

16/11/2015 17:55 by quimmera

"O lazer na terceira idade tem o objetivo de despertar as potencialidades dos idosos para aspectos criativos e sociais, estimulando a socialização, o compartilhar de experiências, a sensibilidade, as emoções, a comunicação, o aprendizado de coisas novas, permitindo-lhes uma vida ativa sem obrigações..."

Uma das modificações que ocorrem na vida social das pessoas idosas é o aumento considerável do tempo livre que as pessoas adquirem principalmente com o processo da aposentadoria. Esse tempo pode ser aproveitado de diferentes maneiras com outras práticas que não as ocupacionais, sendo uma delas as atividades de lazer. O lazer é definido pelo sociólogo francês Joffre Dumazedier como sendo o tempo que cada um tem para si. Representa o conjunto de ocupações não obrigatórias às quais o indivíduo pode se entregar de bom grado, seja para repousar, para se divertir, para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social ou sua livre capacidade criadora, depois de liberado de suas obrigações profissionais, familiares e sociais.

Assim, o lazer para a pessoa idosa constitui uma ocupação do tempo livre, a realização de atividades sem obrigatoriedade e acima de tudo de livre escolha. Com o processo de envelhecimento surgem mudanças nos interesses, nas preferências relacionadas às atividades de lazer. Observa-se uma diminuição de responsabilidade em tarefas domésticas e profissionais, porém nem sempre aumenta de forma significativa o interesse do idoso por atividades de lazer.

### **Tempo livre e tempo desocupado**

É interessante conceituar "tempo livre" e "tempo desocupado". O tempo livre permite a pessoa realizar o lazer isento de obrigações de qualquer natureza, é o tempo que cada uma tem para si, para fazer o que gosta, para conviver com quem você gosta, já o tempo desocupado pode ser entendido como um período flutuante no qual o indivíduo não consegue ingressar no mercado de trabalho.

Dentro desse contexto o lazer deve ser diferenciado de algumas definições estabelecidas pela sociedade. O lazer não pode ser confundido com ociosidade. O lazer corresponde a uma liberação periódica do fim do dia, da semana, do ano (período de férias) ou da vida funcional (aposentadoria).

Lazer é um valor novo, surgido neste século com a formação da sociedade industrial. Corresponde a um tempo de liberação e de prazer em que os indivíduos escolhem uma atividade de acordo com critérios prioritários e interesses pessoais.

O lazer é a busca de um estado de satisfação, entendido como um fim em si mesmo por responder às necessidades individuais em contraposição às obrigações impostas pela sociedade. O lazer envolve diferentes áreas de interesse que são procuradas pelos idosos de acordo com seu nível social, cultural e profissional. Interesses físicos, interesses práticos, interesses artísticos, interesses intelectuais e interesses sociais.

O mais importante é despertar no idoso a motivação em ocupar seu tempo livre conquistado após anos de trabalho, dedicação e contribuição. Devemos auxiliar o idoso na manutenção de seu equilíbrio físico e social, afastando-o do processo de isolamento, da vulnerabilidade a doenças.

O lazer na terceira idade tem o objetivo de despertar as potencialidades dos idosos para aspectos criativos e sociais, estimulando a socialização, o compartilhar de experiências, a sensibilidade, as emoções, a comunicação, o aprendizado de coisas novas, permitindo-lhes uma vida ativa sem obrigações, com mais satisfação e qualidade, sendo valorizados e respeitados pela sociedade.