




**RELATÓRIO DE
IMPACTO**
IMPACT REPORT
PORTUGAL 2020

#BEACTIVE
SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO



#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

23 - 30 setembro 2020

A **Semana Europeia do Desporto (SED)**, é uma iniciativa da Comissão Europeia que tem como principal objetivo promover o Desporto e, por inerência, a atividade física, junto de todos os segmentos da população europeia, independentemente da sua idade, sexo, contexto social ou nível de aptidão física.

À semelhança dos anos anteriores, o **Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ, I.P.)** assumiu a coordenação nacional da 6.ª edição da Semana Europeia do Desporto (SED), contando com a colaboração ativa de um vasto conjunto de parceiros que, sob o lema #BEACTIVE, incentivaram os portugueses a serem ativos durante a “Semana” e a permanecer ativos durante todo o ano.

No ano de 2020, e considerando o contexto epidemiológico vivido em toda a Europa, foi determinante a capacidade de desenvolver uma estrutura de planeamento flexível, permitindo o ajuste das atividades tendo em consideração as recomendações definidas pela Direção-Geral da Saúde e pelo Governo de Portugal.



Mensagem do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto

João Paulo Rebelo

“

4 Estamos na 6ª Edição da Semana Europeia do Desporto! Portugal, desde a primeira edição, que se associa a este grande mote que a nível europeu, é dado à importância da prática de atividade física e desportiva. Neste período difícil que vivemos e em particular de confinamento, todos damos conta de que o desporto passou a estar mais presente no nosso quotidiano, havendo um maior reconhecimento do papel fundamental que desempenha no nosso bem-estar, quer físico, e psicológico, quer pessoal e coletivo enquanto sociedade. Quero sublinhar o esforço do IPDJ, I.P. que cada vez mais consegue unir em torno do lema #BEACTIVE, diferentes personalidades como embaixadoras/es e levar ao desenvolvimento de iniciativas a todos os pontos do país, este ano inclusive, às regiões autónomas dos Açores e Madeira, respeitando as suas autonomias e nomeadamente o que são as suas políticas desportivas. Sem limite de idades, para todas e para todos, vamos fazer desta uma grande Semana Europeia do Desporto e cumprir com o que é o principal objetivo, passar esta mensagem e divulgar a importância da atividade física e da prática desportiva.



Mensagem do Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.

Vítor Pataco

“

5 Este ano (2020) temos de olhar forçosamente de maneira diferente para a Semana Europeia do Desporto! Por ser um ano “diferente”, julgo que valha a pena acompanhar aquilo que foi o sentimento das pessoas, especialmente no período de confinamento e distanciamento social, em que sentiram a necessidade da prática de atividade física, de se mexerem no seu espaço confinado. Por isso, a Semana Europeia do Desporto este ano leva a todos uma mensagem de incentivo à atividade, de incentivo à prática de atividade física de forma diferenciada, ou seja, nós vamos tentar levar a Semana Europeia do Desporto às pessoas, ao local onde elas se encontram para que possam desenvolver a sua atividade. Teremos uma semana diferente, na qual esperamos conseguir passar esta mensagem, porque as pessoas sentiram essa necessidade e desse ponto de vista, a sua perceção será mais intensa. Acreditamos que apesar de todas as restrições e condicionantes, vamos conseguir fazer uma semana com atividades à distância, desafiando as pessoas em casa, nos seus locais de trabalho, nas escolas, e que essa mensagem para que se mantenham ativas não só durante a semana, mas todo o ano, vai passar e vai perdurar no tempo. Tal como nos últimos seis anos, acreditamos que vamos continuar a dar voz a este projeto europeu em conjunto com os nossos parceiros que são muitos, nomeadamente numa lógica de descentralização, contando com os municípios e com as nossas próprias estruturas regionais através dos seus diretores e equipas regionais de forma a passar esta mensagem de uma forma mais expressiva.

Embaixadores #BEACTIVE

Portugal contou, este ano, com um grupo de 17 Embaixadores que, em conjunto, contribuíram de forma ativa para a promoção do Desporto, junto de todos os segmentos da população portuguesa, disseminando a mensagem #BEACTIVE.

Participando em inúmeras atividades, os seus teste-

munhos e exemplos foram relevantes para promover a **participação em atividades físicas e desportivas**, inspirando, ainda, os cidadãos a contribuírem de forma ativa para o desenvolvimento de uma sociedade mais equitativa, justa e solidária, onde o Desporto se constitui como um fator agregador determinante.

Este ano foram **EMBAIXADORES #BEACTIVE**:

- | | | |
|----------------------|------------------|---------------------|
| // Carlos Lopes | // João Vaz | // Patrícia Matos |
| // Elisabete Jacinto | // Jorge Gabriel | // Pedro Oliveira |
| // Fátima Lopes | // Jorge Pina | // Ricardo Carriço |
| // Fernando Pimenta | // Marta Paço | // Ricardo Quaresma |
| // Isabel Silva | // Naide Gomes | // Rita Ruaz |
| // João Pedro Pais | // Nuno Delgado | |



Biografia dos embaixadores #BEACTIVE



8

Carlos Lopes Atleta Olímpico – Atletismo

Carlos Lopes é uma das maiores referências desportivas nacionais. Foi o 1º campeão olímpico português na prova de Maratona nos Jogos Olímpicos de Los Angeles em 1984. Sobressaiu tanto nas provas de pista, como nas de estrada e de corta-mato.

Patrícia Matos Jornalista

Patrícia Matos é licenciada em Jornalismo e Comunicação pela Escola Superior de Educação de Portalegre e tem uma pós-graduação em *Marketing* Político pelo Instituto de Ciências Sociais e Políticas. É uma adepta do desporto e pratica regularmente boxe, yoga e ginásio.

Fernando Pimenta Atleta Olímpico – Canoagem

Fernando Pimenta é o mais conceituado canoísta português. Acumula diversas medalhas em Campeonatos do Mundo, Campeonatos da Europa, Taças do Mundo e Campeonatos Nacionais. Em 2012 foi vencedor da medalha de prata na especialidade de K2 1000m nos Jogos Olímpicos de Londres. Mais recentemente, em 2019, voltou a ser em Campeão do Mundo, tendo alcançado o feito nas distâncias de 1000m e 5000m.

Fátima Lopes Apresentadora de televisão

Fátima Lopes é apresentadora de televisão. Licenciou-se em Comunicação Social pela Universidade Nova de Lisboa, e colaborou com várias publicações.

Nuno Delgado Atleta Olímpico – Judo

Nuno Delgado é um ex-judoca português e fundador de uma Escola de Judo de âmbito nacional. Participou nos Jogos Olímpicos de Sidney em 2000, onde conquistou o 3º lugar, dando a primeira medalha a Portugal na disciplina de judo e a 16ª medalha olímpica portuguesa da história. Venceu vários títulos internacionais, foi tetracampeão nacional e Vice-campeão Europeu de seleções.

Elisabete Jacinto Piloto

Elisabete Jacinto é uma piloto portuguesa de todo-o-terreno, com várias participações no “Dakar”, entre 1998 e 2009. Em 2019 alcançou o 1º lugar na *África Eco Race*, uma das mais duras e exigentes provas de todo o terreno a nível mundial.

9



10

Marta Paço

Atleta
– Surf Adaptado

Marta Paço é uma surfista portuguesa de 14 anos, praticando surf adaptado na categoria ASVI (surfistas com deficiências visuais). Conquistou a medalha de ouro no primeiro campeonato europeu de surf adaptado, o *EuroSurf Adaptive* 2019, tornando-se a 1ª campeã europeia feminina na categoria ASVI. Ao competir junto dos atletas masculinos, na categoria ASVI Open, conquistou o 3º lugar.

João Vaz

Atleta
– Natação Adaptada

João Vaz é atleta de natação do Sporting Clube de Portugal, registando um palmarés notável. Conquistou por quatro vezes o título de Campeão Europeu. É vice-Campeão Europeu 17 vezes e conquistou 10 medalhas de bronze. Conquistou por cinco vezes o título de Vice-campeão Mundial.

Jorge Pina

Atleta Paralímpico
– Atletismo

Jorge Pina iniciou a prática do Boxe com 11 anos de idade. Chegou à secção de boxe do Sporting Clube de Portugal em 1995, tendo ficado até 2002. Foi três vezes campeão nacional em duas categorias. Após ficar cego, continuou os treinos tendo apostado no Atletismo, onde conseguiu alcançar os mínimos e participar nos Jogos Paralímpicos de Pequim em 2008, Londres em 2012 e ainda nos Jogos do Rio de Janeiro em 2016, em Atletismo Adaptado.

Jorge Gabriel

Apresentador
de televisão

É jornalista e apresentador de Televisão, licenciado pela Universidade Católica do Porto – Business School. Entusiasta do desporto em geral e apresentador de programas desportivos, atualmente é apresentador do Programa da Manhã “Praça da Alegria” na RTP.

Ricardo Quaresma

Jogador Profissional
de Futebol

Jogador de Futebol, várias vezes internacional pelas seleções de Portugal. Fez parte da equipa vencedora do Europeu 2016 em França e atualmente representa o Vitória de Guimarães, num regresso ao seu País após muitas temporadas fora de Portugal.

Naide Gomes

Atleta Olímpica
Atletismo

Naide Gomes, atleta olímpica, representou Portugal nos Jogos Olímpicos de Atenas 2004 (Hepatlo) e em Pequim 2008 (Salto em Comprimento), tendo sido campeã mundial ‘indoor’ no pentatlo (2004) e ainda campeã mundial (2010) e europeia (2005 e 2007) ‘indoor’ em salto em comprimento, acrescentado ainda diversas medalhas em Mundiais e Europeus.

11



12

Pedro Oliveira
CEO da BP Portugal e atleta – Judo Veteranos

Presidente da BP Portugal e Atleta de Judo, Pedro Oliveira conquistou, em 2014, a medalha de bronze da categoria -81kg, nos Mundiais de Veteranos disputados em Málaga.

Ricardo Carriço
Ator e Cantor

Ricardo Carriço é um conceituado ator português, com participações em várias novelas, teatro, séries e longas metragens. Entusiasta do fitness e praticante regular de musculação, Ricardo também é cantor, tendo lançado o álbum “O Meu Mundo”.

Rita Ruaz
Atriz

Rita é uma atriz portuguesa com participações em várias novelas e séries televisivas. Entusiasta e praticante assídua de desporto.

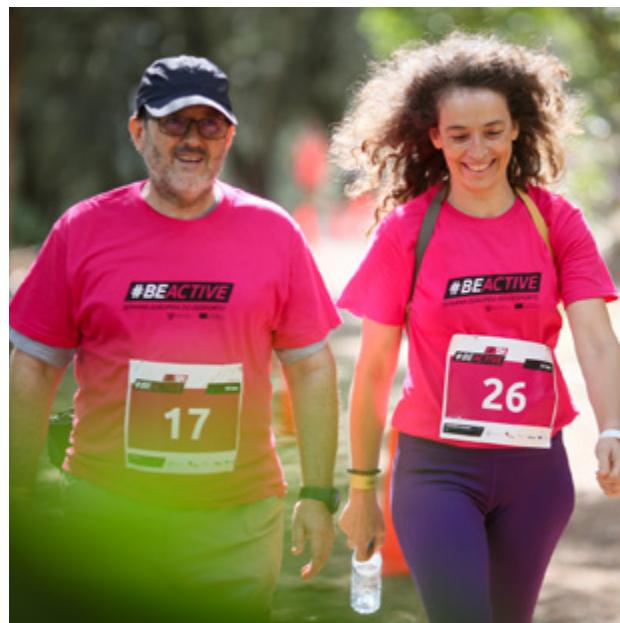
João Pedro Pais
Cantor e ex-atleta – Luta Greco-Romana

Antigo atleta internacional na modalidade de Luta Greco-Romana, com vários títulos alcançados, João Pedro Pais é um dos cantores mais acarinhados pelo público português, com duas décadas de carreira artística, centenas de concertos e cerca de 420.000 discos vendidos.

Isabel Silva
Apresentadora de Televisão

Jornalista e Apresentadora de Televisão, licenciada em Ciências da Comunicação pela Universidade de Nova de Lisboa. Praticante de desporto desde muito nova, a sua paixão é a corrida, especialmente longas distâncias onde já correu três das maiores maratonas do Mundo: Boston, Berlim e Londres.

13



Semana Europeia do Desporto 2020

Durante a SED foi dada especial atenção ao desenvolvimento de atividades de base local, envolvendo os Municípios e o tecido associativo desportivo na promoção do desporto e da prática de atividade física.

A vertente educativa foi tida em especial consideração, onde aproximadamente 180 000 alunos, pertencentes a 284 escolas / agrupamentos e distribuídos por 193 localidades participaram no **Dia Europeu do Desporto na Escola**. Apesar das limitações impostas pela situação pandémica com impacto na operacionalização de iniciativas de carácter presencial, foi possível desenvolver algumas iniciativas integradas na **"Noite #BEACTIVE"**, como é exemplo das atividades realizadas na Serra do Pilar, em Vila Nova de Gaia.

À semelhança da edição anterior, e contando com o apoio da AGAP | Portugal Ativo e da Câmara Municipal de Lisboa, realizou-se no Parque Eduardo VII uma **Mega-Aula de Cycling**, com transmissão *online*, contando com a participação virtual de mais de 1650 cidadãos distribuídos por diversos ginásios e academias de todo o país. No âmbito desta parceria foi ainda desenvolvida mais uma edição da **"Semana Aberta dos Ginásios"**, abrangendo mais de 155 academias e ginásios.

Um dos pontos altos da SED foram as **12H BEACTIVE**, uma corrida realizada no magnífico espaço do Centro Despor-

tivo Nacional do Jamor, no Estádio Nacional, limitada a 1000 participantes, que testou um novo modelo de organização deste tipo de eventos, possibilitando a participação dos cidadãos num quadro de segurança.

No contexto do **Desporto Inclusivo** e em parceria com a FENACERCI, estiveram envolvidas mais de 60 organizações associadas e congéneres, que dinamizaram diversas atividades desportivas, recreativas e lúdicas nos seus centros, envolvendo mais de 650 participantes.

No que diz respeito ao **Desporto no Local de Trabalho**, inúmeras iniciativas a nível nacional, foram desenvolvidas, contando com a colaboração de várias entidades públicas tais como a Secretaria-Geral da Presidência do Conselho de Ministros, o IPDJ, I.P., os Serviços Sociais da Administração Pública, a Inspeção-Geral das Atividades Culturais, bem como entidades privadas, tais como a BP Portugal, a Lipor e a Stock-Car.

No dia dedicado ao **Desporto Sénior** e, tendo em consideração as limitações impostas pelo contexto epidemiológico nacional, foram distribuídos por mais de uma centena de instituições de solidariedade social um conjunto de equipamentos desportivos e respetivos documentos tutoriais (em formato digital e vídeo) que permitiram promover a prática desportiva junto destes cidadãos num contexto de segurança.



PAÍSES E REGIÕES
46



EVENTOS
32 617



PARTICIPANTES
15 623 084

PORTUGAL



+ de **1 000 000**
de participações em atividades promovidas



MUNICÍPIOS
150



ATIVIDADES
1 242

Distribuição nacional das atividades realizadas

- Por distrito



DISTRITO	MUNICÍPIOS	ATIVIDADES
AVEIRO	12	94
BEJA	6	36
BRAGA	7	44
BRAGANÇA	5	19
CASTELO BRANCO	6	15
COIMBRA	6	89
ÉVORA	3	4
FARO	15	89
GUARDA	1	27
LEIRIA	7	60
LISBOA	11	375
PORTALEGRE	4	20
PORTO	13	127
SANTARÉM	7	17
SETÚBAL	6	26
VIANA DO CASTELO	2	8
VILA REAL	3	6
VISEU	5	31
MADEIRA	11	76
AÇORES	8	22
ATIVIDADES NACIONAIS	12	57

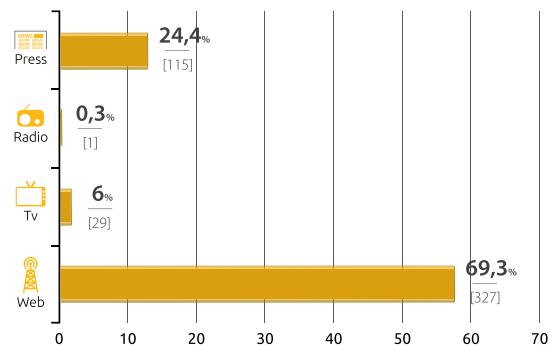
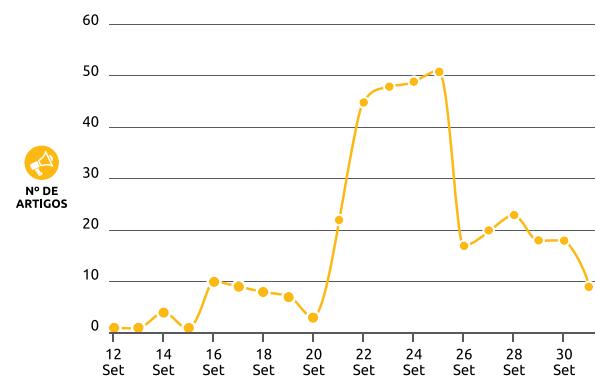
Nota: Valores contabilizados apenas pelos registos de atividades e estimativa de participantes no website www.beactiveportugal.ipdj.pt à data de 30 de setembro de 2020.

Clipping

Segundo dados fornecidos pela empresa CISION e, conforme gráficos em anexo, durante o mês de setembro foram publicados cerca de **472 artigos** referentes à Semana Europeia do Desporto 2020, nos diversos meios de comunicação social para disseminação do lema #BEACTIVE.

O levantamento destes dados, permitiu aferir um valor do *Clipping*, estimado pela CISION em **€ 568 995,90**.

18



Número de artigos publicados ao longo do mês de setembro

Redes sociais (Facebook)

Em 2020 manteve-se a estratégia para o aumento da visibilidade da mensagem #BEACTIVE, principalmente via

Facebook, que resultou num aumento significativo de interação com público para um alcance de 1 144 251 pessoas.



1 147 251
Pessoas alcançadas via Facebook
#BEACTIVE Portugal - Semana Europeia do Desporto

19



Website



20



Nota: Valores contabilizados apenas pelos registos de atividades e estimativa de participantes no website www.beactiveportugal.ipdj.pt à data de 30 de setembro de 2020. Dados estatísticos fornecidos pela Google Analytics.

Programa oficial

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

23 - 30 setembro

23 set	Abertura Desporto no Trabalho
24 set	Desporto Outdoor
25 set	Dia Europeu do Deporto na Escola
26 set	Dia do Professor de Educação Física Noite #BEACTIVE
27 set	Desporto Náutico
28 set	Desporto Inclusivo
29 set	Desporto Sénior
30 set	Fórum Nacional de Desporto para Todos Cerimónia de Encerramento

21



Conferência de Imprensa

APRESENTAÇÃO SED 2020 #BEACTIVE

[Pista de atividades Náuticas do CDNJ]



A cerimónia de apresentação da 6ª edição da **Semana Europeia do Desporto** decorreu no dia 21 de setembro na pista de atividades náuticas do Jamor. A sessão de apresentação contou com a presença do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Rebelo, do Conselho Diretivo do IPDJ, I.P. e dos Embaixadores Carlos Lopes, Elisabete Jacinto, Jorge Pina, Patrícia Matos, Ricardo Carriço, Nuno Delgado, João Vaz, Rita Ruaz, Marta Paço, Pedro Oliveira e João Pedro Pais. Nesta cerimónia

foi apresentado o programa da SED 2020, estruturado em torno das seguintes temáticas centrais:

- // Educação;
- // Locais de trabalho;
- // Atividades ao ar livre;
- // Clubes desportivos e centros de fitness.
- // Desporto inclusivo;
- // Desporto sénior;
- // Desporto náutico/outdoor.





“Resiliência! Uma das palavras que mais iremos ouvir nos próximos tempos, devido a todas as limitações impostas por este contexto de pandemia em que vivemos! Esforço e Criatividade! O que define os nossos profissionais, clubes e organizações desportivas, que tudo farão para manter a população ativa, não apenas durante a semana, mas durante todo o ano, seja de forma presencial seja através do estímulo on-line, em contexto formal ou informal e ao ar livre. Inovação! Temos de continuar a ser inovadores, no sentido de apresentar soluções que toquem nas pessoas e que façam jus ao que é a mensagem e o lema da Semana Europeia do Desporto!

#BEACTIVE TODO O ANO!

Vítor Pataco - Presidente do IPDJ, I.P.



Dia do Desporto no Local de Trabalho

[Atividade de âmbito nacional]



O primeiro dia da SED foi dedicado ao tema do **Desporto no Local de Trabalho**, procurando sensibilizar os trabalhadores para a importância da prática de atividade física e para a redução do tempo passado em comportamento sedentário durante o horário laboral, alertando para os seus inúmeros benefícios onde se incluem: prevenção das principais doenças não-transmissíveis e dos desequilíbrios músculo-esqueléticos, redução do stress, da ansiedade e do risco de depressão, melhoraria

da mobilidade, da postura, da concentração, promoção da socialização e das dinâmicas de grupo.

Foram desenvolvidas várias aulas presenciais nos diversos locais de trabalho, bem como aulas em formato *online*, envolvendo várias entidades da Administração Pública Central e entidades privadas como a BP Portugal, a Lipor e a Stock-Car, proporcionando momentos ativos a todos os trabalhadores.



O IPDJ, I.P. celebrou de forma ativa este dia, tendo a sua direção e trabalhadores participado numa aula transmitida *online*, em interligação com todas as direções regionais.

No decorrer do Dia do Desporto no Local de trabalho foi içada a bandeira do IPDJ, I.P. no Complexo Desportivo de Évora onde esteve presente o Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco.





“Neste primeiro dia da Semana Europeia do Desporto, dedicado ao tema do Desporto no Local de Trabalho, procuramos sensibilizar os trabalhadores para a importância da prática de atividade física e para a redução do tempo passado em comportamento sedentário durante o horário laboral. Alertar os trabalhadores para os inúmeros benefícios da prática de atividade física, promoção da socialização e das dinâmicas de grupo. Foram desenvolvidas pelas nossas Direções Regionais e parceiros, várias aulas presenciais nos locais de trabalho bem como aulas em formato online, onde se incluiu a nossa aula no IPDJ I.P., envolvendo várias entidades da Administração Pública Central e entidades privadas, proporcionando momentos ativos e divertidos a todos os trabalhadores. **#BEACTIVE TODO O ANO!**”

Sónia Paixão - Vice-Presidente do IPDJ, I.P.



Dia Internacional do Desporto Universitário

[I.P. Leiria]



Inserido nas comemorações do Dia Internacional do Desporto Universitário (DIDU), realizou-se a conferência online “Desporto e Saúde Mental dos Estudantes”, que este ano teve como mote “Desporto Sim, Isolamento Não”, e contou com a presença do Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco na abertura da conferência. O Instituto Politécnico de Leiria levou a cabo uma série de atividades desportivas para comemorar o DIDU.



AGAP "Semana aberta dos Ginásios"

[Atividade de âmbito nacional]



À semelhança da edição anterior, e contando com o apoio da AGAP, Portugal Ativo foi desenvolvida mais uma edição da "Semana Aberta dos Ginásios";

abrangendo mais de 155 academias e ginásios, e envolvendo mais de 128.600 participantes.



Dia do Desporto Outdoor

[Paredes]



O dia 24 de setembro foi dedicado ao **Desporto ao Ar Livre** com a apresentação do Centro de Treino *Outdoor*, em Paredes, no distrito do Porto, e de um Seminário *online* denominado, «O Papel de Pierre Coubertin no Desporto Europeu», com a presença do Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco.

Patrícia Matos e Elisabete Jacinto e ainda da Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, onde se debateu o desporto outdoor no contexto do desporto para todos, assim como as valências da rede europeia; o turismo de natureza e as atividades ao ar livre; a importância do desporto outdoor para o desenvolvimento social e económico das comunidades rurais; também a promoção da saúde; a mitigação das alterações climáticas; a descoberta de Portugal e a Rede Nacional de Percursos Pedestres.

Como ponto alto, a realização do webinar "DESPORTO *OUTDOOR*", contou com a participação das Embaixadoras





Dia Europeu do Desporto na Escola

[Atividade de âmbito nacional]



400.000 participantes
[dos quais 180.000 alunos]

284 escolas e agrupamentos

193 localidades

O Dia Europeu do Desporto na Escola foi celebrado por cerca de 400 000 participantes entre os quais, **180 000 alunos**, de **284 escolas** e agrupamentos de escolas distribuídos por **193 localidades**.

A Escola Básica Maria Lamas, em Odivelas, foi selecionada para a apresentação do livro **“O meu Livro do Desporto”**, dirigido a crianças do 1.º ciclo e pré-escolar. Uma edição de 20 páginas de desenhos divertidos para colorir e promover a comunicação entre pais e filhos. A iniciativa contou com a presença da Vice-Presidente IPDJ, I.P., Sónia Paixão, do Vereador da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira, do Vice-Presidente da Federação Portuguesa de Atletismo Paulo Bernardo e dos Embaixadores Carlos Lopes, Nuno Delgado e Jorge Pina. O ex-atleta olímpico Rui Silva orientou uma corrida com uma turma do 2.º ano, celebrando a integração da escola na rede de atividade física **“Daily Mile”**.



Foi ainda lançada a campanha **“Esta aprendi na Escola”**, numa parceria com a Federação Portuguesa de Futebol, que envolve jogadores internacionais de futebol, futebol de praia e futsal. Destaque, ainda, para o desenvolvimento de conteúdos digitais de apoio a professores de educação física, com a realização de exercícios de dança e *fitness* que poderão ser utilizados nas aulas.







Noite #BEACTIVE

[Atividade de âmbito nacional]

Foram vários os eventos realizados *online* ao abrigo da iniciativa **Noite #BEACTIVE**.

Do Parque Eduardo VII, em Lisboa, para todo o país, decorreu uma **Mega-Aula de Cycling**, que teve transmissão em direto nas redes sociais, para mais de 70 Ginásios/Clubes no país, onde através de ligação *online* mais de 1650 pessoas tiveram oportunidade de participar. Para o evento foram colocadas nove bicicletas estáticas no Parque Eduardo VII, – com a devida distância social – e contou com a participação da Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, do Vereador do Desporto, Higiene Urbana e Proteção Civil da Câmara Municipal de Lisboa, Carlos Castro, e dos Embaixadores Nuno Delgado, Jorge Pina e João Vaz.

Cerca de **90 Centros Municipais de Marcha e Corrida**, organizaram várias caminhadas e corridas, em homenagem ao Prof.º Pedro Rocha, Coordenador do Programa Nacional de Marcha e Corrida, com a presença do Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco, no Centro Municipal de Marcha e Corrida de Odivelas.

Em Beja decorreu uma aula de **zumba no Parque da Cidade de Beja**, que contou com a presença do Vogal do Conselho Diretivo do IPDJ, I.P., Carlos Manuel Pereira.

O IPDJ, I.P. associou-se ao evento de automobilismo **“Living with Covid-19”** no Aeródromo de Vilar da Luz, cidade da Maia. Sob o lema #BEACTIVE, o Embaixador para a Ética no Desporto, **Renato Pita**, brindou todos os presentes com um excelente convívio

O dia ficou ainda marcado pela apresentação, em **Santo Tirso**, do livro **“Plano Estratégico de Desenvolvimento Desportivo Municipal”**, que contou com a presença do Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco e da Embaixadora Patrícia Matos e ainda, pela organização do **13.º Congresso Nacional, Online, «Resistência e Consistência no Caminho da Recuperação»** e **Feira Digital de Fitness** pela AGAP - Portugal Ativo, com a participação de 1700 pessoas.





Para assinalar a importância deste dia, o **Mosteiro da Serra do Pilar** (Vila Nova de Gaia), recebeu o Presidente do IPDJ, I.P. Vítor Pataco e a Embaixadora #BEACTIVE Patrícia Matos, num evento onde decorreram diversas atividades ao ar livre, com direito a "Sunset" e rastreios de saúde.



Dia Europeu do Professor de Educação Física

[Odivelas]



No dia 26 de setembro, numa iniciativa da CNAPEF (Conselho Nacional de Associações de Profissionais de Educação Física e Desporto), decorreu no Pavilhão Multiusos de Odivelas, o Seminário “Não há Educação sem Educação Física”. Na sessão solene de homenagem aos professores, estiveram presentes o Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Rebelo e a Vice-Presidente do IPDJ I.P., Sónia Paixão.



12H #BEACTIVE

27 de setembro | Centro Desportivo Nacional do Jamor



No Centro Desportivo do Jamor, decorreu o evento 12H #BEACTIVE, iniciativa de destaque do dia 27 de setembro, com a presença do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Rebelo. A ocasião serviu para estrear a requalificada pista n.º 1 do Estádio Nacional do Jamor, que agora fica à disposição não apenas dos atletas de alto rendimento, mas também do público em geral.

Com partida dos primeiros dorsais às oito da manhã e com o final às 20 horas, mais de mil de corredores percorreram, nesse domingo, os cinco quilómetros de distância do percurso, divididos em cinco slots ao longo de todo o dia e dentro das recomendações da Direção-Geral da Saúde.

Na corrida participaram os embaixadores Nuno Delgado, Naide Gomes, Elisabete Jacinto, Ricardo Carriço, João Pedro Pais, Patrícia Matos e Jorge Pina, bem como o Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco, e da Vice-Presidente, Sónia Paixão.

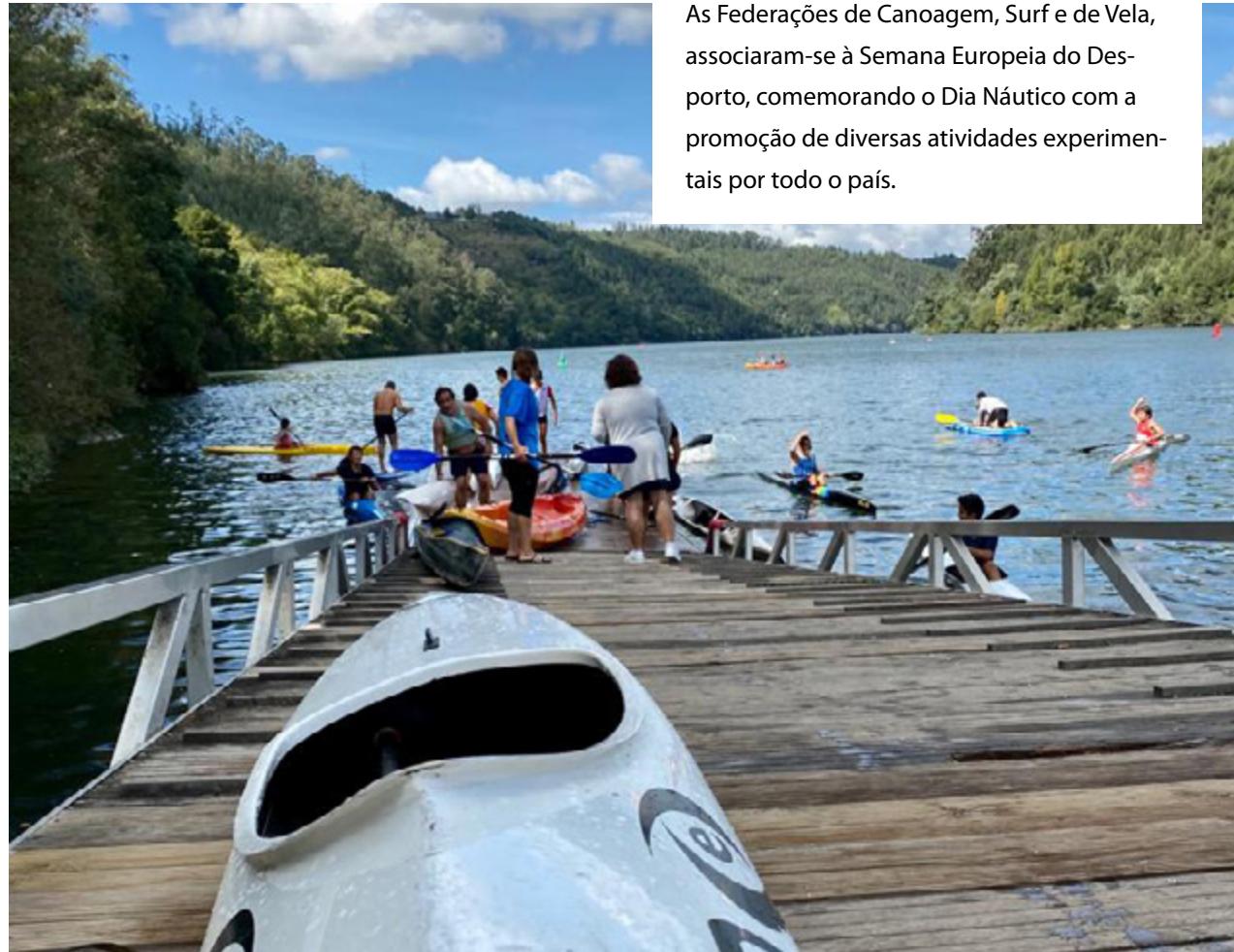




Dia do Desporto Náutico

[Atividade de âmbito nacional]

As Federações de Canoagem, Surf e de Vela, associaram-se à Semana Europeia do Desporto, comemorando o Dia Náutico com a promoção de diversas atividades experimentais por todo o país.



50



51



Dia do Desporto Inclusivo

[Atividade de âmbito nacional]

Através da parceria com a FENACERCI, no dia 28 de setembro estiveram envolvidas mais de 60 organizações associadas e congéneres, na realização de atividades desportivas, recreati-

vas e lúdicas, para mais de 650 cidadãos dentro dos seus centros e em ambiente devidamente controlado e salvaguardado, dado o contexto epidemiológico em que nos encontramos.



No Pavilhão Multiusos de Odivelas, o Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Rebelo e a Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, participaram na abertura do Dia do Desporto Inclusivo, celebrado com a entrega de 24 kits de material de desporto inclusivo – um por cada Coordenação Local de Desporto Escolar. Os kits foram acompanhados de um documento orientador, com sugestões de aplicação prática nos contextos de sensibilização/recreação e de iniciação à competição.





“Este ano, dado o contexto de pandemia em que vivemos, não nos foi possível comemorar este dia como de costume, com as atividades ao ar livre e com todo o convívio e alegria que são a imagem de marca entre os participantes. Para nós, o essencial, é que possam dar continuidade à prática desportiva durante todo o ano, nas respetivas associações. O Desporto é uma ferramenta de inclusão e há um conjunto de competências sociais que trabalhamos a partir do desporto.”

Joaquim Pequicho - Diretor da Fenacerci -
Federação Nacional de Cooperativas de Solidariedade Social

“O Dia do Desporto Inclusivo será muito mais que um dia uma vez que, ao não ser possível uma atividade pública, de massa e concentrada, optou-se por uma medida de natureza estruturante que consistiu na oferta de recursos materiais às Instituições membros da FENACERCI contribuindo para aumentar e melhorar os recursos materiais para a prática regular do desporto e da atividade física, numa estratégia de atividades desconcentrada em todo o território continental tendo envolvido mais de 60 organizações e mais de 650 participantes.”

Jorge de Carvalho
- Diretor do Departamento de Desporto, do IPDJ, I.P.



O Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco, marcou presença na Associação António Ramalho, dinamizadora do projeto “Boxing Spirit”, que trabalha com crianças e jovens desfavorecidos e com ligação ao programa Erasmus +.

A Norte, no Salão Nobre da Câmara Municipal de Matosinhos, e com as presenças da Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, e do embaixador Jorge Gabriel, decorreu a apresentação do projeto “Black Lives Matter”, que, através da criação de um website, visa partilhar informação fidedigna sobre matéria do racismo no futebol.

Diversas atividades foram desenvolvidas ao longo deste dia, pelos parceiros de Norte a Sul e Ilhas, nos respetivos centros, cumprindo com todas as normas da DGS entre os quais a Escola de Judo Ana Hormigo, Cerci Portalegre, Aventura Marão Clube, Capacitar, Olhar 21 e Mover Viseu.





Dia do Desporto Sénior

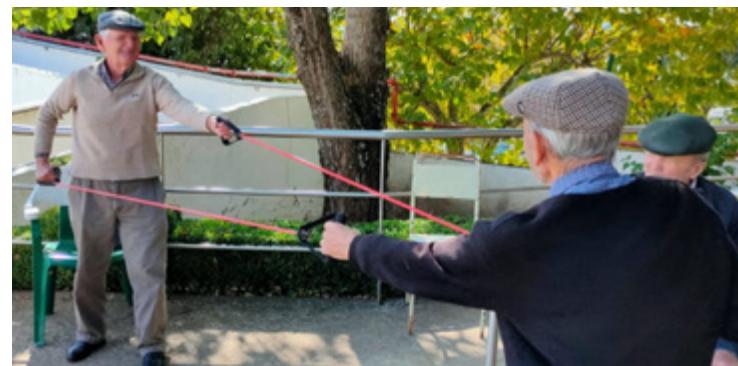
[Atividade de âmbito nacional]

No dia 29 de setembro o IPDJ, I.P. organizou, em parceria com a Associação Rede de Universidades da Terceira Idade (RUTIS), uma série de caminhadas para assinalar o Dia do Desporto Sénior, onde participaram mais de 26 Universidades Seniores.

Em Almeirim, no Salão Nobre da Câmara Municipal, com a presença do Presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco, decorreu a apresentação do **Guia de Recomendações para Desporto Sénior** produzido pelo IPDJ, I.P., e o lançamento do site eletrónico "Desporto Sénior", pólo agregador de informação neste domínio, sensibilizando a população sénior para os benefícios da prática e os cuidados a ter na mesma, no âmbito de uma parceria com a RUTIS.

Em S. Brás de Alportel decorreram atividades ao ar livre, no âmbito do programa Seniores em Movimento, através de um circuito geriátrico com exercícios de mobilidade.

Foram entregues, em diversos pontos do país, dezenas de kits de material desportivo específico para o segmento etário sénior, bem como tutoriais em vídeo e brochuras, com diversas sugestões e recomendações de exercícios para desenvolver em segurança. A Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, procedeu à entrega dos kits desportivos numa Universidade Sénior da RUTIS no Porto, e na Casa dos Pobres em Coimbra.



"Mais um dia intenso e muito importante em que assinalámos o dia do Desporto Sénior, e no qual tivemos a oportunidade de Norte a Sul do país, de distribuir 100 kits de material desportivo por instituições que trabalham com pessoas idosas. Foi uma forma de deixarmos a nossa mensagem #BEACTIVE, ao distribuímos este kit específico para este segmento etário, bem como tutoriais em vídeo e brochuras a quem trabalha com esta população, com diversas sugestões e recomendações de exercícios para desenvolver em segurança."

Sónia Paixão - Vice-Presidente do IPDJ, I.P.

Entrega de embarcações - Desporto Escolar

[Parque Urbano do Albarquel - Setúbal]



No Parque Urbano de Albarquel, em Setúbal, houve a entrega de embarcações a clubes náuticos no âmbito do desporto escolar. Deste modo, atividades náuticas como a canoagem, vela e remo podem ser praticadas por todos, independentemente das suas condições socioeconómicas, promovendo a igualdade de oportunidades da população infantojuvenil. A cerimónia contou com as presenças do Presidente do IPDJ, I.P. e do embaixador Jorge Pina.



Fórum Nacional do Desporto para Todos

[Evento Nacional *Online*]



O I Fórum Nacional de Desporto para Todos, foi realizado a 30 de setembro (1ª sessão) e a 7 de outubro (2ª sessão), com transmissão em direto nas redes sociais para todo o país (com uma assistência a ultrapassar o meio milhar de visualizações).

No segundo painel, destaque para o papel dos municípios no Desporto para Todos, assim como para os planos estratégicos de desenvolvimento desportivo municipal.

Na 2ª sessão, depois da abertura por parte da Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, o tema tocou as questões do desporto em contexto laboral, que contou com a participação do embaixador Pedro Oliveira (BP Portugal), e de Joana Oliveira (Lipor). O Fórum teve ainda como objetivo o reconhecimento das boas práticas nacionais de várias associações, clubes e federações.

No primeiro painel da 1ª Sessão, o tema tocou os diferentes segmentos da população: crianças e jovens; adultos e idosos; mulheres; pessoas com deficiência. Variantes apresentadas por um grupo heterogéneo de oradores, desde académicos a técnicos e eleitos das autarquias, das mais variadas organizações.



Encerramento da SED 2020

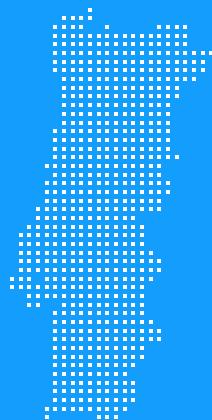
Pese o ano atípico que temos vivido, a Semana Europeia do Desporto 2020 veio demonstrar que é possível ser-se ativo e realizar eventos desportivos cumprindo com as normas de higiene e segurança impostas pela DGS.

62

Foram mais de 850 as iniciativas, com o envolvimento de 150 autarquias e mais de 1250 atividades, presenciais ou através de plataformas *on-line* que colocaram cerca de 1.000.000 de cidadãos em movimento. Incorporou-se, desta forma, o novo desígnio de levar a SED às pessoas em vez de trazer as pessoas à SED.

Como sempre, o objetivo da Semana Europeia do Desporto, para além de celebração da iniciativa da Comissão Europeia, é prolongar os seus efeitos, de promoção da atividade física junto de todos os cidadãos, pelo resto do ano.

É possível ser ativo durante todo o ano, por isso, seja ativo. Até para o ano e #BEACTIVE!



#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

23 - 30 setembro



INICIATIVAS
+850



PARTICIPANTES
+1 000 000



MUNICÍPIOS
150



ATIVIDADES
+1 242



*A resposta que nos foi dada pelos nossos parceiros, municípios e clubes, neste período de confinamento e pandemia, que coincidiu com a realização da Semana Europeia do Desporto, permite-nos continuar a acreditar e foi claramente um sinal de esperança relativamente aos tempos que enfrentamos e que ainda teremos de enfrentar. Não podemos ficar para trás e não podemos deixar de praticar atividade física, seja em contexto formal ou informal! A Semana Europeia do Desporto foi a prova cabal disso mesmo porque “obrigou-nos” a reinventar e continuar a proporcionar à população momentos para que se mantenham ativos. Fosse a nível presencial ou usando as diversas plataformas *on-line*, voltamos a conseguir mobilizar cerca de 1.000.000 de cidadãos, em mais de 850 iniciativas com mais de 1250 atividades, contando com a colaboração de 150 municípios, autarquias e das nossas direções regionais. Bem-haja todos que tornaram possível a realização da 6ª Edição da Semana Europeia do Desporto, acreditando que era possível e tornando possível levar, uma vez mais, a mensagem #BEACTIVE a todo o país. Cumprimos assim o desígnio inicial de levar a Semana Europeia do Desporto à população, em vez de trazer a população à Semana Europeia do Desporto.*

63

Vitor Pataco - Presidente do IPDJ, I.P.

Conferências & Seminários



23 de julho



8 de setembro



24 de setembro



24 de setembro

64 I Webinar "Como implementar a Semana Europeia do Desporto nos Municípios?"

Dedicado aos Municípios #BEACTIVE e desenvolvido em parceria com a Associação Portuguesa de Gestão do Desporto (APOGESD). Uma oportunidade para desenvolver, junto das comunidades locais e respetivo tecido associativo, novas oportunidades de implementação da Semana Europeia do Desporto 2020 neste contexto atual.

II Webinar "Boas práticas no planeamento da Semana Europeia do Desporto"

Dedicado aos Municípios e desenvolvido em parceria com a APOGESD - Associação Portuguesa de Gestão do Desporto. Conhecer as estratégias e ações dos municípios e os programas que as direções regionais do IPDJ, I.P. desenvolveram, junto das comunidades locais e respetivo tecido associativo, no âmbito da SED 2020.

Seminário "O Papel de Pierre de Coubertin no Desporto Europeu"

Vítor Pataco, Presidente do IPDJ, I.P., deu as boas-vindas na sessão de abertura do Seminário que contou com as intervenções de Nelson Todt, Presidente do Comité Brasileiro Pierre de Coubertin, de Stephan Wassong, Presidente do International Pierre de Coubertin Committee, e de Aníbal Justiniano, ex Deão da Academia Olímpica de Portugal (AOP). O Seminário teve como moderador Alexandre Mestre, Presidente do Comité Português Pierre de Coubertin.

Webinar "Desporto Outdoor"

O Webinar "Desporto Outdoor" contou com a participação das Embaixadoras Patrícia Matos e Elisabete Jacinto e da Vice-Presidente do IPDJ, I.P., Sónia Paixão, onde se debateu o desporto *outdoor* no contexto do desporto para todos, assim como as valências da rede europeia; o turismo de natureza e as atividades ao ar livre; a importância do desporto *outdoor* para o desenvolvimento social e económico das comunidades rurais; também a promoção da saúde; a mitigação das alterações climáticas; a descoberta de Portugal e a Rede Nacional de Percursos Pedestres.

65



25 de setembro

66 Webinar "Desporto e Saúde Mental nos Jovens"

O Webinar "Desporto e Saúde Mental nos Jovens" foi realizado, no âmbito do Dia Europeu do Desporto na Escola, com a participação do Prof. Dr. Nuno Corte-Real, especialista e professor de Desporto da Universidade do Porto (Laboratório de Psicologia no Desporto), das atletas e embaixadoras #BEACTIVE Naide Gomes e Marta Paço, moderado por José Carlos Sousa, Diretor de Serviços de Projetos Educativos da DGE e com a participação das crianças e jovens do Agrupamento de Escolas de Colmeias.



29 de setembro

Conferência Nacional online "Desporto e Saúde Mental dos Estudantes"

A Conferência Nacional *online* "Desporto e Saúde Mental dos Estudantes" foi pela FADU e inserida no âmbito da comemoração do Dia Internacional do Desporto Universitário, integrada no mote "Desporto Sim, Isolamento, Não", com a participação de Vítor Pataco, presidente do IPDJ, I.P.



23 de setembro a 30 de outubro

1º Fórum Nacional Desporto para Todos

A partir do Pavilhão Municipal de Odivelas e através da transmissão em direto nas redes sociais para todo o país, decorreu o 1º Fórum Nacional Desporto para Todos com a presença do presidente do IPDJ, I.P., Vítor Pataco, da vice-presidente, Sónia Paixão, do vereador do desporto da Câmara Municipal de Odivelas, Paulo César Teixeira. O Fórum contou com a moderação da embaixadora Patrícia Matos e de Paulo Rocha, chefe de divisão de Desporto para Todos do IPDJ. Um momento relevante para promover a generalização da prática



67

desportiva junto dos diferentes segmentos da população e dos vários setores da sociedade, identificando ainda boas práticas que merecem ser distinguidas pelo trabalho desenvolvido neste domínio.

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

