

# quebrando o silêncio<sup>®</sup>



COM  
**CARINHO**  
E RESPEITO

# LEMBRANÇAS COLORIDAS COM A TURMA DO NOSSO AMIGUINHO!



MKT CPB - Adobe Stock



**NOSSO  
AMIGUINHO**

Edição Especial - 2026

Editoras: Sueli Ferreira de Oliveira,  
Anne Lizie Hirle e Aline Lüdtké  
Revisora: Rosemara F. Santos  
Editor de Arte: Thiago Lobo  
Projeto gráfico: Paulo Martins  
Capa: Marta Irokawa e Rogério Chimello  
Texto: Aline Lüdtké, Anne Lizie Hirle, Bruna Cornieri,  
Neila D. Oliveira e Sueli Ferreira de Oliveira



**CASA PUBLICADORA BRASILEIRA**

Rodovia Estadual SP 127, km 106 – Caixa Postal 34;  
CEP 18270-970 – Tatuí, SP – Fone (15) 3205-8800

Presidente: Ulison Garcia  
Diretor Financeiro: Diego Lottermann  
Gerente Editorial: Wellington Barbosa  
Gerente de Produção: Reisner Martins  
Gerente de Comercialização: Jason Rosa

#### SERVIÇO DE ATENDIMENTO AO CLIENTE

Segunda a quinta, das 8h às 20h /  
sexta, das 8h às 15h45 /  
domingo, das 8h30 às 14h  
Telefone: (15) 3205-8888 /  
WhatsApp: (15) 98100-5073  
Ligação gratuita: 0800 0552616  
E-mail: sac@cpb.com.br  
Redação: n-amiguinho@cpb.com.br

#### PARA ANUNCIAR

(15) 3205-8883 |  
e-mail: marketing@cpb.com.br



**abdr**  
ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE  
DIREITOS REPROGRÁFICOS

Nosso Amiguinho:  
Marca Registrada  
no Instituto Nacional  
de Propriedade

Industrial, do Ministério da Indústria e do Comércio.  
Todos os direitos reservados. Não é permitida a  
reprodução total ou parcial de matérias deste  
periódico sem autorização por escrito dos editores.

22677 | 50758



E-commerce  
CPB.COM.BR



Call Center  
0800-9790606  
(15) 98100-5073



CPB Livraria  
Acesse e confira  
a livraria mais próxima



Baixe o  
Aplicativo



**CPB**  
pra toda a vida

  
**Educação  
Adventista**

  
**Igreja Adventista  
do Sétimo Dia**

Com a chegada da bisá da Luísa e da Alice, percebemos algo muito importante... Quantas histórias, lembranças, quanta coisa boa para aprender de pessoas que já viveram muitos anos! Os avós, bisavós e outras pessoas mais velhas são tão especiais! Algumas nem parecem ter a idade que dizem ter. Outras, com suas ruguinhas no rosto, não se importam com elas ao franzi-las contando uma história ou esticá-las abrindo um sorriso cheio de amor.

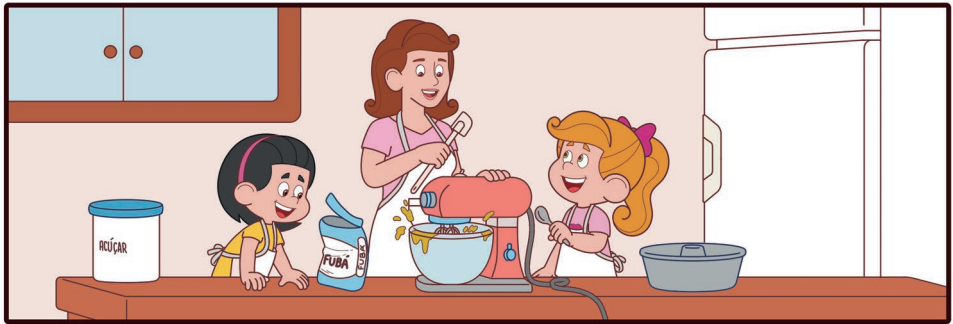
Ouvir essas pessoas tão queridas com atenção, ter paciência com elas e agradecer com carinho são pequenas demonstrações que podemos dar do respeito que temos por tudo o que já viveram e fizeram, por tudo o que vivem e fazem.

E deve haver algo mais que se possa fazer. É só virar as páginas desta revista e descobrir!

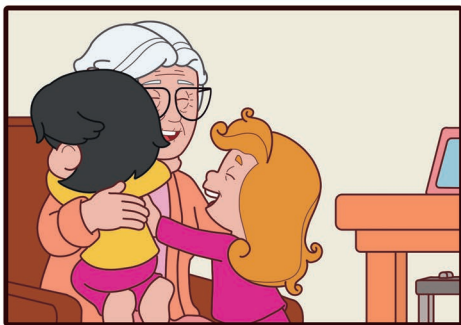
*Turma do  
Nosso Amiguinho*



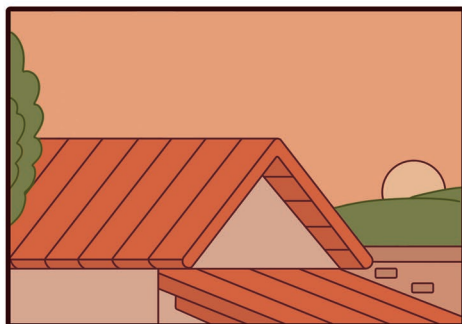
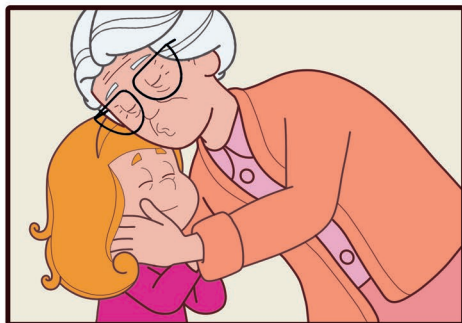


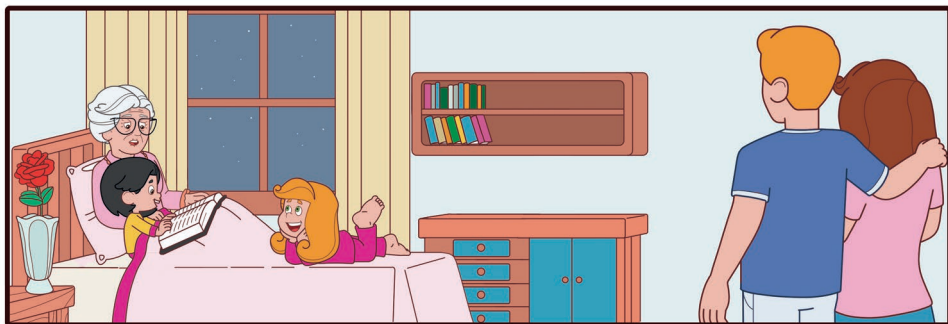


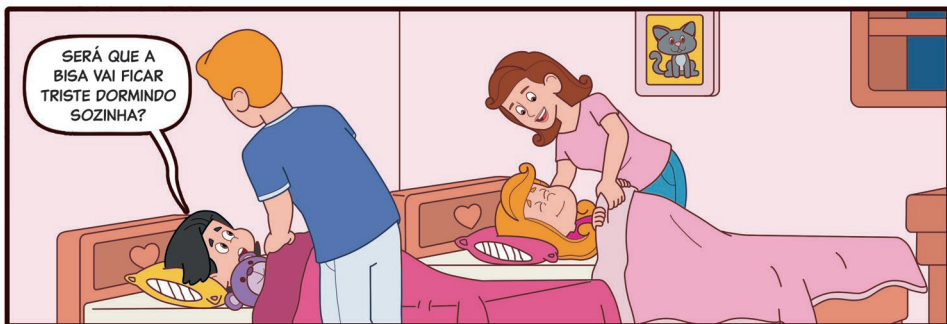
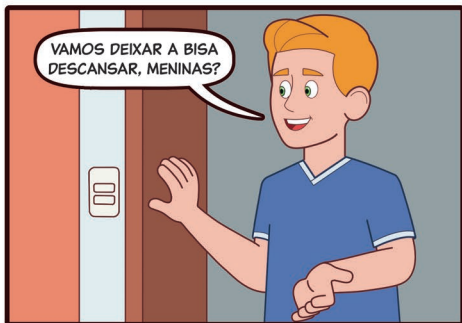
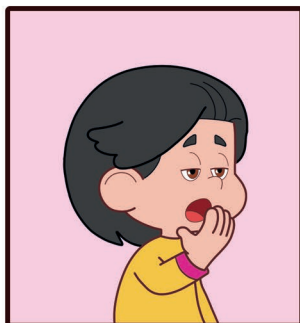
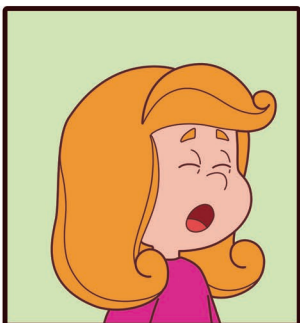
NA MANHÃ SEGUINTE, BEM CEDO...

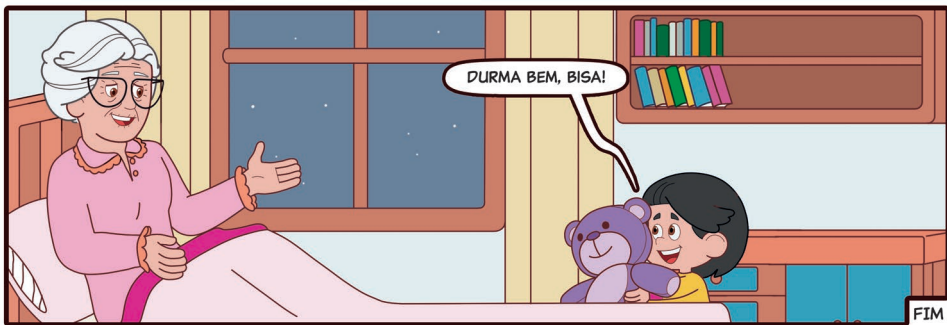
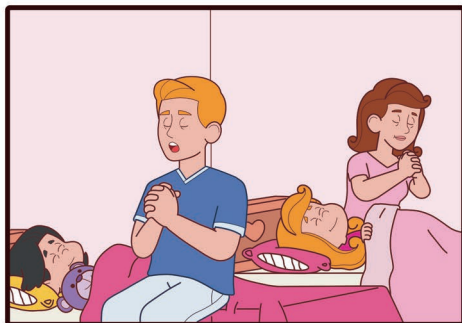












FIM

# COM CARINHO E RESPEITO

Cuidar dos idosos é coisa séria! E machucar não é só bater. Palavras feias, não ouvir o que a pessoa quer dizer, deixar sozinha, não ajudar, abandonar também machucam. Vamos ver como agir com carinho no dia a dia para não machucar os idosos, nem por dentro, nem por fora...

1

Quando for falar com um idoso, não use palavras que machucam, como “velho” ou “lento”. Trate-o com respeito e carinho. Você pode chamá-lo de “senhor”, “senhora” ou “vovô” e “vovó”, se ele não se importar.

2

Não grite, achando que ele não está ouvindo. Fale com calma e repita o que você disse, se for necessário.

3

Se um idoso estiver contando algo para você, não interrompa e nem finja que não está ouvindo. Escute com atenção o que ele está dizendo, pois ele pode ensinar a você muitas coisas legais!

4

Quando você ouvir uma palavra diferente, daquelas que os idosos usavam antigamente, não ria e nem faça brincadeiras. Aproveite para perguntar e aprender com a experiência de quem está conversando com você!



**5**

Nos ônibus e metrô, não sente nos lugares que são reservados para os idosos. E, se todos os assentos estiverem ocupados e chegar uma pessoa idosa, levante e ofereça o seu lugar, sem precisar que ninguém peça. É um gesto de carinho e respeito!

**6**

Se um idoso precisar de ajuda, não faça cara feia nem reclame por ter que ajudá-lo. Seja gentil e educado e faça a sua parte.

**7**

Durante as atividades e brincadeiras, não deixe os idosos sozinhos. Chame-os para participar um pouquinho, mesmo que seja só para assistir e ficar pertinho de vocês. Isso mostra carinho e faz todo mundo se sentir bem!

**8**

Se um idoso tiver dificuldade para usar o computador ou o celular, não aproveite que ele não sabe muito bem para fazer algo errado. Seja sempre honesto e ajude com paciência, mostrando cada passo com calma. Isso é ser amigo de verdade!

**9**

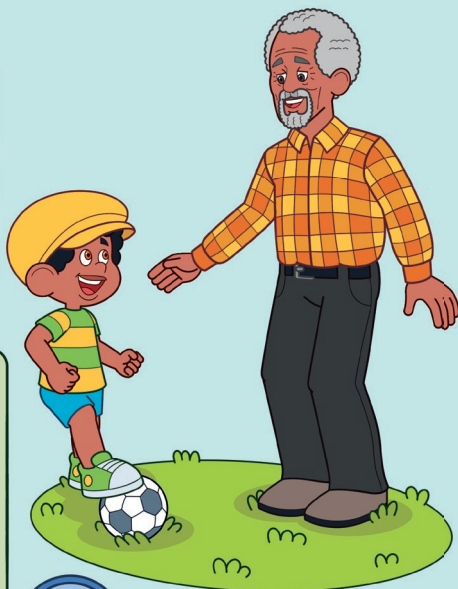
Se um idoso esquecer alguma coisa, não fique bravo e nem faça brincadeiras com isso. Tenha calma e, se puder, ajude-o a lembrar do que esqueceu. Ser paciente faz toda a diferença!

**11**

Não pegue nada que não seja seu sem pedir antes. Se precisar de algo que pertence a um idoso, peça permissão com educação antes de usar. Isso é ter respeito!

**10**

Quando você perceber que um idoso anda devagar porque tem dificuldade para se mover, não zombe, não fique bravo e nem o imite de jeito engraçado. Espere com paciência e, se possível, ofereça ajuda. Isso mostra respeito e carinho!



# Leituras da Turma



LUCAS IRIA AO ZOOLOGICO COM A AVÓ, MAS UMA CHUVA ESTRAGOU OS PLANOS... SÓ QUE A AVÓ DE LUCAS TEVE UMA GRANDE IDEIA, E OS DOIS PASSARAM UM DIA INCRÍVEL JUNTOS!

BRUNO E NINA TIVERAM FÉRIAS DA MELHOR FORMA: NA CASA DOS AVÓS! ALÉM DOS MOMENTOS EM FAMÍLIA, PASSARAM TEMPO COM O MELHOR AMIGO: JESUS.

ESTE LIVRO É TÃO LINDO! ENQUANTO ENSINA A NETA A BORDAR, A VÓ CECÍLIA VAI DANDO IMPORTANTES LIÇÕES DE VIDA.

• Aventuras com a Vovó - CPB

• As Férias de Bruno e Nina - CPB

• Os Bordados da Vovó - Editora Brasil

Incomodado com as placas preferenciais de sua cidade, um menino de 10 anos, de Goiânia (GO), gravou um vídeo expressando sua indignação. Para ele, a imagem de uma pessoa inclinada e segurando uma bengala não representa bem todas as pessoas idosas. Lembrando dos próprios avós, o garoto gravou um vídeo para propor uma mudança nessa representação. A indignação virou projeto de lei na cidade, e a nova proposta é que a placa tenha a figura de uma pessoa com a indicação numérica "60+".

*"Ninguém pode fazer pelas crianças pequenas o que os avós fazem. Os avós meio que salpicam pó de estrelas sobre a vida delas."*

*(Alex Haley, escritor americano)*

# Duas vezes 100



# NOVO Olhar



Em Cingapura, as pessoas estão vivendo mais e melhor. Em apenas 10 anos, dobrou a quantidade de pessoas com 100 anos de idade, e a qualidade de vida das pessoas também melhorou. É possível ver grupos de pessoas se exercitando pelos parques, não se vê ninguém fumando na rua, a limpeza e organização das ruas também é impressionante, e todos os moradores têm acesso gratuito à saúde. Essas e outras medidas tomadas pelo governo fazem com que Cingapura seja um dos países do mundo onde as pessoas vivem por mais tempo.

# Grandes Idades, Grandes Histórias

Alguns personagens da Bíblia viveram coisas incríveis que entraram para a História. E eles nem eram tão novinhos assim. Teste seu conhecimento e relacione o nome aos fatos:



Vamos ver  
se você acerta  
todos?

## PERSONAGENS

- ( ) ADÃO (GÊNESIS 5:5)
- ( ) NOÉ (GÊNESIS 9:28, 29)
- ( ) ABRAÃO (GÊNESIS 12:4)
- ( ) JACÓ (GÊNESIS 48:9)
- ( ) SARA (GÊNESIS 17:17)
- ( ) ISAQUE (GÊNESIS 35:28, 29)
- ( ) JOSÉ (GÊNESIS 50:26)
- ( ) MOISÉS (DEUTERONÔMIO 34:7)
- ( ) CALEBE (JOSUÉ 14:10-13)
- ( ) DANIEL (DANIEL 6:28)
- ( ) ZACARIAS E ISABEL (LUCAS 1:6-13)
- ( ) SIMEÃO (LUCAS 2:25-35)
- ( ) ANA (LUCAS 2:36-38)

## FEITOS

- A. Foi chamado por Deus quando já estava com 75 anos.
- B. Viveu 930 anos.
- C. Teve um filho com 90 anos.
- D. Libertou o povo de Israel e morreu com 120 anos, cheio de energia.
- E. Entrou na arca e sobreviveu ao dilúvio.
- F. Pai de Jacó e Esaú; viveu 180 anos.
- G. Foi ao Egito e abençoou os filhos de José.
- H. Foi governador no Egito; morreu com 110 anos.
- I. Aos 85 anos, pediu Hebrom como herança.
- J. Viúva que, aos 84 anos, adorava a Deus no templo.
- K. Serviu a reis de diferentes impérios.
- L. Foram os pais de João Batista; e já eram idosos nessa época.
- M. Teve a oportunidade de segurar o bebê Jesus.

# Carta para você



Demonstre todo o seu carinho pelo seu avô, pela sua avó ou outra pessoa idosa especial. Escreva uma cartinha no espaço a seguir, depois recorte, dobre e entregue a essa pessoa.

Querido (a)...

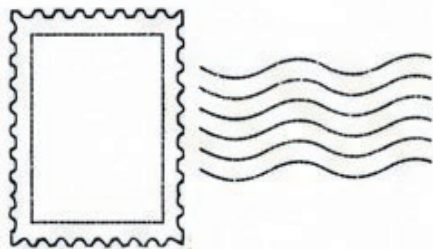


*De:* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

*Para:* \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



# RECADINHOS DE DEUS

Todos são muito especiais para Deus, inclusive as pessoas idosas. Ele deixou mensagens de carinho e cuidado para elas. Confira os versos a seguir e compartilhe essa mensagem com quem precisa dela.



"A GLÓRIA DOS JOVENS ESTÁ EM SUA FORÇA, E O ESPLendor DOS IDOSOS, EM SEUS CABELOS BRANCOS."  
(PROVÉRBIOS 20:29)

"SEREI O SEU DEUS POR TODA A SUA VIDA, ATÉ QUE SEUS CABELOS FIQUEM BRANCOS. EU OS CRIEI E CUIDAREI DE VOCÊS, EU OS CARREGAREI E OS SALVAREI" (ISAÍAS 46:4).



"OUÇA SEU PAI, QUE LHE DEU VIDA, E NÃO DESPREZE SUA MÃE QUANDO ELA ENVELHECER."  
(PROVÉRBIOS 23:22)

"LEVANTEM-SE NA PRESEÇA DOS IDOSOS E HONREM OS ANCIÃOS. TEMAM O SEU DEUS. EU SOU O SENHOR."  
(LEVÍTICO 19:32)



"OS CABELOS BRANCOS SÃO COROA DE GLÓRIA, PARA QUEM ANDOU NOS CAMINHOS DA JUSTIÇA."  
(PROVÉRBIOS 16:31)

# NOSSO AMIGUINHO



SAIBA MAIS:

[ASSINE.NOSSOAMIGUINHO.COM.BR](http://ASSINE.NOSSOAMIGUINHO.COM.BR)