

No âmbito dos Encontros Intermunicipais de Desporto Sénior

Cantanhede promove envelhecimento ativo



O Município de Cantanhede marcou presença nos Encontros Intermunicipais de Desporto Sénior, uma iniciativa realizada nos passados dias 8, 14 e 20 de maio, envolvendo 157 participantes. Os eventos decorreram nos concelhos de Murça, Castro Daire e Miranda do Douro, respetivamente.

A comitiva do concelho contou com um total de 157 participantes integrados no programa “Encontros Seniores – Envelhecer com Dignidade!”, uma resposta dinamizada pela Divisão de Ação Social e Saúde do Município de Cantanhede.

Ao longo dos três dias, os seniores de Cantanhede integraram diversas atividades que proporcionaram momentos de convívio, partilha e bem-estar em conjunto com seniores de vários municípios do país. A vereadora da Solidariedade, Ação Social e Saúde do Município de Cantanhede, Célia Simões, enalteceu a importância da iniciativa e o impacto direto na vida dos participantes.

"Estes encontros vão muito além da prática desportiva, já que são momentos fundamentais de convívio e socialização, partilha de afetos e quebra da rotina diária", sublinhou a autarca. "Ver a alegria e a energia destes 157 seniores em Murça, Castro Daire e Miranda do Douro dá-nos a certeza de que estamos no caminho certo. O isolamento social combate-se com dinamismo, proximidade e a criação de memórias felizes", acrescentou.

Estes encontros foram promovidos pela Rede Intermunicipal We Are Sports (WAS) e afirmam-se como uma plataforma relevante para o incentivo à prática regular de atividade física, a promoção do envelhecimento ativo e saudável e o combate ao isolamento social da população sénior, a qual juntou nestes concelhos mais de mil participantes. Paralelamente através destas parcerias, a Rede WAS procura valorizar os territórios envolvidos e potenciar o impacto e a qualidade das

ações desenvolvidas.

Segundo a autarca, o executivo municipal continuará a priorizar este tipo de respostas sociais. "O nosso compromisso com o envelhecimento com dignidade é inabalável. Queremos que os nossos seniores se sintam valorizados, integrados e motivados para adotarem estilos de vida saudáveis. Continuaremos a investir em parcerias e projetos que garantam a sua qualidade de vida e o seu bem-estar global", concluiu.

Com o envolvimento nesta iniciativa, o Município de Cantanhede reforça o seu compromisso institucional na promoção da qualidade de vida dos seus cidadãos seniores, com um foco contínuo no incentivo a estilos de vida saudáveis, na inclusão social e na valorização da pessoa idosa.