

**INFO Nº 120/2012**

## **PROGRAMA EXERCÍCIO E SAÚDE NA 3.ª IDADE DELIBERAÇÕES Actividades Desportivas e Hidroginástica**

No ano de 2010 este programa contou com a participação de 110 utentes dos Centros de Dia, Lar da 3.ª Idade e Programas promovidos pelas Juntas de Freguesia, no ano de 2012 participam regularmente nas actividades de **Exercício e Saúde na 3.ª Idade**, 229 utentes, representando um **acréscimo de 110% no número de interessados na prática das actividades para este sector da população desde o ano de implantação do Programa**, factor revelador da importância e significado que os utentes têm atribuído às actividades desenvolvidas pelo **Gabinete de Desporto do Município**.

Todos os Centros de Dia do Concelho, Santa Casa da Misericórdia da Chamusca e Junta de Freguesia da Chamusca/OTL Sénior, manifestaram interesse no Programa e foi definida uma agenda que concilia os horários dos Docentes das Actividades de Enriquecimento Curricular com as Actividades a realizar nas diversas Instituições, permitindo desta forma otimizar recursos humanos e transportes.

Também foi proposto às Instituições participar no Programa de Hidroterapia/Hidroginástica, que terá o seu funcionamento na Piscina Municipal da Chamusca

<b>Horas</b>	<b>Segunda</b>	<b>Terça</b>	<b>Quarta</b>	<b>Quinta</b>
Manhã	 <b>Desporto</b> Câmara Municipal da Chamusca	<b>Centro Dia V.Cavalos</b> <b>10H / 10H45</b>	<b>Centro Dia Carregueira</b> <b>10H/10H45</b>	<b>Centro Dia Parreira</b> <b>10H/10H45</b>
	<b>Hidroginástica</b> <b>11H/12H</b>	<b>Centro Dia Ulme</b> <b>11H/11H45</b>	<b>Santa Casa Chamusca</b> <b>11H / 11H45</b>	<b>Centro Dia do Chouto</b> <b>11H / 11H45</b>

a partir do dia 12 de Novembro entre as 11H e as 12H (todas as segundas feiras).

Calendarização de **Actividades**:

Chamusca, 7 de Novembro de 2012  
O Presidente da Câmara Municipal  
*Sérgio Morais da Conceição Carrinho*