

A vida chegou
e você se entregou.

A vida desafiou
e você enfrentou.

A vida retribuiu
e você acolheu.

Que a sabedoria, a fé, o vigor, a confiança e,
sobretudo, o amor possam continuar contigo na arte
de **envelhe...SER**.

LEV Berni



Próximo Encontro
24/05/2025

Encontros da Terceira Idade Abertos à Comunidade

ENVELHE...*SER*

Anciãos em Busca da Sabedoria



Coordenação:

Prof. Dr. Luiz Eduardo V. Berni, FRC



Fundamentação:

**Política Nacional de Práticas Integrativas e
Complementares (PNPIC) -Ministério da Saúde
Estatuto da Pessoa Idosa (Lei 14.423/22)**

Ano R+C 3378
(2025/2026)

Objetivo Geral:

- Refletir e aprender sobre a vida na terceira idade

Objetivos Específicos:

- Valorizar a sabedoria inerente à faixa etária;
- Fomentar competências para manutenção da autonomia, autocuidado, autoconhecimento;
- Oferecer técnicas esotéricas de bem-estar (meditação aberta)
- Oferecer ambiente de estudo (biblioteca)
- Oferecer ambiente de desenvolvimento humano (palestras e cursos)

Fundamentos

- Estatuto da Pessoa Idosa (Lei 14.423/22)
- OMS/OPAS – Década do Envelhecimento Saudável (2021-2130)
- Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares (PNPIC)

Classificação da Pessoa Idosa

- Acima de 60 anos (países em desenvolvimento)
- Acima de 65 anos (países desenvolvidos)

Faixas de Idade

- Idoso – 60 – 74 anos
- Ancião – 75 – 90 anos
- Velho – Acima de 90 anos

PRÁTICAS INTEGRATIVAS: Aromoterapia, arteterapia, dança circular, meditação, musicoterapia, cromoterapia.

PRÁTICAS ROSACRUZES: Sons Vocálicos, Meditação, Os quatro “A” da Saúde; Dr. Moacir F. Godoy, FRC.

PRÁTICAS DOS POVOS ORIGINÁGIOS: Círculo da Palavra

CÓDIGO DE VIDA ROSACRUZ

01. Pela manhã, antes de te levatares, agradece ao Deus do teu coração o novo dia que te é dado viver no plano terreno e pede-lhe que te inspire ao longo desse dia. Depois, de pé e voltado para o Leste, faze três respirações profundas concentrando-te na vitalidade que é despertada em ti mesmo. Feito isto, bebe um copo d'água e inicia tuas ocupações.



Site do Projeto