

## Centro de Dia

Ao contrário do que muitos pensam a terceira idade não é só um grupo de inactivos. A terceira idade é um grupo de pessoas que, por vezes solitárias, são incompreendidas por uma sociedade que as rejeita, considerando-as inúteis.

Quando se chega a esta faixa etária carregam-se todas as características de pessoas tristes, com tendência a encarar a vida de uma forma muito negativa. O objectivo do Centro de Dia da nossa instituição, é acolher o idoso de segunda a sexta (durante o dia)

ajudando-o a viver a vida, dia a dia, mais feliz.

Fazem-se trabalhos manuais, conversa-se, joga-se às cartas, enfim, realizam-se diferentes actividades procurando sempre motivar a participação de todos. A &ldquo;velhice&rdquo; costuma ser acompanhada por diversas problemáticas, como doenças, desgostos de várias ordens, sentindo-se, por isso, desmotivação para a vida. É importante o idoso sentir-se amado e acarinhado. São necessidades básicas para ser feliz e aceitar o avanço da idade.

Envelhecer bem é aceitar a velhice como um bem, como uma etapa da vida de um ser humano pela qual todos passam. Envelhecer não é ficar mais velho, é ficar mais experiente.