

## Relatório da Actividade

### **Actividade:**

“Um Dia Diferente”

### **Descrição:**

Esta actividade, teve como objectivo principal proporcionar um dia diferente aos idosos do nosso Concelho, através de uma visita ao Estádio Municipal de Ponte de Sor, para assistir a um jogo de futebol que opôs as equipas do Eléctrico Futebol Clube ao Clube Futebol Benfica.

Esta actividade pretendeu proporcionar aos idosos um contacto directo com as infra-estruturas que existem no nosso concelho, assim como, promover e incentivar a ocupação saudável de tempos livres, o combate ao isolamento social, fortalecimento das relações de amizade através do convívio saudável entre os idosos das várias freguesias.

### **Data de Realização:**

23 de Outubro de 2011

### **Público-alvo:**

População Idosa do Concelho

### **Número de Pessoas Abrangidas:**

41

### **Objectivos:**

- 1) Contribuir para o enraizamento Sociocultural;
- 2) Promover o convívio,
- 3) Combater o isolamento social com o objectivo de evitar a depressão;
- 4) Desenvolver valores e atitudes de autonomia e participação;
- 5) Melhorar a sua qualidade de vida;
- 6) Promover a ocupação saudável do tempo livre;
- 7) Promover o conhecimento de novos espaços e infra-estruturas concelhias.

### **Recursos Humanos:**

- 1) Técnicos contratados pelo Projecto;
- 2) Directoras Técnicas dos Centros Comunitários do Concelho;
- 3) Presidente da Direcção da Associação Comunitária Recreativa e Cultural Valdoarquense;
- 4) Presidente da Direcção da Associação Comunitária Nossa Senhora dos Prazeres;
- 5) Direcção e Funcionários do Eléctrico Futebol Clube;
- 6) Técnicos e Funcionários da Câmara Municipal de Ponte de Sor;
- 7) Auxiliar de Acção Directa do Centro Comunitário de Ervideira.

## Parcerias:

- 1) Câmara Municipal de Ponte de Sor;
- 2) Eléctrico Futebol Clube;
- 3) Associação Comunitária Recreativa e Cultural Valdoarquense;
- 4) Associação Comunitária Nossa Senhora dos Prazeres;
- 5) Associação Para o Desenvolvimento e Acção Social da Freguesia de Tramaga;
- 6) Centro Comunitário de Ervideira;
- 7) Centro Comunitário Nossa Senhora da Oliveira.

## Avaliação:

Tendo em conta o número de participantes na actividade e o grau de satisfação manifestado por todos durante o decorrer da mesma, pôde-se constatar através de observação directa que a avaliação foi muito positiva.

É necessário continuar a consciencializar a população em geral sobre a necessidade de se promoverem actividades socioculturais, educativas e lúdicas com a população idosa. É de extrema importância que a sociedade e o poder público passe a ver a pessoa idosa como uma das prioridades e que sejam fomentados e ampliados programas que visem a melhoria da qualidade de vida desta população ao auxiliar o idoso na promoção de um envelhecimento saudável.

Os efeitos da diminuição natural do desempenho do idoso podem ser atenuados se forem desenvolvidos com os mesmos, programas de actividades educativas que além de educar sobre a própria saúde visem a melhoria das capacidades motoras, sociais, emocionais e intelectuais que apoiam a realização da sua vida quotidiana, daí que a realização de actividades, como a acima referida, seja uma mais-valia para esta população.

É com esta finalidade que promovemos e dinamizamos estas actividades, recorrendo à colaboração de diversas parcerias. Para a concretização desta em particular tivemos a colaboração do Eléctrico Futebol Clube que muito gentilmente cedeu os bilhetes para o encontro de futebol e dos centros comunitários do concelho que transportaram os idosos das freguesias. Devido à sempre pronta colaboração das parcerias, a actividade foi desenvolvida sem qualquer tipo de custos para o projecto, pelo que podemos constatar que a mesma teve uma avaliação muito positiva

**A Técnica:**

**Vera Sofia Chambel**