

## Apresentação do Plano de Iniciativas a 25 de Fevereiro PROGRAMA VIVER ACTIVO COMEMORA 10.º ANIVERSÁRIO

Leiria, 18 de Fevereiro de 2009

Em 2009, o Programa VIVER ACTIVO atinge o seu décimo ano de actividade. Para assinalar a efeméride, a LEIRISPORT, EM preparou um conjunto de actividades vocacionadas para os utentes, para as suas famílias e para a comunidade em geral.

No próximo dia 25 de Fevereiro, o calendário de iniciativas vai ser apresentado aos alunos do Programa, num encontro informal a ter lugar às 19 horas, no átrio da Porta 7 do Estádio Municipal de Leiria, aberto também a amigos, familiares e comunidade.

Na ocasião, será inaugurada uma exposição de trabalhos da autoria dos alunos nos campos da poesia, pintura, fotografia e escultura, subordinada aos temas «Actividade Física/Envelhecimento/VIVER ACTIVO».

Ao longo do ano, irão ser concretizadas diversas acções: um dia aberto, rastreios clínicos e um peddy-paper, entre outras a divulgar oportunamente.

### **10 Anos a promover a Saúde e o Bem-Estar da População Sénior**

O Programa VIVER ACTIVO consiste num conjunto de actividades físicas regulares que visam proporcionar à população sénior do Concelho de Leiria uma melhoria objectiva da sua qualidade de vida a vários níveis, bem como a integração social e a participação na vida social e cultural da comunidade, tendo em como destinatários as pessoas do Concelho de Leiria de 55 ou mais anos.

O Programa tem, presentemente, mais de 1.200 participantes efectivos.

Criado no âmbito da Divisão do Desporto da Câmara Municipal de Leiria em 1999 (as actividades começaram a 1 de Outubro desse ano), o Programa passou a ser desenvolvido e coordenado pela LEIRISPORT, EM desde a constituição desta empresa, em 2001.

As actividades do Programa desenvolvem-se, desde o início, em três pólos, correspondentes às três piscinas municipais geridas pela LEIRISPORT, EM (Leiria, Maceira e Caranguejeira). Em 2006, foi criado um quarto pólo, sediado no Pavilhão Desportivo Municipal da Bajouca, com actividades gimnodesportivas.

No núcleo de Leiria, foram introduzidas, em 2007, as aulas no ginásio, alargando assim a oferta de actividades aos utentes participantes. A sala de exercício do Pavilhão Desportivo Municipal dos Pousos acolhe também algumas actividades dos vários pólos.

Além das aulas regulares, o Programa VIVER ACTIVO promove actividades pontuais destinadas à promoção da interacção social e ao enriquecimento pessoal, como visitas de estudo e convívios.

Mais informações sobre o Programa e as comemorações do 10.º aniversário poderão ser encontradas, dentro em breve, no site da LEIRISPORT, EM ([www.leirisport.pt](http://www.leirisport.pt)).