

A SUA ÉPOCA É AGORA

# Envelheça

LEVE

**15**  
OUT

Tema:  
**Você está preparado para viver 100 anos?**

Palestrante:  
**Denise Mazzaferro, gerontóloga**

**07**  
NOV

Tema:  
**Envelhecer é não parar.**

Palestrante:  
**Ignácio de Layola Brandão, escritor e jornalista.**

**10**  
DEZ

Tema:  
**Meditar, ferramenta poderosa no envelhecer.**

Palestrante:  
**Lia Diskin, escritora**

Auditório do Grupo Tribuna  
Rua João Pessoa, 350 - Paquetá - Santos

PATROCÍNIO:



REALIZAÇÃO:

**A TRIBUNA**