

**NOTA DE IMPRENSA**

**Edição nº 23/2013**

**Assunto:** Episódio IX da Série II dos Debates – Teia D'Ideias



**SER SÉNIOR – DESAFIOS E OPORTUNIDADES**

A Teia D'Impulsos – Associação Social, Cultural e Desportiva, realizou no passado dia 19 de Junho o IX e último episódio da série II do ciclo de debates “Teia D'Ideias”, que decorreu mais uma vez na Casa Manuel Teixeira Gomes em Portimão. A conversa desenrolou-se sobre o que é “Ser Sénior”, com a Teia D'Impulsos a desafiar os seus convidados a discutirem os desafios e oportunidades que os avós da nossa sociedade encontram quando se reformam e aparentemente deixam a vida ativa.

Do painel de discussão desta tertúlia fizeram parte Dora Silva (chefe de divisão da Acção Social da Câmara Municipal de Portimão), Helena Pinto (psicóloga), Ana Paula Fontes (fisioterapeuta), Padre Domingos da Costa (pároco da Paróquia da Mexilhoeira Grande e responsável pela Aldeia de São José de Alcalar) e Rui Matias (Instituto da Cultura de Portimão). A Teia D'Impulsos esteve representada no painel por Vitor Dias e a moderação do debate de ideias esteve novamente a cargo do Nuno Silva.

A tertúlia iniciou-se pela questão evidente de que nos dias de hoje há muito mais pessoas em idade sénior e que apresentam capacidades que não se esgotam com a reforma ou com o atingir os 65 anos. As pessoas tendem a viver por mais tempo, a esperança média de vida tem vindo a aumentar e as mentalidades não estão a acompanhar esta evolução. A sociedade não se preparou convenientemente para acolher este envelhecimento, com o respeito, dignidade e reconhecimento que merece. A geriatria é uma disciplina que cada vez mais se deve afirmar na formação das pessoas para um maior e melhor acompanhamento dos seniores.

Nos nossos dias, é urgente promover o envelhecimento ativo, integrando as pessoas em primeiro lugar no seio das próprias famílias, como membros essenciais no acompanhamento dos mais novos, estimular a relação avós-netos com todos os benefícios que a experiência dos mais velhos pode ter na brincadeira das crianças. Depois é preciso criar estruturas sociais que evitem a solidão do idoso, quando a integração na família se encontra dificultada. Para além dos hábitos sociais que as pessoas devem criar e alimentar ao longo das suas vidas, há que criar condições físicas como os espaços de convívio e cultura, onde os seniores se encontrem e aproveitem para voltar à aprendizagem e à prática de actividades de lazer, cultura e mesmo desportivas, que substituam o “café e o banco do jardim”.

Naturalmente, o assunto “Lar de Idosos” foi abordado como um “mal necessário” mas que também carece de uma modernização na atitude: é preciso integrar o idoso conforme as suas capacidades de colaborar nas tarefas do próprio lar e acima de tudo, nunca esquecer a importância dos afetos, das emoções e do amor que todas as pessoas e em todas as idades, necessitam para viver plenamente.

## Nota de Imprensa 23/2013

Concluiu-se que é preciso consciencializar a sociedade de que ser sénior não é um problema, é mais uma etapa na vida, onde não se deve perder a identidade mas sim recriá-la, redescobrir talentos, valorizar a experiência adquirida e ter oportunidade de a transmitir.

Este episódio da Teia D'Ideias, organizado pela associação Teia D'Impulsos, em parceria com a Câmara Municipal de Portimão e a Rádio Costa D'Oiro, teve ainda o apoio da Pastelaria Casa Inglesa e da Delta Cafés na realização do *coffee-break*, a quem manifestamos o nosso agradecimento pela colaboração.

Terminada esta série II de debates, a Teia D'Ideias regressará em Outubro de 2013 para iniciar a série III. Até lá, a associação Teia D'Impulsos continua o seu trabalho com a preparação da 3ª edição da Rota do Petisco de Portimão, que decorrerá entre 6 de Setembro e 13 de Outubro de 2013.

Mais informações acerca desta e doutras iniciativas da Associação Teia D'Impulsos em [www.teiadimpulsos.pt](http://www.teiadimpulsos.pt) ou através do e-mail [teiadimpulsos@gmail.com](mailto:teiadimpulsos@gmail.com).

Portimão, 21 de Junho de 2013

A Direção da Teia D'Impulsos