



Iulie 2023, Comunicat de Presă

## Întâlnire intergenerațională pentru adulți

The Learning Age

În data de 18 iulie 2023, [Asociația TEAM4Excellence](#) a organizat și a găzduit o întâlnire cu seniori cu vârsta 55+ cu rol în promovarea și transmiterea reciprocă de valori și bune practici, așa cum prevede proiectul “[The Learning Age](#)”, ce este parte a programului Uniunii Europene [Erasmus+](#) dedicat învățării continue și a educației adulților pentru a fi cetățeni europeni activi.

Întâlnirea a avut loc la sediul Asociației și a facilitat reunirea unor seniori de valoare ai comunității noastre, prilej cu care s-au armonizat obiectivele vizate și interesele tuturor creându-se o punte intergenerațională prin schimbul de informații și al incluziunii sub toate aspectele.

Seniorii care au fost prezenți sunt persoane de renume în comunitate și în grupurile din care fac parte, cu un înalt grad de autonomie și de implicare ca și cetățeni activi, cu formidabile reușite profesionale și experiențe de viață.

A fost o onoare să-l avem alături de noi pe domnul doctor Gheorghe Dumitru, fost medic primar de medicină sportivă la Serviciul Județean de Specialitate Constanța, fost lector universitar la Facultatea de Educație Fizică a Universității “Ovidius”, Constanța și fost președinte al Comisiei pentru Activitatea Metodică, Cercetare și Documentare din cadrul Federației Române „Sportul Pentru Toți”. Domnia sa, membru fondator al Institutului Internațional de Promovare a Sănătății din Washington D.C. Domnul Dumitru ne-a încântat cu informațiile despre vasta sa experiență profesională și despre cele mai bine de 40 de lucrările științifice, ce au fost publicate atât în țară, cât și în străinătate, tematica fiind din zona promovării sportului pentru sănătate, al prezentării suferințelor ce apar la sportivi și al recuperărilor acestora prin metode specifice. Cărțile editate se adresează atât consumatorului de activități fizice, cât și specialiștilor în domeniu fiind ghiduri spre o viață mai bună prin prevenirea riscurilor la adresa sănătății și vieții omului, printr-un trai activ și echilibrat apelând la mișcare, sport și nutriție adecvate și combătând stresul, obezitatea, sedentarismul ce reprezintă un flagel în întreaga lume.

Ideea de bază ce ne-a fost împărtășită de acest profesionist și om de valoare este că „Mișcarea este sănătate, iar sănătatea unei națiuni este cel mai mare bun câștigat în folosul omenirii, umanității și civilizației” - “Ghid pentru sănătate și Condiție Fizică” (conceput de domnul prof. dr. Gheorghe Dumitru împreună cu doamna prof. Aurelia Suciuc și tipărit la editura „Federația Română Sportul Pentru Toți”).



În susținerea ideilor valoroase de mai sus, domnul Dumitru ne-a prezentat două cărți dintre nenumăratele scrise de dânsul sau în colaborare, una fiind cea de sus scrisă în colaborare cu doamna prof. Aurelia Suci, alta fiind „Sănătate prin Sport pe Înțelesul Fiecăruia” scrisă de dumnealui.



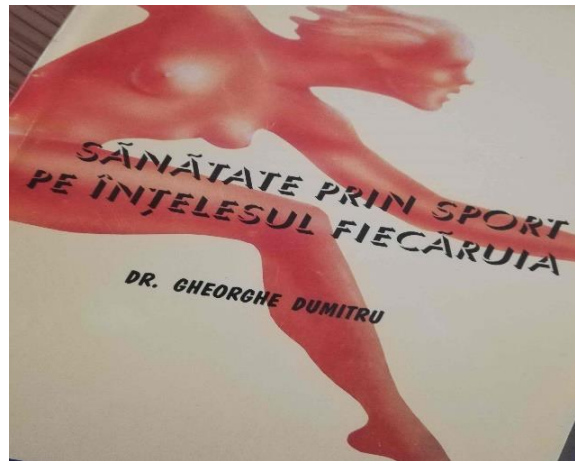
Model pentru cei prezenți în această întâlnire și o prezență plăcută pentru toți participanții, domnul Dumitru ne-a lăsat amprentate idei cheie pe care dânsul le aplică personal de o întreagă viață și de care vom ține seama, respectiv principii care sunt general valabile și general utile legate de importanța mișcării fizice pentru individ și societate, factorii de risc ai sănătății, efectele sanogenetice ale sportului, prevenirea bolilor și a degenerării și prelungirea unei vieți calitative printr-un trai sănătos:

*“Sănătate și sport, două noțiuni fundamentale ale vieții, strâns legate între ele, domeniul și sfera lor de activitate fiind omul în înțelesul complex bio-psiho-social...”*

*“Sportul favorizează o bună sănătate individului dându-i un sens al responsabilităților și al conviețuirii. Conferă, în aceeași măsură, o bună sănătate societății, deoarece prin acțiunea sa*



*adună și amestecă diferite clase sociale*” – Gheorghe Dumitru și Aurelia Suciuc în “Sănătate prin Sport pe Înțelesul Fiecăruia”, editura Federația Română Sportul Pentru Toți, București, 1997.



Utilitatea mișcării fizice pentru individ și societate ne-a împărtășit-o domnul Dumitru reproducând articolul doi al Cartei Europene a Sportului, care definește sportul ca fiind “Totalitatea formelor de activitate fizică care, prin participare individuală sau organizată, urmărește exprimarea sau îmbunătățirea condiției fizice (fitness-ul fizic) și a stării mentale de bine, formarea de relații sociale și obținerea de rezultate sportive în competiții de diverse nivele.”

Întâlnirea s-a încheiat într-o notă pozitivă, cu exprimarea convingerii că aceste valori trebuie asimilate de către participanți, dar și că este important să fie împărtășite și altora cât de des este posibil. Intenția în unanimitate a grupului participant a fost de a continua acest tip de reunire pe această temă a sănătății și sportului, dar și prin abordarea altor teme utile tuturor.

Informații privind proiectul de educație continuă și învățare intergenerațională “The Learning Age” pot fi accesate vizitând [trainingclub.eu/ro/age](http://trainingclub.eu/ro/age)