

## IDOSXS ≠ VELHXS

- IDOSX É A PESSOA QUE TEM MUITA IDADE
- VELHX É A PESSOA QUE PERDEU A JOVIALIDADE
- VOCÊ É IDOSO QUANDO AINDA APRENDE
- VOCÊ É VELHX QUANDO JÁ NÃO ENSINA
- OS IDOSXS SE MORDENIZAM INTERAGI COM OS JOVENS
- OS VELHXS SE EMPERRA, SE FECHA E RECUSA A MODERNIDADE

IDOSO ≠ VELHX

AS RUGAS DO IDOSX  
SÃO BONITAS

PORQUE FORAM

MARCADAS PELO

SORRISO

AS RUGAS DO VELHXSÃO FEIAS  
PORQUE FORAM LINCADAS

PELA AMARGURA

OS IDOSXS TEM PLANOS

OS VELHXS TEM SAUDADES

VIVEM NO PASSADO

O IDOSX SE MORDENIZA INTERAGI  
COM A JUVENTUDE

O VELHX SE EMPERRA, SE FECHA  
E RECUSA A MODERNIDADE

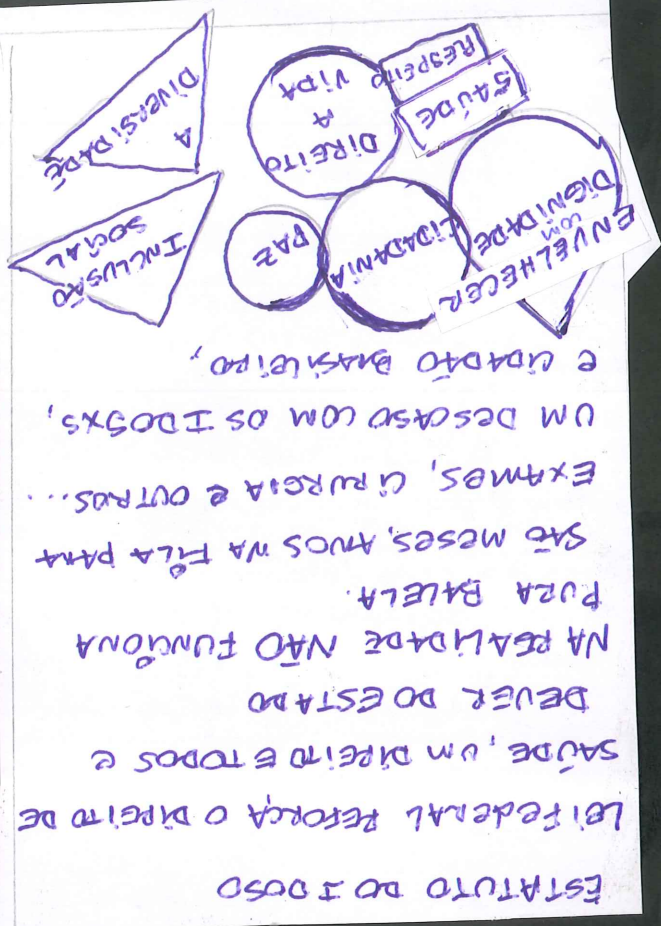
ALMA... PODERÁ CONTINUAR

- MAS COM ESSE VELHO HÁBITO
- GOSTE DE INOVAR
- NAO GOSTE DE NAHA "VELHO"
- CAMINHADA
- LEVANTAR CEDO E FAZER
- TERNA OVELHO HÁBITO DE
- FREQUENTE UM GRUPO DE TERCEIRA
- IDADE
- PESSOAS PARA SENTIRSE ÚTIL
- POSSA INTERAGIR COM OUTRAS
- ENCONTRE ATIVIDADES EM QUE
- BANHO, ESTUOJO DOS DENTES
- CUIDAR DA HIGIENE PESSOAL
- ALIMENTAR-SE BEM
- BÁSICAS SÃO FUNDAMENTAIS
- AS ATIVIDADES DE VIDA DIÁRIA
- DICAS

## PARA REFLETIR

- A COISA MAIS MODERNA QUE EXISTE NA VIDA É ENVELHECER  
ARNALDO ANTUNES
- "AS PESSOAS SE SENTEM VELHAS QUANDO ABANDONAM OS SEUS "SONHOS"
- A MENTE QUE SE ABRE A UMA NOVA IDÉIA, JAMAI'S VOLTARÁ AO SEUTAMANHO ORIGINAL  
ALBERT EINSTEIN
- O MEDO DE ENVELHECER NASCE DO RECONHECIMENTO DE QUE NÃO ESTAMOS VIVENDO A VIDA QUE DESEJAMOS É EQUIVALENTE A SENSACÃO DE ESTAR FAZENDO MAU USO DO PRESENTE  
SUZAN SONTAG
- "SE NÃO PODEMOS MUDAR O CONCEITO DO MUNDO A RESPEITO DOS IDOSX, PODEMOS FAZER O NOSSO UNIVERSO FAMILIAR.  
O RESPEITO COMEÇA EM CASA."






MA VELHICE TODAS AS PAULADAS FÍSICAS ENTRAQUE-  
cem.  
OS OLHOS JÁ NÃO EXERCIAM,  
OS PASSOS SÃO LEVITOS, A  
MAIOMAS USAM BENEFÍCIOS  
DEPENDEM DE TERCEIROS  
ATE PARA ALIMENTAR-SE.  
MUITAS VETES A SONDÃO  
E MAIS FATAL DO QUE A  
DOENÇA  
DOS OLHOS CAUSADOS COREM  
LÁGRIMAS DE TRISTEZA E  
DE SAUDADES...

É LAMENTAVEL QUE AS PESSOAS NA  
GRANDE MAIORIA, SÓ PERCEBEM ESSA  
TRISTE REALIDADE, QUANDO ELAS PRÓPRIAS  
CHEGAM A VELHICE

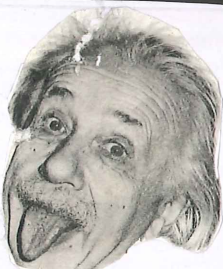

TEMOS QUE CAMINHAR DE  
MÃOS DADAS, ENVOLVENDO  
A TODOS PARA QUE POSSAMOS  
CONSTRUIR COLETIVAMENTE  
UMA REALIDADE PARA QUE  
OS IDOSXS  
SEJAM BEM  
VISTO COMO  
GENTE"  
E NÃO  
COMO UM  
FARDO  
A SER  
CAPREGADO



IDOSX  
≠  
VELHX

VOCÊ  
É  
IDOSX  
OU  
VELHX?

DEZ 2017

CONTRIBUIÇÃO  
VOLUNTÁRIA