (LCI 322)

Oração: Deus, que bom que podemos estar aqui reunidos e reunidas como juventude comprometida, com sede de agir e de espalhar Sua mensagem de amor através da vivência da fé. Pedimos que acalme e prepare nossos corações nesse momento, e nos outros espaços de reflexão e aprendizado, para que possamos absorver o máximo de vivências e da mensagem que Tu tens para nós. Abre nossas mentes e nossa alma para receber e entender o teu chamado. Em nome de Jesus que oramos e pedimos. Amém.

Leitura bíblica: 1 Samuel 3. 1-10, 19-20

Reflexão (com ou sem dinâmica): Vocês sabem a qual geração vocês pertencem? Baby boomers (pessoas nascidas entre 1946 e 1964), geração X (pessoas nascidas entre 1960 e 1980), geração Y (pessoas nascidas entre 1981 e meados da década de 1990), geração Z (pessoas nascidas no final da década de 1990)? Todas essas letras parecem não fazer muito sentido, mas cada uma dessas gerações possui características diferentes que definem a juventude, a vida adulta, e a terceira idade.

Podemos utilizar os meios de comunicação, por exemplo, como uma maneira de perceber as dife-

renças entre as gerações. (Pedir para uma pessoa) Por favor, diga o seu nome, de onde vem e seu user no Instagram ou Facebook... Muito bem! Mais alguém pode dizer?

Certo, agora vamos tentar algo diferente. (Pedir para uma outra pessoa) Diga seu nome, o local de onde vem e seu código de endereço postal (esperar a pessoa tentar lembrar). Difícil?

Aposto que não é tão fácil assim dizer para alguém como te mandar uma carta, do que dizer a ela como te mandar uma mensagem pela internet. Estudos mostram que, enquanto a geração X vê o e-mail como o principal canal de comunicação profissional, as gerações Y e Z preferem as redes sociais. O que isso representa? Que pode acontecer de você estar gravando um stories para o Instagram e alguém que nasceu na geração baby boomer vai dizer “stor... o quê?”.

Por parecermos tão diferentes, tentamos muitas vezes nos afastar de gerações anteriores a nós e nos relacionarmos somente com nossos similares. Essa relação pode até ser saudável e interessante, mas que oportunidades e experiências estamos perdendo com a não criação de laços entre as gerações?

Se pegarmos o exemplo de Samuel, partilhado agora há pouco... como ele se comunicava em sua época? Será que ele tinha um canal preferido no Youtube ou uma ferramenta de busca tão eficiente quanto o Google?

Samuel aproveitava a experiência dos sacerdotes ao seu redor para que eles o guiassem e ensinassem sobre a fé.

Esse tema, envolvendo a criação de laços entre gerações, leva o nome de relações intergeracionais. As relações intergeracionais são esforços que demonstram que é possível aprender e compartilhar conhecimentos com pessoas de diferentes gerações e que essa experiência é única. Isso nos mostra as particularidades que só esse tipo de relação pode trazer.

Em uma reportagem da Revista EXAME*, um especialista afirma que o segredo do sucesso da diversidade reside na correta combinação das qualidades naturais de cada geração. Ele diz, ainda, que as pessoas idosas possuem, sobretudo, a capacidade de ensinar com base nas experiências adquiridas durante sua caminhada de vida.

Durante a leitura bíblica de 1 Samuel, observarmos um exemplo que pode nos falar a respeito dessa partilha entre gerações. Samuel, desde muito cedo, foi criado entre sábios sacerdotes de sua época. Entre os experientes, Samuel aprendia no templo, se preparando para o chamado de Deus para ser um profeta.

Eli era um sumo sacerdote, uma pessoa idosa que tinha bastante contato com Samuel, e foi ele quem ajudou o jovem menino a interpretar o chamado de Deus. Quando Samuel recebia o chamado de Deus, ele ainda não tinha capacidade de entender o que aquilo significava e pensava que era o próprio Eli que o chamava. Quando Eli percebe que aquilo se tratava de um raro contato de Deus com sua criação, o experiente profeta guia o jovem aprendiz a se preparar e interpretar o chamado de Deus, que é confirmado no versículo 20, como sendo um sinal de Deus para um novo profeta escolhido por Ele.

* Acesse: <https://exame.abril.com.br/carreira/4-geracoes-trabalhando-juntas-um-final-feliz-e-possivel/>

Nós também somos chamados e chamadas a viver a fé através de Jesus Cristo e Ele nos desafia a transformar o mundo através de nossas ações. Ao anunciar o amor a todas as pessoas, Deus os chama para cuidar também de seus filhos e filhas. E quando assumimos esse papel, com a paixão e vontade de agir de Samuel, precisamos também de pessoas que nos ajudem a construir a caminhada e que possam contribuir para o nosso crescimento na fé.

As comunidades religiosas são um dos poucos lugares em nossa vivência que misturam tantas gerações em um mesmo local. Temos crianças nos alegrando com suas presenças no Culto Infantil, temos a JE que acolhe e reúne a diversidade das juventudes, temos grupos para adultos e, também, a presença de pessoas idosas que sempre sabem nos contar como as coisas eram “naquela época” e nos mostrar diferentes perspectivas sobre um mesmo assunto.

Dentro de uma comunidade, precisamos encontrar o sentimento de pertença, que significa reforçar relacionamentos saudáveis e afetos. Através do amor, aceitamos a liberdade de ser, através de um acordo mútuo, apoiado na confiança, na honestidade e na coesão, onde as pessoas têm legitimidade em sua individualidade, em seu desenvolvimento e também em seu crescimento coletivo.

Para isso, é necessário ouvir, aprender, trocar experiências, e, acima de tudo, incluir diferentes gerações também em nossas vivências enquanto juventude. Todas as gerações podem contribuir para a comunhão em Jesus Cristo, trazendo a diversidade de papéis que criam uma maneira única de viver a coletividade, através do resgate da memória coletiva, da prática de ações e da partilha de momentos, por exemplo. Os principais passos para colocar em prática a vivência intergeracional são: entender para se adaptar, a comunicação e encontrar o lugar certo.

Com a diversidade de nossas comunidades já temos um lugar certo. Então, pedimos a Deus que nos guie nesse encontro para entender e nos adaptar às nossas realidades enquanto sociedade e comunidade de fé, e que nos dê o entendimento para encarar a dinamicidade da comunicação entre gerações, para que possamos atingir a unidade enquanto comunidade cristã.

🎵 **Canto:** Momento novo (LCI 605)

Oração: Deus, agradecemos pela oportunidade que tu nos dás, de viver em comunidade e experimentar as riquezas de um convívio entre diferentes gerações que, unidas, falam e vivem tua promessa de amor. Guia-nos nos desafios das diferenças, nos mostrando o caminho e a forma certa de conduzir nossas ações. Acompanha, Deus, cada jovem, em cada contexto, iluminando seus caminhos e trazendo sabedoria para suas caminhadas de fé. Em nome de Jesus, que tudo agradecemos e pedimos. Amém.

Bênção: Bênção da Irlanda (LCI 289)

Envio: Vamos em paz e que Deus nos acompanhe. Amém.



Propostas de dinâmicas de integração com pessoas idosas

Dinâmicas de grupo com pessoas idosas estimulam os sentidos, a coordenação motora e a atenção e promovem a integração, a participação, a recordação e a comunicação.

Ao fazer dinâmicas é importante:

- *Conhecer ou se informar sobre o grupo em que será aplicada a dinâmica;*
- *Propor atividades que a pessoas idosas possam realizar;*
- *Avaliar as condições físicas das pessoas participantes a fim de determinar qual a melhor atividade a ser realizada;*
- *Analisar a técnica e adaptá-la ao grupo de acordo com suas necessidades.*

A ÁRVORE

Material: diferentes folhas e galhos para reconhecer

Para iniciar o diálogo (a pessoa que coordena deve dar tempo para que as pessoas falem):

- Que tipos de árvores vocês conhecem? (pinheiro, eucalipto, pinus, castanheira, bambu...)
- Na casa de seu pai e mãe, havia árvores plantadas?

Se sim, ainda lembram quais os tipos de árvores?

- Quando crianças, vocês subiam em árvores?
- Qual a árvore preferida de vocês?

Agora vamos nos movimentar um pouco. Convido para se sentarem na cadeira, um pouco mais em direção a frente. Firmem seus pés no chão. Também uma árvore está firme no chão.

- Levem os dois braços para cima. Estiquem em direção ao teto o quanto puderem e com cuidado. Procurem ir um pouco mais para cima... tão alta é uma árvore.

- Levem os braços para baixo e sacudam de leve.

- Estiquem seus braços, devagar, para a direita, para a esquerda, para a frente, para trás. Solte os braços e vamos fazer mais uma vez, devagar, para todas as direções. Assim frondosa é uma árvore e cresce para todos os lados.

- Dobre a parte de cima do corpo um pouco para frente e para trás. Sempre com cuidado. Agora para a direita e para a esquerda. Novamente para todas as direções. Assim uma árvore balança para todos os lados.

- Demos as mãos para as pessoas que estão ao nosso lado. Levemos as mãos para cima como se fossemos a copa de uma árvore. Assim, nos movemos para todos os lados, como uma árvore no vento.

- Olhem só quantas árvores frutíferas e quanta fruta. Qual a fruta vocês mais gostam? Maçã, laranja? Então vamos colher algumas frutas. Esticar o braço direito, dar uma virada na mão, pegar a fruta e agora colocar no cesto que está a sua esquerda, no chão. Esticar o braço esquerdo. Vejam lá, mais uma laranja! Pegar a fruta e colocar no cesto que está no chão ao seu lado direito. E, agora, vamos voltar para casa com os cestos cheios de fruta.

- Bater os pés como se estivesse caminhando. E movimentar os braços como se estivesse carregando cestos do lado esquerdo e direito.

Após a dinâmica ou em outro momento, pode-se dialogar sobre o desmatamento, mudanças de vida, crescimento do local, morar em casa e apartamento, trabalho, crise climática, reciclagem, entre outros.

NO RITMO

Fazer um círculo e distribuir um número para cada participante. Com as duas mãos, bater nas duas pernas, bater palmas e estalar primeiro os dedos direitos e depois os dedos esquerdos. Começa-se a dinâmica. Bater nas pernas, palmas e no momento de estalar os dedos – o lado direito, diz o seu nº, o lado esquerdo, o nº de outra pessoa e assim sucessivamente. Variação com nomes: no momento de estalar os dedos, o lado direito diz o seu nome e o lado esquerdo, o nome de outra pessoa. Também pode-se adaptar só usando palmas, sem estalo dos dedos.

CONHECENDO E APRENDENDO

Materiais: Um objeto pequeno, como, por exemplo uma podendo ser uma bola por exemplo.
Número máximo de pessoas: 20; *Número mínimo de pessoas:* 4.

Formar um círculo com o grupo. Explicar às pessoas participantes que será dada uma oportunidade para que aprendam mais uns dos outros, umas das outras. Quem estiver com a bola deve passá-la a outra pessoa, que deverá dizer seu nome e revelar algo diferente sobre si (uso lente de contato, por exemplo, ou tenho um cachorro). Quando todas as pessoas do grupo tiverem falado, explicar que, na segunda rodada, elas terão de passar a bola a alguém e dizer o nome da pessoa e o que ela disse na rodada anterior.

Dicas: Observar quais participantes estão prestando atenção e conseguem lembrar das informações que a outra pessoa falou. Caso alguém tenha muita dificuldade, pedir que as outras pessoas ajudem. Apontar a importância de saber ouvir e como, muitas vezes, a preocupação com o que dizer é tanta, que se esquece de prestar atenção no que é dito.

A MÁQUINA

Quem coordena, solicita que o grupo, em pé, forme um círculo e construa uma máquina em movimento, usando somente seus próprios corpos. A seguir, orienta, dizendo que uma pessoa irá dar início, fazendo movimentos repetitivos com os braços, um no alto outro para baixo, ritmando, acompanhando o movimento com um som de boca. As outras pessoas ajuntam-se, uma a uma, procurando imitar os movimentos como parte da máquina, acrescentando seus próprios movimentos e sons de boca. O exercício continua até que todas as pessoas tenham se integrado, imitando os diferentes movimentos e sons que uma máquina pode fazer.

Observação: importante prestar atenção a movimentos que possam levar a pessoa idosa a perder o equilíbrio ou até a cair. Dependendo da idade e da condição física é importante que a pessoa que coordena fique bem próxima do grupo para evitar acidentes ou quedas.

Outras sugestões: cantar músicas que as pessoas idosas gostam; usar um tablet ou computador para ouvir a música favorita no YouTube; descobrir a cidade natal da infância na pesquisa de imagens do Google; jogar bingo ou outro jogo que seja do interesse das pessoas idosas.

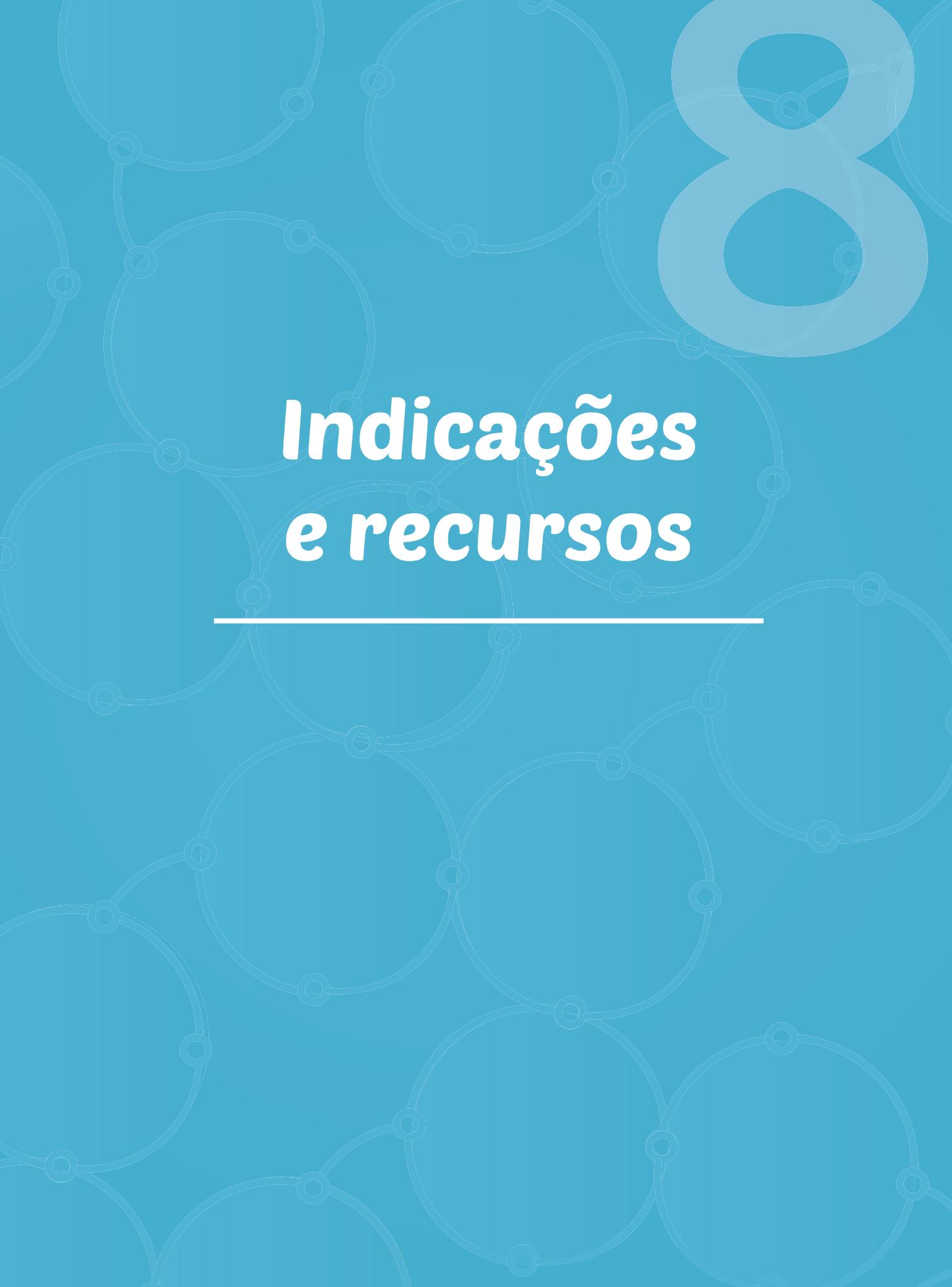
The background features a repeating pattern of overlapping circles with small nodes at their intersections, all in a light yellow-green color. A large, semi-transparent number '7' is positioned in the upper right corner.

Proposta de programação

Proposta de programação para um dia de encontro de multiplicação da campanha *Juventudes e Pessoas Idosas*

- 08h00 Chegada + café
- 09h30 Acolhida, integração e meditação (O que é empatia? - pág. 25)
- 10h15 Quem é a pessoa idosa?
A pessoa idosa na perspectiva bíblica
- 11h15 A pessoa idosa no presente: Estatuto do Idoso, saúde, tecnologia, acessibilidade
- 12h15 Almoço
- 13h30 A pessoa idosa no futuro: como eu quero ser/estar na velhice?
A pessoa idosa na família e comunidade
- 14h30 Planejando ações diaconais (trabalho em grupos e proposta de ação)
Apresentação dos grupos
- 16h Nosso compromisso: como nós, agora, assumimos a responsabilidade de abraçar a campanha em nossas comunidades e paróquias?
Oração final + Encerramento

DICA: No Portal Luteranos há uma apresentação de slides disponível para subsidiar esse encontro. Acesse: <https://www.luteranos.com.br/>.

The background is a solid teal color with a pattern of overlapping white circles. A large, semi-transparent number '8' is positioned in the upper right corner. The text 'Indicações e recursos' is centered in a white, bold, sans-serif font.

Indicações e recursos

Filmes abordando a temática da pessoa idosa

Num Lago Dourado (1981)

Conduzindo Miss Dayse (1990)

Tomates Verdes Fritos (1992)

Amor (2013)

Iris (2001)

O Filho da Noiva (2001)

Almoço em Agosto (2008)

Longe dela (2006).

E se vivêssemos todos juntos (2012)

Ensina-me a viver (1971)

Baleias de Agosto (1987)

Elsa e Fred – um amor de Paixão (2005)

Dois Irmãos (2010)

Viva - A Vida é uma Festa (2017)

Vivir dos veces (2019)

Documentário

Envelhescência (2018)

Livros

Envelhecer bem - Psicóloga Simone Bracht Burmeister

Família e pessoa idosa: Reflexão e orientação - Psicóloga Simone Bracht Burmeister

Planejando ações diaconais

Algumas dicas que podem ajudar um grupo a desenvolver ações com pessoas idosas:

1. Olhar para o contexto, ouvir o contexto e perguntar ao contexto. Ou seja: identificar as situações que necessitam de ação com pessoas idosas. Qual é o problema e como podemos ajudar?
 2. Refletir sobre nossa motivação: por que fazer? O que move o grupo a tomar esta iniciativa?
 3. Definir quem participará e coordenará o projeto: quem tem disposição para assumir qual tarefa? Deixar claro que é um projeto do grupo e não de uma pessoa.
 4. Estabelecer objetivos e organizar o plano de ação: o que faremos? Quais são os objetivos e metas a serem alcançados?
 5. O que é necessário para a realização do projeto em termos de recursos materiais, humanos e financeiros?
 6. Que parcerias podem ser desenvolvidas (comunidade, instituições civis e órgãos governamentais, conselho sinodal da pessoa idosa, entre outros)? Algum grupo ou órgão governamental já desenvolve trabalhos nesta área?
 7. Avaliar as ações e resultados: o que deu certo e que podemos melhorar?
 8. Registrar as ações: fazer relatórios das reuniões, arquivar dados
-

e pesquisas realizadas durante o projeto, fotografar reuniões, palestras e atividades e publicar nos meios de comunicação disponíveis (site, jornal, redes sociais).

9. Celebrar resultados: reconhecer os pequenos avanços, interceder e agradecer a Deus pela possibilidade de servir.

Importante:

1. Compreender a realidade das pessoas: caminhar com elas, ouvir suas histórias, criar vínculos de confiança, colocar-se ao lado, de igual para igual.
2. Reconhecer os saberes das pessoas. Nossa forma de pensar, sentir e ver não é a única possível.
3. Perceber como acontecem as relações de poder na sociedade, na família, na igreja.
4. A ação vem a partir do conhecimento da vida, das necessidades e dos recursos das pessoas. Também o uso da Bíblia acontece a partir da vida das pessoas.
5. Respeitar o processo, a caminhada de cada pessoa idosa ou grupo.
6. O objetivo de qualquer ação diaconal é a promoção de vida digna e o desenvolvimento de autonomia. Nossa ação não pode criar dependência!

Lembrar que:

1. A outra pessoa não é objeto da ação, mas uma pessoa com uma história, desejos, dons, sonhos e direitos.
2. A outra pessoa é diferente de mim, mas não desigual. Ela é filha de Deus como eu também sou.
3. Realizar uma ação com pessoas idosas não é uma ação de caridade para alívio de consciência. A verdadeira caridade não busca recompensas, mas justiça e vida digna para todas as pessoas.

Pode-se planejar ações com a pessoa idosa com:

- autonomia e que participa de eventos da comunidade e nos espaços públicos (por exemplo: grupos de terceira idade);
- dependência e que é cuidada pela sua família;
- autonomia e que reside numa instituição de longa permanência;
- dependência e que reside numa instituição de longa permanência;
- autonomia, ativa na vida comunitária e com disposição para trabalho voluntário.

ATUANDO EM REDE

Confira a lista de Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) e conheça instituições no seu sínodo ou próximas a você. A relação está disponível no Portal Luteranos: https://www.luteranos.com.br/conteudo_organizacao/missao-diaconia/instituicoes-de-longa-permanencia-a-pessoa-idosa-2.

CONTATOS

Para esclarecer dúvidas e compartilhar atividades desenvolvidas, contate:

- Coordenação de Diaconia e Programa Diaconia Inclusão
Secretaria da Ação Comunitária da Secretaria Geral da IECLB
Coordenadora: Diácona Ma. Carla Vilma Jandrey
E-mail: diaconia@ieclb.org.br
- Coordenação do Trabalho com Jovens e Programas de Intercâmbios
Secretaria da Ação Comunitária da Secretaria Geral da IECLB
Coordenadora: Diácona Simone Engel Voigt
E-mail: juventudes@ieclb.org.br

REDES SOCIAIS

Desenvolveu alguma atividade e quer compartilhar a experiência? Então não esqueça de registrar com fotos e mandar seu relato para a página da campanha no Facebook (facebook.com/juventudesepeessoasidosas). Se desejar, também pode acessar a página no Facebook da Juventude Evangélica da IECLB (facebook.com/IEIECLB) ou Instagram ([@jeieclb](https://instagram.com/jeieclb)). Esperamos seu contato!

FORMULÁRIO DE PLANEJAMENTO DE AÇÕES COM PESSOAS IDOSAS

O formulário abaixo é uma proposta de meio para facilitar o planejamento de uma ação diaconal:

Nome da ação:
Parcerias:
Problema:
Objetivo:
Resultado esperado:

Ação:	Prazo:	Responsável:	Recursos necessários:

EXEMPLOS DE PLANEJAMENTO DE AÇÕES COM PESSOAS IDOSAS

Nome da ação: Compartilhar de talentos
Parcerias: Ministro ou ministra, OASE, presbitério da paróquia/comunidade, LELUT, ILPIs, adolescentes do Ensino Confirmatório
Problema: Pouco diálogo entre as gerações e partilha de conhecimentos + analfabetismo digital entre pessoas idosas
Objetivo: Valorizar os conhecimentos da pessoa idosa e proporcionar momentos de partilha entre jovens e pessoas idosas
Resultado esperado: Aproximação entre gerações, partilha de conhecimentos, pessoas idosas com conhecimento digital (smartphone)

Ação:	Prazo:	Responsável:	Recursos necessários:
Localizar pessoas da comunidade que possam oferecer oficinas sobre artesanato, culinária, ervas e chás, entre outros	Um mês	Ministro ou ministra e jovens	
Elaborar oficina sobre como utilizar o smartphone	Um mês	Três jovens	Pesquisa na Internet
Divulgar o “Dia da partilha de talentos”	Um mês	Jovens e ministro ou ministra	Folhetos, avisos nos cultos e redes sociais
Organizar o ambiente	Dois dias	Grupo de jovens	Materiais para oficinas, alimentação, som, smartphones usados
Realizar o evento	Um dia	Jovens, ministro ou ministra, oficinairos e oficinairas	Projeção, instrumentos musicais
Avaliar e divulgar resultados	Um dia	Jovens e ministro ou ministra	Fotos, redes sociais

Nome da ação: Afetiva-idade
Parcerias: Famílias, ministro ou ministra, grupo de visitação
Problema: Necessidade afetiva e ausência de pessoas para ouvir histórias
Objetivo: Proporcionar momentos de troca afetiva com diálogo, atenção, carinho e escuta ativa
Resultado esperado: Pessoas idosas com qualidade de vida e pessoas jovens motivadas para realizar visitas regularmente

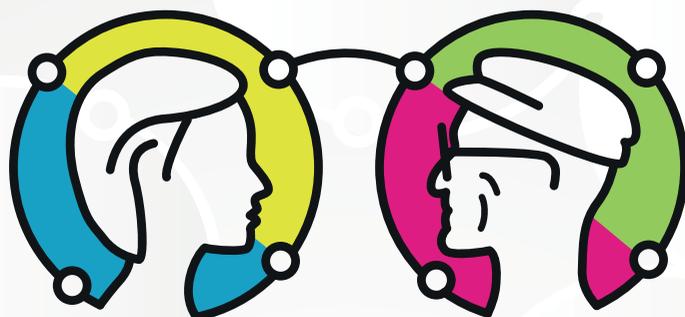
Ação:	Prazo:	Responsável:	Recursos necessários:
Mapear pessoas idosas com dificuldade de vir até as atividades comunitárias	Um mês	Jovens e ministro ou ministra	Planilha para registrar informações
Realizar uma oficina para juventude sobre visitação às pessoas idosas	Um mês	Ministro ou ministra	Projeção, sala para encontro
Informar a família sobre a visita à pessoa idosa	Um mês	Jovens	Telefone
Realizar as visitas	Dois meses	Jovens (em cada visita, duas ou três pessoas jovens)	Transporte, material com orações (se a pessoa idosa quiser orar)
Avaliar, divulgar e planejar a continuidade da ação	Um mês	Jovens e ministro ou ministra	Fotos, redes sociais
Avaliar e divulgar resultados	Um dia	Jovens e ministro ou ministra	Fotos, redes sociais

Nome da ação: Apadrinhamento de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI)
Parcerias: Ministro ou ministra, presbitério da comunidade/paróquia e coordenação da ILPI
Problema: Solidão e individualismo em um espaço coletivo (ILPIs) + ILPI necessita de materiais de limpeza
Objetivo: Proporcionar integração entre as pessoas idosas residentes na instituição e prover parte dos materiais de limpeza necessários
Resultado esperado: Criação de vínculos entre as pessoas idosas, melhorando, assim, o bem estar e o sentimento de pertencimento a um grupo

Ação:	Prazo:	Responsável:	Recursos necessários:
Visitar a ILPI para conhecer seu contexto, compartilhar a proposta de ação à coordenação e fazer as adequações necessárias no planejamento da ação diaconal	Duas semanas	Duas pessoas jovens e ministro ou ministra	Locomoção
Realizar formação sobre visitação a pessoas idosas e como é a rotina de uma ILPI	Um mês	Grupo de jovens e ministro ou ministra	Sala, pessoa a assessorar o tema, material para o seminário (projeção, som, folhas A4, canetas...)
Promover campanha na comunidade para arrecadar materiais de limpeza	Dois meses	Grupo de jovens	Material para divulgar a campanha no culto e grupos
Realizar cinco visitas à instituição para momentos de conversa, dinâmicas de integração, cantos, jogos...	Dois meses	Grupo de jovens	Locomoção
Partilhar a ação com a comunidade e apresentar a ideia de apadrinhamento da instituição	Um mês	Grupo de jovens	Partilha com o presbitério e no culto
Apadrinhar a instituição	Contínuo	Grupo de jovens	Locomoção, instrumentos musicais, materiais para dinâmicas, jogos de mesa

Nome da ação: Pelas lentes da carona
Parcerias: Juventude, famílias, lideranças e ministro ou ministra
Problema: Dificuldade quanto à locomoção e acesso da pessoa idosa às atividades comunitárias e à comunidade
Objetivo: Oferecer acessibilidade, por meio de transporte, para a pessoa idosa com dificuldade de locomoção
Resultado esperado: Participação das pessoas idosas nas atividades da comunidade, principalmente cultos e grupos (OASE, LELUT, pessoas idosas) e criação de uma “rede de caronas”

Ação:	Prazo:	Responsável:	Recursos necessários:
Realizar uma reunião com presbitério e lideranças da comunidade para compartilhar o projeto	Um encontro	Grupo de jovens	Recursos humanos
Coletar informações com a secretaria da comunidade para identificar pessoas idosas com dificuldade de locomoção (nome, endereço, qual a limitação)	Três encontros	Grupo de jovens	Recursos humanos, planilha para registrar as informações
Identificar pessoas voluntárias que possam colaborar com o projeto, sendo motoristas	Um mês	Jovens e ministro ou ministra	Planilha
Elaborar e confeccionar um adesivo para identificar o projeto - pelas lentes da carona	Um mês	Grupo de jovens	Recursos financeiros para criação e impressão do adesivo
Realizar o projeto: trazer pessoas idosas com dificuldade de locomoção, por meio de caronas, para o culto	A cada culto e encontro dos grupos (conforme necessidade e interesse das pessoas idosas)	Pessoas voluntárias do projeto	Motoristas, veículos, combustível
Apadrinhar a instituição	Contínuo	Grupo de jovens	Locomoção, instrumentos musicais, materiais para dinâmicas, jogos de mesa



Juventudes e Pessoas Idosas

OS ÓCULOS

A campanha tem o intuito de quebrar barreiras e permitir um novo olhar sobre a pessoa idosa, buscando superar a estereotipização. Além disso, os óculos nos remetem à ideia de cuidado e da necessidade de enxergarmos a partir do olhar da outra pessoa.

AS GERAÇÕES

A pessoa jovem e a pessoa idosa são confrontadas a se enxergarem mutuamente, como parte do mesmo corpo de Cristo, valorizando uma à outra.

AS CORES

O reflexo ao fundo dos óculos nos lembra que a campanha é derivada do projeto *Juventudes e Diaconia: livres para transformar o mundo*.

A REDE

Formada por pontos interligados, nos lembra que todos e todas nós somos conectados e conectadas pela comunidade de fé e queremos trabalhar em rede, também em ações diaconais.