Caminhada da Terceira Idade integra programação da Semana do Idoso

Date : 26-09-2014

A Semana do Idoso de Vitória da Conquista acontece até a próxima terça-feira, 30

Com muita energia e disposição de sobra, idosos que fazem parte do Programa Vivendo a Terceira Idade da Prefeitura e do grupo do Serviço Social do Comércio (Sesc) participaram, na manhã desta sexta-feira, 26, de uma caminhada que integra a Semana do Idoso realizada em Vitória da Conquista. O evento faz parte das homenagens ao Dia Nacional do Idoso, celebrado no Brasil, a partir da criação do Estatuto do Idoso, em 1º de outubro. Antes, a data era comemorada em 27 de setembro.

Maria Ivone Novaes

“Em homenagem ao Dia do Idoso, a Administração Municipal decidiu fazer uma semana inteira de atividades e hoje, além dessa caminhada, teremos várias atividades culturais na Praça 9 de Novembro”, declarou a coordenadora do Programa Vivendo a Terceira Idade, Maria Ivone Novaes. As atividades desta sexta se estenderão ao longo de todo dia e integram a oferta de serviços de saúde, como aferição de pressão, apresentações musicais e atividades recreativas durante a tarde.

As ações ocorrem com o intuito de promover reflexões e conscientizar a população sobre os direitos e a importância das mudanças de atitudes com a população idosa, evitando qualquer tipo de maus-tratos e valorizando sempre mais. “O Governo Municipal também buscou mostrar para a sociedade conquistense que os idosos da cidade são organizados, competentes e capazes de estar buscando sempre mais qualidade de vida”, certificou Ivone.

Elrides Santos

Múltiplos benefícios - Dos 17 anos de atuação do Vivendo a Terceira Idade, a aposentada Elrides Santos Miranda, no auge dos seus 83 anos, participa do programa há mais de 13. Segundo ela, além dos benefícios para a saúde, o programa representa importantes momentos de recreação e lazer no seu dia a dia. “O Vivendo a Terceira mudou a minha vida. Adoro fazer parte do programa. Por isso, participo de tudo - do Desfile de 7 de setembro, da caminhada, das quadrilhas, dos bailes -, não perco nada”, contou.

Valmira Silva

Com 11 anos de participação no programa, a aposentada Valmira Silva, 68 anos, enfatiza a importância das ações que são desenvolvidas e que estimulam a prática dos exercícios físicos. “Atividades, como essa caminhada de hoje, nos deixam mais fortes e dispostos. Isso na terceira idade é muito importante”, disse. “Desde que comecei a participar das atividades do programa já não sinto tanta dor. Pretendo caminhar muito ainda”, também afirmou a aposentada Maria Helena Pereira, 72 anos de idade e 9 de participação no Vivendo a Terceira Idade.

Maria Helena Pereira

Baile da Terceira Idade - Finalizando as comemorações da Semana do Idoso, será realizado na próxima terça-feira, 30, o já tradicional Baile da Terceira Idade, na Associação Atlética do Banco do Brasil (AABB), a partir das 16h.

Saiba mais - Criado em 1997, o Programa Vivendo a Terceira Idade constitui um espaço de valorização deste público, nas diversas atividades que desenvolve. Atualmente, a inciativa conta com a participação de cerca de 480 idosos. No local, há oficinas de pintura, artesanato, contação de história e canto coral, entre várias outras iniciativas.