



Saúde e bem-estar

Liberdade, Respeito e Dignidade na terceira idade

Envelhecemos um pouco todos os dias, mas chegar na “melhor idade” é um privilégio. Refletir sobre este processo natural do ser humano nos ajuda a construir uma sociedade mais acolhedora para as pessoas que vivem a terceira idade.

Precisamos aprender a respeitar as alterações do corpo, aceitar as transformações em nossa imagem e entender que as limitações físicas, que aparecem com o tempo, podem ser superadas. Temos que ressignificar o processo do amadurecimento e desconstruir a imagem que isto está vinculado a doenças. Afinal, a população está ficando mais idosa, um sinal de que estamos vivendo mais e com mais saúde.

Você sabia que as políticas públicas também contribuem com um envelhecimento saudável? O Estatuto do Idoso (Lei 10.741/2003) traz uma série de direitos que garantem qualidade de vida para que possamos aproveitar esta etapa cheia de boas memórias e sabedoria.



— **Liberdade, respeito e dignidade**



— **Alimentação**



— **Saúde**



— **Moradia digna**



— **Educação, cultura, esporte e lazer**



— **Trabalho e profissionalização**



— **Previdência social**



— **Transporte gratuito**



— **Acesso a programas sociais**



— **Atendimento preferencial**



— **Acesso à justiça**

*Médico responsável:
DR. José Mário
CRM 44582 PR.*