

# #BEACTIVE 5 ANOS

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

23 - 30 SETEMBRO 2019

# PRESS-KIT

## Apresentação

## Semana Europeia do Desporto 2019

17 de setembro | Tribuna de Honra do Estádio Nacional do Jamor



[www.beactiveportugal.ipdj.pt](http://www.beactiveportugal.ipdj.pt)



## APRESENTAÇÃO

A **Semana Europeia do Desporto** é uma iniciativa da **Comissão Europeia** que visa **promover o desporto e atividade física em toda a Europa** (independentemente da idade, contexto social ou do nível de aptidão física).

O desporto e atividade física contribuem substancialmente para a saúde e bem-estar dos cidadãos europeus, no entanto o nível de atividade física na Europa está a **estagnar** ou mesmo a **descer** em alguns países. A **Semana Europeia do Desporto** é a resposta conjunta para este desafio. À semelhança das edições anteriores, o mote da campanha continua a ser **#BEACTIVE**, como incentivo a cada um para estar ativo durante a “semana” e permanecer ativo durante todo o ano.

Em **2019** celebra-se a **5ª Edição** da iniciativa, com várias atividades a decorrer entre **23 a 30 de setembro**. Durante a Semana pretende-se congrega as pessoas, as autoridades públicas, o movimento desportivo, as organizações da sociedade civil e o setor privado.

Em Portugal, o **Instituto Português do Desporto e da Juventude**, foi nomeado pela Secretaria de Estado da Juventude e Desporto como a entidade responsável pela organização da Semana Europeia do Desporto e suas atividades em Portugal



## Embaixadores #BeActive



**Patrícia Matos**



**Fátima Lopes**



**Rosa Mota**



**Carlos Lopes**



**Elisabete Jacinto**



**Jorge Pina**



**Pedro Fernandes**



**Nuno Delgado**



**Pedro Lima**



**João Vaz**



**Marta Paço**



**Foxy Ladies (Associação Lifeshaker)**



**Fernando Pimenta**



**Tícha Penicheiro**

## Programa da Apresentação/CI

A “Apresentação da Semana Europeia do Desporto 2019” decorre entre as 10h30 e as 13h00, na Tribuna de Honra do Estádio Nacional do Jamor, com o seguinte programa:

10h30 | Receção Convidados

10h40 | Animação com Dança - Jazzy

10h50 | Apresentação da Semana Europeia do Desporto

11h45 | Cocktail

12h00 | Jogo de Futebol pela Ética no Desporto

A Cerimónia conta com a presença do Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude – Dr. Vítor Pataco e de ilustres convidados da área desportiva. A ação termina com o ‘Jogo de Futebol (Misto) pela Ética no Desporto’, com a participação de João Vieira Pinto, Carla Couto, Silas, Maniche, Chaínho, Zé Pedro, Neca, Luciano Gonçalves, João Pedro Pais, Pedro Fernandes, João Oliveira Pinto, Edite Fernandes, Árbitros Profissionais, Jornalistas, entre outros.



## Em 2018...

Na última edição, desenvolveram-se mais de 1000 atividades em Portugal, no âmbito da Semana Europeia do Desporto.

A iniciativa da Comissão Europeia realizou-se entre 23 e 30 de setembro, tal como este ano, e os portugueses responderam positivamente ao desafio #BeActive.

Desenvolveram-se ações em mais de 90 municípios, levando o Desporto e a Atividade Física a todo o território nacional, incluindo Madeira e Açores. A nível Europeu, foram registadas mais de 28000 atividades, envolvendo os 38 países participantes.

No Dia Europeu do Desporto Escolar, celebrado a 28 de setembro, perto de 200000 alunos estiveram ativos, dedicando cerca de 120 minutos à atividade física e desportiva.



## Temas Principais

**Uma sociedade #BeActive é saudável, feliz e inclusiva.**

A Semana Europeia do Desporto está estruturada à volta de **5 temas principais: Educação, Exterior, Local de Trabalho, Centros Fitness e Clubes Desportivos**. Cada tema representa a envolvimento onde o desporto e a atividade física podem ser realizados e, por isso, têm o potencial de alcançar a grande maioria dos Europeus de diferentes idades.

**Educação:** Os hábitos duram uma vida. Ensinar o valor da atividade física desde tenra idade é fundamental. A Atividade Física estimula o cérebro e melhora a concentração e performance académica. Uma mente sã em corpo são. A Atividade Física ensina valores como o fair-play, trabalho de equipa, gestão de tempo e inclusão.

**Exterior:** Espaços exteriores seguros que encorajam a atividade física podem ajudar a criar comunidades mais fortes, estáveis e pacíficas. Espaços públicos em áreas urbanas e rurais oferecem oportunidades de integrar a atividade física na vida quotidiana. Cidades ativas direcionadas para uma população ativa atraem mais negócios.

**Local de Trabalho:** A atividade física aumenta a moral, produtividade e performance dos funcionários. Trabalhadores saudáveis são trabalhadores felizes: estar ativo ajuda a reduzir o stress e melhora a saúde mental.

**Centros Fitness:** Encorajam o compromisso e inclusão da comunidade. Investimento em Centros Fitness locais torna a atividade física mais acessível.

**Clubos Desportivos:** Desempenham um papel importante no apoio à inclusão social e na construção de comunidades mais fortes, seguras e coesas. Os clubes fornecem a oportunidade de adquirir habilidades e conhecimentos através de voluntariado e aprendizagem informal.



## Programa da Semana

De 23 a 30 de setembro realizam-se várias atividades em todo o País com o apoio de autoridades públicas, o movimento desportivo, as organizações da sociedade civil e o setor privado. Estas são as principais ações:

17 set	Jamor	10h00 - 13h00	Conferência de Imprensa Jogo de Futebol pela Ética no Desporto
21 set	Lisboa	17h00 - 22h00	Noite #BeActive - Corrida / Caminhada / Bikes + Dança Lisboa Espetáculo de YAYA / Dança Lisboa
21-22 set	Porto	Todo o dia	Dia Internacional do Desporto Universitário
21 set	Lisboa	10h00	"Marcha dos Combatentes pela Paz / Lisboa Caminhada pela Paz 2019"
23-30 set	Nacional	Todo o dia	Semana aberta nos ginásios – Fitness Open Week (AGAP)
23 set	Viana do Castelo	09:30 – 12:30	Abertura da SED   Prática e demonstração de diversas modalidades
24/26/30 set	Jamor / Braga Portalegre	10h00-13h00	Hora #BeActive – Desporto Inclusivo (multiatividades)
25 set	Campo Maior	Todo o dia	Desporto no Local de Trabalho
25 set	Lisboa	Todo o dia	InSport Multiplier Event
24-26 set	Viana do Castelo	Todo o dia	Outdoor Sports Euro Meet 2019
26 set	Lisboa	14h30 - 17h30	Conferência T-PREG - Mecanismos de denuncia e manipulação de resultados
26 set	Covilhã	10h00 - 16h30	Dia do Desporto Sénior Prática e demonstração de diversas modalidades
27 set	Nacional	Todo o dia	Dia Europeu do Desporto na Escola
28 set	Odivelas	17h00 - 23h00	Noite #BeActive – Desporto, música, dança
28 set	Santarém	Todo o dia	Jogos Tradicionais
28 set	Portimão	Todo o dia	Dia do Professor de Educação Física (colóquios, atividades desportivas)
28 set	Jamor	20h00	"Hidro By Night" – Mega-Aula de Hidroginástica
29 set	Portimão	9h30 - 13h00	Encerramento da SED   Corrida e Marcha do Passeio da Memória   Prática e demonstração de diversas modalidades   Rastreios
30 set	Lisboa	10h00	Seminário "Keep Youngsters Involved in Sport"

## Contactos

[www.beactiveportugal.ipdj.pt](http://www.beactiveportugal.ipdj.pt)



Rua Rodrigo da Fonseca nº55 1250-190 Lisboa

Tel. +351 210 470 000

[comunicacao@ipdj.pt](mailto:comunicacao@ipdj.pt)

[www.ipdj.pt](http://www.ipdj.pt).



Av. Infante Santo nº69 1º

Tlm. +351 917 776 018

[alc@alcomunicacao.pt](mailto:alc@alcomunicacao.pt)

 @beactiveportugal

 @beactiveportugal

 @BeActivePt