



## Seminário e Atividades desportivas ao ar livre **Dia Mundial da Atividade Física a 6 de abril**

A Câmara Municipal de Odivelas comemora o “**Dia Mundial da Atividade Física**” no próximo dia **6 de abril** com um programa que alia a vertente formativa à desportiva. Juntamos, assim, o útil ao agradável convidando a população para estar informada e para praticar desporto, sempre de forma gratuita. A saber:

- ❖ **Seminário** com o tema “*Atividade Física e Nutrição – dois lados da mesma moeda*” no Auditório do Pavilhão Multiusos de Odivelas, entre as 09h00 e as 18h15. Ação creditada pelo IPDJ e Cenfores. Entrada gratuita mediante inscrição prévia em [formacao@edugep.pt](mailto:formacao@edugep.pt) ou 962 180 647.
- ❖ **Atividades desportivas ao ar livre** - aula de Zumba I aula de Cross Training I desafio de Salto à corda, no Parque Multidesportivo das Colinas do Cruzeiro, entre as 18h30 e as 20h30. Entrada livre.

Neste dia, iremos apresentar projetos inovadores como o Eurofit, promover a seleção e ingestão equilibrada dos alimentos, através da apresentação de projetos locais de intervenção (escolas I clubes I população em geral), divulgar o Programa Nacional para a Promoção da Alimentação Saudável e fomentar a cultura desportiva, através da implementação de ações de formação certificadas, envolvendo dirigentes, treinadores e professores para as temáticas da alimentação e hábitos de vida saudáveis, complementando a Nutrição e o Desporto.

Odivelas, 22 de março de 2018

**Para mais informações:**



**Gabinete de Comunicação e Modernização Administrativa**

Edifício Maria Lamas, Rua da Memória, 2 A  
2675 – 409 Odivelas  
Horário: das 9h00 às 12h30 e das 14h00 às 17h30  
Tel: 219 320 850 | Tlm: 965 655 374  
E-mail: [comunicacao@cm-odivelas.pt](mailto:comunicacao@cm-odivelas.pt)  
[www.cm-odivelas.pt](http://www.cm-odivelas.pt)



Antes de imprimir este e-mail pense bem se tem mesmo que o fazer.  
Há cada vez menos árvores!

