



**NÓS RESPEITAMOS
A PESSOA IDOSA.
E VOCÊ?**

**PEQUENAS ATITUDES
PODEM FAZER
VOCÊ E AS
PESSOAS IDOSAS
MUITO MAIS FELIZES**

**Dia 1º de outubro é o
Dia Internacional da Pessoa Idosa.
O mês dedicado a elas é propício para
uma reflexão sobre estas pessoas
que chegaram, viveram, aprenderam,
realizaram e nos ensinaram.
Fizeram muito e continuam fazendo
parte da história do nosso país
e das nossas vidas.**



MOSTRE VOCÊ TAMBÉM, SEU RESPEITO, EDUCAÇÃO E ATENÇÃO

- No primeiro contato, refira-se à pessoa idosa como “Senhor”, “Senhora”, “Seu” ou “Dona”.
- Um simples por favor, obrigado, com licença, desculpe pode significar muito e, acredite: é transformador.
- Ouça com atenção o que elas têm a dizer. Elas já tiveram muitas experiências e têm muito a nos ensinar.
- Ofereça ajuda sempre que possível. Ao envelhecer, as pessoas perdem a força física, o equilíbrio e a agilidade.
- Fique próximo, evitando o desequilíbrio nos embarques e desembarques dos transportes.
- Segure portas e aberturas para facilitar a passagem da pessoa idosa.
- Em estabelecimentos, alcance itens que estejam em prateleiras muito altas ou muito baixas.
- Carregue as compras até o carro e ajude a colocar no porta-malas.
- Respeite as sinalizações de locais e assentos preferenciais para as pessoas idosas. Ao perceber que alguém ocupa este lugar indevidamente, dirija-se à pessoa e, de forma educada, solicite que ela ceda o lugar à pessoa idosa. Se mesmo assim os espaços preferenciais estiverem ocupados, seja gentil e ceda o seu próprio lugar.
- Incentive-os para que se divirtam. A interação social é um dos remédios mais importantes para a qualidade de vida.
- Mostre interesse sobre a vida delas. Pergunte sobre a infância e como as coisas eram no passado. Peça para ver seus álbuns de fotografias e falem sobre as fotos.

- Seja um amigo. Ofereça-se para ler para elas, tomar um chimarrão ou um chá. Elas vão amar a sua companhia.
 - Ao cruzar por uma pessoa idosa, mantenha uma distância maior daquela que você passaria por alguém mais jovem. A visão periférica delas é reduzida e um esbarrão pode causar uma queda.
 - Não ache que elas possuem alguma deficiência. Quando não tiver certeza de que a pessoa tem dificuldades auditivas, de visão ou locomoção, pergunte. É melhor ser direto e atencioso do que ofendê-las ou deixá-las envergonhadas com posturas exageradas.
 - Coloque-se no lugar da pessoa idosa. Seja paciente. Elas levam mais tempo para desempenhar as tarefas do dia a dia e apressá-las causará desconforto e possíveis acidentes.
-

É importante, também, falarmos das situações onde há violação dos direitos e da segurança da pessoa idosa. Infelizmente, é mais comum do que se imagina. Para isto, a atenção de todos é fundamental. Vigilância é a palavra. Das denúncias recebidas pelo Disque 100, que as encaminha para os órgãos competentes dos direitos da pessoa idosa, as principais ocorrências estão ligadas a:

- **69% negligência**
- **59% violência psicológica**
- **40% abuso financeiro**
- **34% violência física**

Você pode denunciar uma violação aos direitos das pessoas idosas por alguma empresa, familiar ou tutor responsável. As autoridades competentes e atuantes são:

- **Polícia**
- **Ministério Público**
- **Conselho Municipal do Idoso**
- **Conselho Estadual do Idoso**
- **Conselho Nacional do Idoso**
- **PROCON para os abusos nas relações de consumo**
- **Disque 100 do Ministério dos Direitos Humanos**

As denúncias podem ser efetuadas de forma direta e você pode pedir que seja resguardado o sigilo para proteção pessoal do denunciante.

**Você pode baixar a última versão
do Estatuto da Pessoa Idosa em
www.seniorlab.com.br/estatuto**

Fonte: SeniorLab mercado & consumo 60+ com referências da Secretaria Especial dos Direitos da Pessoa Idosa, Procon, Ministério Público Federal, Ministério dos Direitos Humanos, Polícia Civil do Estado do Rio Grande do Sul e Defensoria Pública do Estado do Rio Grande do Sul.



GERONTOFAIR
+SAÚDE+VIDA



Sindicato dos Hospitais
e Clínicas de Porto Alegre



moderna idade®
Núcleo de Residenciais Geriátricos Sindihospa

gerontofair.com.br
sindihospa.com.br • modernaidade.org.br