

## **SEMANA DA SAÚDE E DA ATIVIDADE FÍSICA**

### **COM INICIATIVAS PARA TODA A POPULAÇÃO**

**A Câmara Municipal da Mealhada realiza, de 1 a 6 de abril, a Semana da Saúde e Atividade Física, com diversas iniciativas para toda a População.**

A semana da Saúde e da Atividade Física tem início, dia 1 de abril, com o Festival da Atividade Física, um momento de encontro de clubes, escolas e associações desportivas concelhias que apresentam à população as suas principais atividades. Participam 17 entidades com atividades tão distintas como o karaté, o hóquei, o ténis, o futebol ou a dança.

A semana prossegue com atividades dedicadas a diversas franjas da população, das crianças aos idosos, seguindo a estratégia de promoção de atividade física do Município, que implementou vários programas gratuitos, abertos e descentralizados, de forma a ir ao encontro da população.

“A atividade física é um fator promotor de qualidade de vida e procuramos, por isso, promovê-la e fazer com que esteja ao alcance de todos. Esta iniciativa tem duplo sentido: o de afirmar a importância da atividade física junto da população e o de prestar tributo aos clubes e coletividades que a fomentam no nosso Município, com o festival que lhes é dedicado”, sublinha Ricardo Santos, vereador do Desporto.

#### **Programa**

1 de abril | 21h00 | Pavilhão Municipal do Luso |

#### **Festival de Atividade Física**

4 de abril | 10h00 | Parque da Cidade da Mealhada (Junto ao Centro de Interpretação Ambiental)

#### **Fitness Move Sénior** (aula de Ginástica População Sénior).

5 de abril | 10h às 12h | Parque da Cidade da Mealhada

#### **Jogos Lúdicos** (crianças dos 3 aos 10 anos).

6 de abril | 10h30 | Pavilhão Municipal da Mealhada

#### **Ginástica Sénior IPSS** (população das IPSS do concelho).

6 de abril | 18h | Parque da Cidade da Mealhada (Junto ao Centro de Interpretação Ambiental)

#### **Fitness Move** (aberto a toda a população)



# Comunicado de **Imprensa**

Mealhada, 21 de março de 2023

Setor de Comunicação e Imagem

Tânia Moita  
☎ 926 608 284  
✉ comunicacao@cm-mealhada.pt

Câmara Municipal da Mealhada  
☎ 231 200 980 (ext. 281)

