



# 1º de Outubro “Dia Nacional do Idoso”

## Uma homenagem do **Conselho Municipal do Idoso** a todos os idosos de Guaratinguetá.

### O IDOSO E A MATURIDADE

O idoso não é velho  
Acumula sabedoria. É dicionário de vida.  
Exemplo e conselheiro para os mais novos.  
O idoso já passou por todas as fases da vida  
e atingiu a maturidade. Maturidade é sinônimo de serenidade.  
Equilíbrio e força de vida.  
O idoso que cumpriu com seu dever ao longo da caminhada  
vive em paz consigo mesmo e coleciona amizades  
Já driblou os dissabores,  
trabalhou para o sustento da família, uniu corações,  
deu a mão a quem precisou, acarinhou os mais necessitados  
e ainda carrega o brilho nos olhos de quem possuiu  
o segredo da sabedoria da terceira idade!  
A maturidade do idoso foi conquistada no dia a dia.  
No aprendizado da vida! Nas lutas diárias,  
nas dúvidas e nas incertezas da esquina!  
O idoso cercado pelo amor da família  
e o respeito dos mais novos,  
carrega a paz no coração e aproveita  
com tranquilidade os dias que renascem a cada manhã!  
Ser idoso é passar por todas as fases da vida, é conquistar  
passo a passo a arte de viver!  
O idoso pode até virar criança de vez em quando,  
precisando de um carinho especial,  
Mas com certeza, também tem muito amor pra  
dar a quem dele precisar.  
Ser idoso saudável é passar a idade cronológica  
com sabedoria.  
Caminhando, praticando esportes, conversando,  
Trocando idéias e mantendo o humor em alta,  
Tornando assim, a existência mais suave e feliz!  
Não podemos nos esquecer de que os idosos,  
Acumulam conhecimentos e histórias,  
merecendo por isso, muito carinho, atenção,  
calor humano e amor.  
Ser idoso é seguir o fluxo da natureza  
Sonhando ainda com a certeza de já ter  
encontrado o doce sabor da maturidade!

Antonio Marcos Pires