Solidão, isolamento e rejeição são não raras vezes sinónimos de envelhecimento. Com os anos, o corpo fica entorpecido, a agilidade de outrora perde-se e acaba-se preso em si próprio. Ciente desta realidade, a Câmara Municipal da Madalena está a promover sessões de intervenção psicossocial dedicadas aos mais velhos.

A convite da Câmara Municipal da Madalena, o psicoterapeuta António Ventura reuniu-se, esta semana, com diferentes grupos de idosos do concelho. Falou-se de solidão, depressividade, isolamento e rejeição, mas também de alegria, afeto, recuperação da auto-estima e da conquista de novas amizades.

“Lembrem-se, há uma coisa que podem sempre movimentar: o vosso pensamento”, referiu o psicólogo, frisando que a perda de faculdades físicas não deve dar mote a uma vida de

enclausuramento social e sofrimento, pois cada um é “dono daquilo que é seu, proprietário do seu templo, e nem o tempo, nem a velhice vos pode roubar isso”.

Uma mensagem escutada pelos idosos dos Centros de Convívio do concelho, divididos em três grupos de trabalho, que acalentou o ânimo e revigorou a mente e quiçá o corpo dos mais velhos. Dos cinquenta aos noventa, muitos foram os que se deleitaram com as palavras de António Ventura e desejam participar nas mais de uma dezena de sessões que se irão realizar até Setembro.

De São Caetano às Bandeiras, o psicoterapeuta vai percorrer o concelho criando espaços de discussão, coesão e ajuda mútua, recolocando a auto-estima e a esperança no dicionário dos mais velhos do concelho.