



Melhor qualidade de vida

USEPS assinala Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações

JORGE TRAQUETE
ecosdosor@netc.pt



O anfiteatro da Escola Secundária de Ponte de Sor foi palco, a 13 de Janeiro, de uma palestra levada a efeito pela Universidade Sénior de Ponte de Sor (USEPS). A iniciativa surge integrada no Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações (que este ano se assinala), uma oportunidade para todos de refletir sobre o facto de os europeus viverem agora mais tempo e com mais saúde do que nunca e aproveitar as oportunidades que se oferecem. Fátima Pinheiro (na foto, primeira a contar da esquerda), elemento da direção da Escola Secundária de Ponte de Sor e professora voluntária da USEPS disse ao nosso jornal que a iniciativa surgiu no âmbito das experiências de trabalho conjuntas entre os alunos da secundária e da USEPS.

"Tivemos esta oportunidade para abordar a temática do envelhecimento ativo e da solidariedade entre gerações, numa iniciativa dirigida à população sénior, nomeadamente aos alunos da USEPS, a uma turma de 11.º ano do ensino profissional (Apoio Psico-Social) e a uma turma do Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF)", disse.

Iniciativa foi "pontapé de saída" das atividades previstas

Para Fátima Pinheiro, a iniciativa reflete, também, os objetivos das aulas que lecciona na USEPS. "Tento contribuir para que os seniores tenham um envelhecimento numa perspectiva ativa numa aula de Cultura e Cidadania, onde fazemos, sobretudo, uma reflexão sobre questões do quotidiano, de assuntos nacionais e internacionais. Mas sempre numa perspectiva de contribuir para que o envelhecimento seja um processo natural mas com qualidade de vida, de bem-estar físico e psicológico. Penso que isso é conseguido naquelas aulas", observa a professora. De acordo com Fátima Pinheiro, a palestra na Escola Secundária, foi apenas a primeira iniciativa de um conjunto previsto pela USEPS de forma a assinalar o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações. "Temos um plano de

acção onde estão previstas diversas actividades tais como: percursos cívicos de forma a encontrar pontos fortes e fracos em relação à população sénior, a elaboração de uma carta dos direitos dos seniores para posterior apresentação ao município, e outras iniciativas de carácter lúdico como caminhadas ou a participação em encontros nacionais", revelou ao **Ecos do Sor**.

Articulação entre instituições

Margarida Madeira (na foto, ao meio) é professora adjunta da Escola Superior de Enfermagem de Coimbra foi a personalidade convidada para esta conferência. Em declarações ao nosso jornal, explicou a importância da partilha inter-geracional. De acordo com a professora, o distrito de Portalegre está incluído na região Alentejo, uma das regiões que regista um maior envelhecimento do país. "Não

só pelo aumento do número de pessoas mais velhas, mas também pela própria desertificação", sustentou. "Os mais novos não ficam por cá. Procuram os grandes centros urbanos. Os que cá ficam acabam por ser os idosos que se vêem rodeados por pessoas também elas de muita idade", observou Margarida Madeira, que não esqueceu a importância das instituições que prestam apoio a este segmento, maioritário, da população. "Penso que o mais importante é existir uma articulação entre as instituições de saúde e as instituições sociais e a própria comunidade civil de forma a que as pessoas não se sintam desenraizadas, sozinhas e excluídas da sociedade", admitiu.

Desconstruir ideias pré-concebidas

Porém, e de acordo com a professora auxiliar de enfermagem, para que estas instituições, ou organizações,

possam dar um contributo na melhoria da qualidade dos nossos idosos, também é preciso sensibilizar para a aceitação da pessoa idosa e para uma nova visão sobre este segmento da população. "Costumo dizer que é necessário desconstruirmos as ideias pré-concebidas que temos sobre os idosos para os vermos incluídos na sociedade. Ao contrário do que possa parecer, a pessoa idosa tem muito valor e ainda tem muito para dar aos outros. Através da ida às escolas, ou da recolha da cultura popular. É importante que vejamos nestas pessoas uma fonte de conhecimentos", concluiu Margarida Madeira. Perante uma plateia repleta de alunos, estiveram presentes, entre outros, o presidente da direção da USEPS, Pedro Lopes (na foto, à direita), Manuel Andrade, director da Escola Secundária de Ponte de Sor e um representante da GNR local.

