



## **PROJETO AMIZADE PROGRAMA EXERCÍCIO E SAÚDE NA 3.ª IDADE**

O **Projeto Amizade, Programa de Exercício e Saúde na 3.ª Idade**, que decorreu durante os meses de Setembro 2012 a Maio de 2013, nos Centros de Dia do Concelho e no Lar da 3.ª Idade, da Santa Casa da Misericórdia, contou com uma **participação total de 242 utentes**. O acréscimo e entusiasmo em participar nas atividades, durante a sua fase de execução, por parte dos utentes, consubstancia-se como um factor revelador da importância e significado que os utentes têm atribuído ao serviço e às actividades desenvolvidas pelo **Gabinete de Desporto do Município**.

As atividades decorreram uma vez por semana, nos vários centros de dia do concelho e no lar da 3.ª idade. O Município da Chamusca, através do seu Gabinete de Desporto, em consonância com todos os Centros de Dia do Concelho e da Santa Casa da Misericórdia da Chamusca, entendem como muito importante o trabalho desenvolvido, desde o ano de 2010, junto desta população alvo, representando uma dinâmica muito importante para o Gabinete de Desporto e uma mais valia em termos de qualidade de vida para os utentes do serviço, sendo também um momento de convívio e confraternização entre os mesmos, nas diversas atividades que são propostas e desenvolvidas pelos técnicos do Gabinete.

Também o Programa de Hidroterapia/Hidroginástica, que teve o seu funcionamento na Piscina Municipal da Chamusca, às segundas feiras, entre as 11H e as 12H, decorreu com enorme adesão dos utentes dos Centros de Dia da Carregueira, Ulme e Vale de Cavalos e do OTL Sénior da Junta de Freguesia da Chamusca.



Chamusca, 13 de Junho de 2013

O Presidente da Câmara Municipal  
*Sérgio Morais da Conceição Carrinho*