

## No âmbito do 10.º Aniversário

### PROGRAMA VIVER ACTIVO REALIZA BAILE DE GALA

Leiria, 23 de Junho de 2009

A propósito do 10.º aniversário do Programa VIVER ACTIVO, a habitual festa de encerramento das actividades lectivas será substituída por um baile de gala, a realizar no próximo dia 27 de Junho, a partir das 16 horas, no Estádio Municipal de Leiria. À semelhança de outras iniciativas destinadas a assinalar os 10 anos do Programa, este baile resulta de uma sugestão dos alunos, que quiseram, assim, emprestar uma festividade acrescida a uma ocasião já tradicional.

O plano das comemorações do 10.º aniversário do Programa VIVER ACTIVO incluiu, até ao momento, as seguintes iniciativas:

- Exposição de trabalhos dos alunos, que esteve patente no Estádio Municipal de Leiria (Porta 7);
- Dia Aberto, com demonstração de actividades pelos alunos, a 21 de Março, nas Piscinas Municipais e no Pavilhão dos Pousos. Participaram 337 alunos, incluindo familiares e outras pessoas da comunidade;
- Rastreios clínicos abertos à comunidade, (com medição de glicemia, pressão arterial, índice de massa corporal e acuidade visual), a 21 de Abril, no Estádio Municipal de Leiria, com a participação de 550 pessoas;
- Peddy Paper no Centro Histórico de Leiria, a 22 de Maio, Dia do Município, no qual estiveram envolvidos cerca de 300 participantes organizados em 70 equipas.

A sessão solene agendada para 2 de Outubro, no Teatro José Lúcio da Silva, irá assinalar o encerramento das comemorações do 10.º aniversário do Programa VIVER ACTIVO.

Para esta ocasião, além dos alunos, seus familiares e amigos, serão também convidadas diversas entidades da área da saúde e do desporto, bem como investigadores que têm abordado, numa base científica, sobre a importância da actividade física para a população

LEIRISPORT - Desporto, Lazer e Turismo de Leiria, EM

Estádio Municipal de Leiria - Dr. Magalhães Pessoa - Porta 7 | 2400 - 137 Leiria | Telefone: 244 843 000 | Fax: 244 843 099 | E-Mail: [geral@leirisport.pt](mailto:geral@leirisport.pt)

sénior. Estão previstas diversas intervenções de convidados, a par dos membros do executivo da Câmara Municipal de Leiria.

Na sessão solene, será apresentado um livro dedicado ao Programa VIVER ACTIVO.

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

Com 1.293 participantes efectivos, 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 como destinatários os munícipes com 55 ou mais anos.

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.