



**REUNIÃO DA COMISSÃO EXECUTIVA DO  
CONSELHO DESPORTIVO MUNICIPAL  
ATA Nº 90**

No dia 25 de junho de 2014, pelas 21 horas, realizou-se a reunião da Comissão Executiva do Conselho Desportivo Municipal, nos Serviços Centrais da Câmara Municipal do Seixal.

**A reunião contou com as seguintes presenças:** Adjunto do Vereador, Edgar Costa; Diretora do Departamento de Desporto, Isabel Costa; Chefe de Divisão das Atividades Desportivas, Hugo Constantino; representante das coletividades do Seixal, Jorge Quina; representante das coletividades de Aldeia de Paio Pires, José Rafael Geraldo; representante das coletividades da Freguesia de Fernão Ferro, Fernando Sobral; representante das coletividades da freguesia de Amora, João Santos; representante dos centros de saúde do concelho do Seixal, Susana Santos e Cláudia Guerreiro; representante da População com Deficiência, José Patrício; representante das Esquadras da PSP do Concelho do Seixal, Ezequiel Fernandes; representante da Associação de Coletividades do Concelho do Seixal, Rui Pinheiro; técnica DAD, Cristina Trafaria.

**Estiveram ausentes da reunião:** Representante das Juntas de Freguesia do Concelho do Seixal, António Santos; representante das coletividades de Arrentela, Vanda Carvalho; representante das coletividades da Freguesia de Corroios, António Pereira; representante das Associações de Pais do concelho do Seixal, Cristina Henriques; representante da União das Associações de Reformados Pensionistas Idosos do Concelho do Seixal, Fernando Sousa; representante das Associações Juvenis do concelho do Seixal, Abduley Afonso. Aguardamos nomeação de representantes das seguintes instituições: Postos de GNR do Concelho do Seixal, União de Sindicatos de Setúbal, Escolas do Concelho do Seixal e APEFAS.

**Ordem de trabalhos:**

1. Programa Continuar – atividade física sénior;
2. Outros assuntos de interesse municipal.



#### **CONSIDERAÇÕES RETIRADAS APÓS APRESENTAÇÃO:**

- A dinâmica deste projeto está suportada nas Associações de Reformados Pensionistas e Idosos do concelho do Seixal;
- Este projeto enquadra todos os munícipes com **idade superior a 55 anos**, compaginando com o que os profissionais de saúde apontam para o surgimento de novos problemas associados à terceira idade;
- Além das doenças que nos idosos possuem características particulares (hipertensão arterial, insuficiência cardíaca, infeções, obstipação, osteoporose ou disfunção sexual) existem outras doenças geriátricas que pela sua prevalência merecem uma atenção especial e uma resposta efetiva e adequada às suas necessidades;
- Este projeto assenta em 3 pilares fundamentais: melhoria da qualidade de vida da população sénior, sensibilização para os benefícios da prática da atividade física e o contributo para o bem-estar e envelhecimento ativo;
- A CMS, atenta a esta realidade, cria condições de acesso e facilidade de acesso a atividades desportivas: cedência gratuita (para os idosos enquadrados pelas associações de reformados) e redução do tarifário municipal (munícipes com mais de 55 anos) para utilização dos equipamentos desportivos municipais; enquadramento das aulas de hidroginástica e atletismo por técnicos da autarquia;
- Os indicadores de crescimento desta faixa etária impõe que se olhe para esta ação com maior rigor e preocupação;
- **Desporto Sénior**: as necessidades e disponibilidades físicas de uma pessoa de 55 anos são diferentes de uma pessoa de 75 anos atendendo: condicionantes físicas/ motoras; disponibilidade face à conjuntura atual do país (muitos têm de se manter profissionalmente no ativo, outros são chamados para participar na vida dos filhos).
- Os clubes devem olhar para esta franja da população como um fator de sustentabilidade e como forma de criar respostas que combatam o isolamento.

#### **Principais dificuldades apontadas pelos clubes:**

- A maior parte dos clubes apresentam sérias lacunas estruturais: dificuldades de acessibilidade a pessoas com mobilidade reduzida;
- Dificuldade em arranjar técnicos que enquadrem aulas nos horários recomendados para estas faixas etárias;
- Pouca acessibilidade em termos de transportes públicos: fraca malha urbana de cobertura da rede de transportes aos equipamentos e/ou espaços de prática desportiva.

#### **Propostas de trabalho:**

- Aproveitar a forte adesão aos bailes nas Associações de Reformados no sentido de mobilizar outros idosos que não estejam enquadrados nas restantes atividades;
- Criar mais secções de dança nas Associações de Reformados e/ ou coletividades: trata-se de uma modalidade que potencia o contacto social e na qual se estimula e promove a afetividade;
- Recenseamento das pessoas com mais de 55 anos que se encontram enquadradas nos restantes projetos;



- Integração dos vogais da Ação Social das Juntas de Freguesia na Comissão Coordenadora do Programa Continuar;
- Participação das Associações de Reformados nas Comissões Desportivas de Freguesia;
- Identificar índices de prática desta população e analisá-los em sede das Comissões Desportivas de Freguesia;
- Definir estratégias para o alargamento da prática desportiva a esta população: elencar necessidades, criar motivação para a dinamização de atividades;
- Divulgação dos locais de atividade e outras iniciativas nos Centros de Saúde do concelho;
- A adesão dos idosos pode ser potenciada, dinamizando atividades, com regularidade, junto das suas áreas residenciais;
- Promover atividades em que os avós possam participar com os netos.

## **2. Outros assuntos de interesse municipal**

### **Discussão da proposta de alteração das Normas Regulamentares e Critérios de Apoio ao Movimento Associativo:**

**Função Desportiva Competição | Modalidades Amadoras** – Nº de Modalidades

Após apresentação da proposta de alteração, agrupando as modalidades pelas respetivas federações, ficou decidido que esta temática será alvo de análise nas Comissões Desportivas de Freguesia. Caso sejam aceites, estas alterações só serão introduzidas nas NRCAMA 2016 (a discutir em 2015).

**Próxima reunião da Comissão Executiva do CDM: 10 de setembro de 2014.**

Nada mais havendo a tratar, deu-se por encerrada a reunião.