



A BELA VELHICE

Mirian Goldenberg



Resumo de A Bela Velhice

Neste curto ensaio, Mirian Goldenberg mostra que é possível experimentar o processo de envelhecimento com beleza, liberdade e felicidade. Mais de 25 anos de pesquisas sobre as mulheres e os homens brasileiros desafiaram a antropóloga a buscar os caminhos para inventar uma “bela velhice”.

Com base em depoimentos e pesquisas aprofundadas, mas sem abrir mão de ser acessível para o público, leigo, cada capítulo do livro aborda as ideias mais importantes para a conquista de uma “bela velhice”, com dicas simples como aceitar a própria idade e dar muitas risadas.

O livro é dedicado a todos os interessados em construir um projeto de vida para uma “bela velhice”: os velhos de hoje e os velhos de amanhã.

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)