

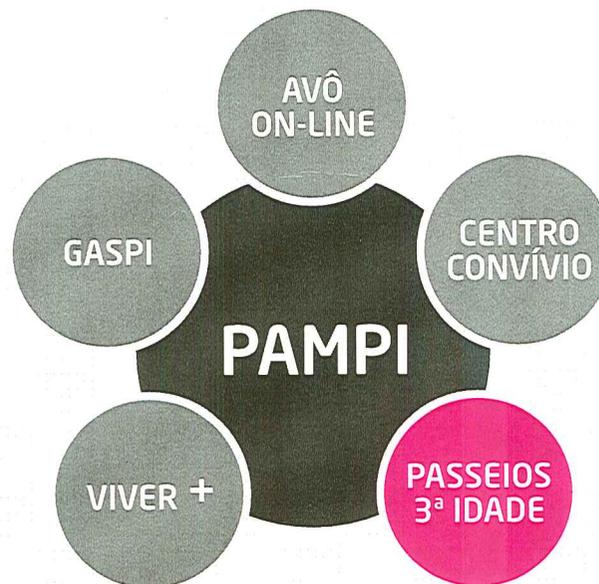
- » **Idosa** é uma pessoa que tem muita idade.
- » **Velha** é a pessoa que perdeu a jovialidade.
- » É **idoso** quando sonha. É **velho** quando apenas dorme.
- » É **idoso** quando ainda aprende. É **velho** quando já nem ensina.
- » É **idoso** quando pratica desporto, ou de alguma forma exercita-se.
- » É **velho** quando apenas descansa. É idoso quando o seu calendário tem amanhã.
- » É **velho** quando o seu calendário só tem ontem.
- » O **idoso** é aquela pessoa que teve a felicidade de viver uma longa vida produtiva, de ter adquirido uma grande experiência. Ele é uma ponte entre o passado e o presente, como o jovem é uma ponte entre o presente e o futuro. E é no presente que os dois se encontram.
- » **Velho** é aquele que tem carregado o peso dos anos, que em vez de transmitir experiência às gerações vindouras, transmite pessimismo e desilusão. Para ele, não existe ponte entre o passado e o presente, existe um fosso que o separa do presente pelo apego ao passado. O idoso renova-se a cada dia que começa, o velho acaba a cada noite que termina.
- » O **idoso** tem os olhos postos no horizonte de onde o sol nasce e a esperança se ilumina. O **velho** tem a miopia voltada para os tempos que passaram.
- » O **idoso** tem planos. O **velho** tem saudades. O **idoso** curte o que resta da vida. O **velho** sofre com o aproximar da morte.
- » O **idoso** moderniza-se, dialoga com a juventude, procura compreender os novos tempos.
- » O **velho** emperra no seu tempo, fecha-se na sua ostra e recusa a modernidade. O **idoso** leva uma vida activa, plena de projectos e de esperanças. Para ele o tempo passa rápido, mas a velhice nunca chega.
- » O **velho** cochila no vazio da sua vida. As rugas do **idoso** são bonitas porque foram marcadas pelo sorriso.
- » As rugas do **velho** são feias porque foram vincadas pela amargura.
- » Em resumo, **idoso** e **velho**, são duas pessoas que até podem ter a mesma idade no cartório, mas têm idades bem diferentes no coração.

Se é idoso, guarde a esperança de nunca ficar velho...

Fonte: Texto_ Procura-se o autor
Site_ www.momentos-pps.com.br

PAMPI

Programa de Apoio Municipal à Pessoa Idosa



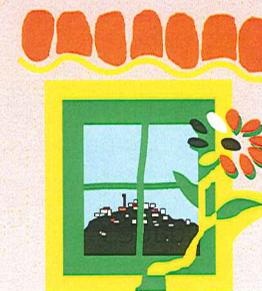
contacto:

Câmara Municipal de Sardoal
Serviços de Saúde e Acção Social

tel.: 241 850 000 // fax: 241 855 684

e-mail: accso.social@hotmail.pt

Praça da República 2230-222 Sardoal



SARDOAL
vila jardim

Câmara Municipal de Sardoal
Serviços de Saúde e Acção Social

PASSEIOS
3ª IDADE

Viagens para os Seniores



PAMPI

O Programa de Apoio Municipal à Pessoa Idosa surge a pensar no envelhecimento da população do Concelho, de forma a colmatar as necessidades diagnosticadas para este natural ciclo de vida, que engloba diversas necessidades.

PROJECTO MULTIDISCIPLINAR

Exige uma acção multidisciplinar dos Serviços da Autarquia, em estreita articulação com os Parceiros da Rede Social.

A QUEM SE DESTINA

A todas as pessoas com 60 anos de idade ou mais, visando estimular a convivência, a socialização, a participação, a informação, a integração e o exercício da cidadania.

PROJECTO

“Passeios da Terceira Idade”

» Trata-se de viagens dirigidas aos seniores, organizadas pela Câmara Municipal de Sardoal e/ou em parceria com outras entidades.

» Tem como público alvo reformados e/ou pessoas com mais de 60 anos.

OBJECTIVOS GERAIS

» Proporcionar aos idosos momentos de lazer, diversão e contacto com outras culturas, possibilitando ainda aos seniores a oportunidade de conhecerem novos destinos.

OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

» Melhorar a qualidade de vida e o bem-estar da população, de idade igual ou superior a 60 anos;

» Incentivar a participação dos seniores à prática de turismo;

» Estimular a interacção social, enquanto factor de combate à solidão e exclusão.

VIAGENS TEMÁTICAS - 2010

» Turismo Sénior Inatel: Foz do Arelho -18 a 25 de Abril

» Viagem de 1 dia: Vieira de Leiria, São Pedro de Moel, Nazaré, Alcobça e

» Fátima: Maio/Junho (sem custos para os interessados);

» Viagem de 3 dias: Santuário Mariano de Covadonga (Picos da Europa - Norte de Espanha); Maio/Junho (custos previsíveis para os interessados - alojamento e alimentação)