

## **FAMILIA. EDAD DORADA**

**¡Bienaventurados quienes valoran la sabiduría de mis años y comparten mi experiencia, comprendiendo que puedo ser un instrumento para prestar servicio con dignidad y amor!**

El alma no nace, no envejece, no muere; es eterna y espiritual. El cuerpo es el templo del alma, y debido a su naturaleza material, está sujeto a los cambios determinados por el tiempo.

El estar identificados con el cuerpo físico nos hace pensar que somos el cuerpo; olvidando al alma. Esta visión nos impide valorar a los adultos mayores con su gran tesoro de sabiduría y experiencia.

Casa de la Sabiduría otorga espacios donde cada miembro, de la así llamada "Tercera Edad", puede desenvolverse constituyéndose en una fuente de sabiduría y conocimiento para toda la sociedad.

**¡COMUNÍQUESE CON NOSOTROS AHORA MISMO!**

¡Necesitamos de su participación y de la invaluable experiencia de sus "Años Dorados"!

### **PROGRAMA.**

#### **¿QUÉ LES OFRECE CASA DE LA SABIDURÍA?**

- Orientación para una adecuada utilización de su tiempo libre.
- Promoción de la convivencia entre personas de la misma edad y con principios afines.
- Talleres sobre auto-cuidado y auto-estima.
- Talleres para adoptar hábitos de vida saludable y armoniosa: alimentación nutritiva, ejercicios suaves y relajantes como Tai chi , Yo ga, Meditación para estimular la memoria y concentración
- Caminatas por sitios de recreación.
- Fortalecimiento de su vida espiritual mediante el conocimiento de su relación con Dios.
- Integración voluntaria a interesantes actividades de carácter social.

**Recuerde...**

**¡No importa cuántos años tenga usted,  
su alma nunca deja de CRECER  
ni su espíritu de FLORECER!**