

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO



2022

IMPACT REPORT

PORTUGAL 2022

#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

8.ª EDIÇÃO - 23 A 30 DE SETEMBRO DE 2022

A **Semana Europeia do Desporto (SED)** voltou em força com a realização da sua 8.ª edição! Com o arranque realizado no Vysehrad Park em Praga, Chéquia, a SED continua a ser o maior movimento de promoção do Desporto e da Atividade Física na Europa, motivando milhões de Europeus a adotar estilos de vida mais ativos e consequentemente mais saudáveis não só durante a semana, mas ao longo de todo o ano.

Coordenada em Portugal pelo **Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ)**, a SED está estruturada em torno das principais temáticas: Desporto Inclusivo, Desporto Sénior, Desporto no Trabalho, Desporto Náutico, Desporto Outdoor e Desporto na Escola, contando este ano também com os *Youth Sport Labs*, desafio proposto pela Comissão Europeia que o IPDJ aceitou, como forma de colocar os jovens a discutir a temática do desporto tendo como objetivo a sua promoção e, por inerência, o estímulo da prática da atividade física.

Uma vez mais o IPDJ contou com a preciosa colaboração dos seus parceiros institucionais e Direções Regionais, contando com uma participação massiva das regiões autónomas dos Açores e da Madeira, mantendo o desígnio e principal lema da campanha - **#BEACTIVE em qualquer Lugar, em qualquer Momento, sempre em Segurança!**





Mensagem do Secretário de Estado da Juventude e do Desporto

João Paulo Correia

"Estamos a iniciar a semana da Semana Europeia do Desporto. Queremos que, a iniciativa do IPDJ com o apoio dos municípios, permita o incremento da atividade física, mas também sirva para comemorar o que têm sido os bons resultados obtidos por uma jovem geração, em várias modalidades. O que também nos diz que estamos num novo ciclo, de crescimento, e esperamos que esta semana também contribua para isso. Nesse sentido, a Semana Europeia do Desporto conta como figuras inspiradoras os 34 embaixadores da iniciativa, entre os quais os medalhados olímpicos Fernanda Ribeiro, Francis Obikwelu, Emanuel Silva e Vanessa Fernandes e os ex-futebolistas Pedro Pauleta e Nuno Gomes. Essa também é uma das missões desta Semana Europeia do Desporto. Porque quando falamos de desporto, falamos de valores, de inclusão, solidariedade, sustentabilidade, tolerância. São valores fortes, sólidos e nobres. O desporto é uma força social que chega a todos os cantos, a todas as comunidades e a todas as idades, também queremos que esta semana represente isso".





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

Vítor Pataco

"Neste dia da abertura oficial da Semana Europeia do Desporto, gostaria de deixar uma mensagem, um apelo, a todos aqueles que contribuem para que a nossa população seja fisicamente ativa, desde os clubes, as escolas, as federações, as autarquias, as empresas, vamos todos ampliar esta mensagem, no sentido de Portugal ser um país fisicamente mais ativo e recuperar o atraso que tem relativamente aos nossos parceiros europeus. #BEACTIVE ALWAYS! #BEACTIVE SEMPRE!"



Embaixadores #BEACTIVE

A 8.ª edição da SED contou com a colaboração de **34 Embaixadores #BEACTIVE**, que conscientes da importância desta iniciativa, não quiseram deixar de aproveitar a oportunidade de reforçar a importância da prática da atividade física e desportiva em qualquer idade, e ao longo de todo o ano.

Este ano foram **Embaixadores #BEACTIVE** em Portugal:

Vanessa Fernandes, Fernanda Ribeiro, Marta Paço, Armindo Araújo, Miguel Maia, Jorge Gabriel, Emanuel Silva, Francisca Laia, Madjer, Patrícia Matos, Elisabete Jacinto, Simone Fragoso, Adelaide Patrício, Naide Gomes, Diana Gomes, Lorene Bazolo, Francis Obikwelu, Carlos Lopes, João Pedro Pais, Pedro Oliveira, Jorge Pina, Nuno Delgado, Miguel e Pedro Pinto (Iron Brothers), Nelson e Sérgio Rosado (Anjos), Mauro Policarpo, Nuno Vitorino, Nuno Gomes, Pedro Pauleta, Maria Caetano, Comendador Rui Nabeiro, Paula Saldanha, José Rodrigues, Bernardo Pereira, Francisco Gouveia.



Biografia dos Embaixadores #BEACTIVE



Armindo Araújo

Piloto, automobilismo. Disputou a sua primeira prova de ralis no ano 2000, tendo conseguido no final da temporada o título absoluto no Campeonato de Promoção.



Miguel Maia

Voleibol de praia, atleta olímpico com um percurso invejável tanto na variante indoor como na areia. Por muitos considerado o melhor jogador de sempre da modalidade.



Jorge Gabriel

Jornalista e apresentador de televisão. Apresentador de programas desportivos, é atualmente o apresentador do programa da manhã "Praça da Alegria" na RTP.





Emanuel Silva

Canoagem, atleta olímpico. Finalista nos Jogos Olímpicos de Atenas e vencedor da medalha de Prata em K-2 1000m em Londres 2012.



Francisca Laia

Canoagem, atleta olímpica. Participou nos Jogos Olímpicos do Rio de Janeiro 2016. Medalha de prata em K1 200m, na Taça do Mundo II 2022 em Poznan, Polónia.



Madjer

Antigo jogador de futebol de praia. Tricampeão do Mundo. Vencedor do prémio de Melhor Jogador do Mundo por cinco vezes (2002, 2005, 2006, 2015 e 2016) e eleito Melhor de Sempre pela France Football.





Patrícia Matos

Diretora de Inovação do Grupo Global Media, passou pelo Parlamento Europeu e foi jornalista da TVI e TVI24 durante 13 anos. É uma adepta do desporto e pratica regularmente boxe, yoga e ginásio.



Elisabete Jacinto

Piloto todo-o-terreno de moto e camião, com carreira internacional em moto até 2021 e camião no Dakar até 2019.



Simone Fragoso

Natação, atleta paralímpica. Professora de natação, participou em 3 jogos paralímpicos: Pequim 2008, Londres 2012 e Rio de Janeiro 2016. Medalha de ouro no campeonato do mundo de nanismo em Birmingham 2008.





Adelaide Patrício

Professora, treinadora e fundadora do Clube Filipa de Lencastre Voleibol. Supervisora dos Jogos internacionais da FISEC. Treinadora e seleccionadora escolar de Voleibol.



Naíde Gomes

Atletismo, atleta olímpica. Foi a primeira atleta portuguesa a conquistar uma medalha de ouro nos Mundiais de atletismo de 2018 em pista coberta na modalidade de salto em comprimento.



Diana Gomes

Natação, atleta olímpica. Foi a nadadora mais nova a participar em jogos olímpicos, Atenas'2004 e Pequim'2008, Bicampeã da Europa Júnior, recordista de todas as distâncias em Bruços.





Lorene Bazolo

Atletismo, atleta olímpica. Atleta Olímpica 2012, 2016 e 2021. Recordista de Portugal dos 60m, 100m e 200m, de 2016 a 2022 participou em todos os campeonatos da Europa e do mundo em pista coberta e a livre.



Francis Obikwelu

Atletismo, atleta olímpico. Medalha de prata nos Jogos Olímpicos de Atenas em 2004. Campeão Europeu dos 100 metros em Munique 2002 e Gotemburgo 2006. Em maio de 2015, foi feito Grande-Oficial da Ordem do Infante D. Henrique.



Carlos Lopes

Atletismo, atleta olímpico. Foi o 1º campeão olímpico português na prova da Maratona nos Jogos Olímpicos de Los Angeles em 1984. Sobressaiu tanto nas provas de pista, como nas de estrada e de corta-mato.





João Pedro Pais

Músico e ex-atleta internacional na modalidade Luta Greco-Romana, com vários títulos alcançados. É um músico, cantor com duas décadas de carreira artística, centenas de concertos e cerca de 420 000 discos vendidos.



Pedro Oliveira

Judo, atleta de judo. Medalha de bronze no Campeonato do Mundo de Judo de Veteranos (escalão 40-45 anos / -81kgs). Campeão do Mundo de veteranos na categoria 50-55 anos (81kgs). Campeão Nacional de Judo em todas as categorias de Juvenis a Seniores entre 1983 e 1995.



Jorge Pina

Atletismo, atleta paralímpico. Iniciou a sua carreira desportiva aos 11 anos, com o boxe onde alcançou vários títulos nacionais. Em 2006 perdeu a visão e tornou-se atleta paralímpico na área do atletismo (maratona).





Nuno Delgado

Judo, atleta olímpico. Distinguido com o Grau de Comendador da Ordem de Infante D. Henrique, pelo Presidente da República em 2015. Conquistou a 1.ª Medalha Olímpica na modalidade de Judo em Portugal.



Miguel e Pedro Pinto (Iron Brothers)

Atletismo e Triatlo, provas Ironman. Irmãos que lutam pela inclusão de pessoas com paralisia cerebral no desporto e na sociedade, através da participação em provas de corrida e triatlo. Em junho de 2021 tornaram-se na primeira dupla europeia e terceira a nível mundial a concluir uma prova de distância Ironman.



Nelson e Sérgio Rosado (Anjos)

Músicos, considerados por muitos, o duo de maior sucesso em Portugal, formado pelos irmãos Nelson e Sérgio Rosado. Praticantes de BTT e entusiastas de desporto no geral.





Mauro Policarpo

Personal Trainer. Treinador de Ginástica Acrobática, integrando as Seleções Nacionais desde 2017 (Vice-Campeão do Mundo em Equilíbrio e Vice-Campeão do Mundo por equipas).



Nuno Vitorino

Surf, atleta paralímpico. Aos 18 anos de idade sofreu um acidente com arma de fogo que o deixou tetraplégico. Atleta da Seleção Portuguesa de Surf nos campeonatos de Surf Adaptado, atual campeão da Europa e o 4.º melhor atleta do mundo.



Nuno Gomes

Jogador de Futebol Profissional. Representou o Sport Lisboa e Benfica entre 1993 – 2013, com uma passagem pela Fiorentina, Itália, entre 2000 e 2002. Campeão Europeu de Sub-18 ao serviço da seleção portuguesa.





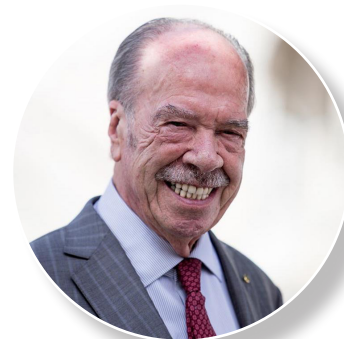
Pedro Pauleta

Jogador de Futebol Profissional. Foi sempre o melhor marcador das equipas por onde jogou. Jogou no Salamanca – Espanha, no Deportivo da Corunha – Espanha, no Bordéus e no Paris St. Germain, num total de 256 golos em 494 jogos.



Maria Caetano

Hipismo Dressage, atleta Olímpica em Tóquio 2020, seis vezes Campeã Nacional e nove participações em Campeonatos da Europa.



Comendador Rui Nabeiro

Empresário. Em janeiro de 2006 foi distinguido como Comendador da Ordem do Infante D. Henrique pelo Presidente português. Considerado um dos grandes empresários portugueses, com notável sucesso no panorama económico nacional.





Paula Saldanha

Judo, atleta olímpica. Praticante de Judo desde os 7 anos, representou a seleção nacional entre 1988 e 2003. Atualmente é Árbitro Internacional de Judo - Licença A.



João Rodrigues

Vela, atleta olímpico. Com participação nos Jogos Olímpicos desde Barcelona 92 a Rio 2016, tendo sido Porta-Estandarte nestes últimos. Campeão do Mundo em 1995, vice-campeão do Mundo em 2008, campeão da Europa em 1996, 1997 e 2008.



Bernardo Pereira

Canoagem de mar. Campeão nacional de seniores, no seu primeiro ano na categoria de Surfski. Cinco vezes Campeão Nacional de Canoagem de Mar. Em 2021 foi campeão da Europa e do Mundo na categoria júnior.





Francisco Gouveia

Atletismo adaptado. Jovem atleta que alcançou na modalidade de atletismo adaptado mais de 60 medalhas. Em 2022, obteve sete medalhas no Campeonato do Mundo para atletas com Síndrome de Down.



Principais Dados e Indicadores da SED 2022

Estiveram envolvidos na SED, cerca de **dois milhões de participantes**, nas mais de **1700 atividades** realizadas em Portugal continental e nas regiões autónomas dos Açores e da Madeira.

Das várias iniciativas desenvolvidas por todo o Portugal continental e ilhas, destacam-se as iniciativas **#BEACTIVEemFamília** e **#BEACTIVENight**, que decorreram em Lisboa, no Jamor, e em Vila Nova de Famalicão, no Parque da Devesa. O **#BEACTIVEemFamília**, uma iniciativa dirigida às famílias e a todas as pessoas em geral, decorreu em ambiente de ar livre e natureza, com o principal objetivo de proporcionar a experimentação de mais de **50 atividades/modalidades** a mais de 2000 participantes - canoagem, golfe, boxe, danças, jogos tradicionais, atividades no âmbito do ambiente e sustentabilidade, entre outras. A iniciativa **#BEACTIVENight** teve as suas corridas/caminhadas de 5 km ao final do dia, contando com cerca de **5000 participantes** em Oeiras e Vila Nova de Famalicão.

PRINCIPAIS INDICADORES:

TOTAL NACIONAL DE ATIVIDADES REGISTADAS	1159
TOTAL NACIONAL DE ATIVIDADES EFETUADAS	1761
TOTAL NACIONAL DE MUNICÍPIOS REGISTADOS	176
PARTICIPANTES NAS ATIVIDADES REGISTADAS	260725
PARTICIPANTES NAS ATIVIDADES NACIONAIS	1114800
TOTAL PARTICIPANTES NAS ATIVIDADES	1375525



Em 2022 continuou a dar-se primazia e a estimular a promoção de base local, com um maior envolvimento dos Municípios e tecido associativo, como demonstram os dados acima apresentados. Atividades registadas no website www.beactiveportugal.ipdj.pt

No **Dia Europeu do Desporto na Escola**, registaram-se para participar **592 escolas e agrupamentos de escolas**, num total de **366.000 alunos participantes**. **A Maior Aula de Educação Física do Mundo**, contou com a participação de **205 escolas** num total de **24.415 participantes**.

O **Dia do Desporto Inclusivo**, organizado em parceria com a **FENACERCI**, contou com a participação de **1500 pessoas** com deficiência intelectual e/ou multideficiência, e **100 organizações** da rede de associadas e congéneres da FENACERCI. Foram também apoiadas **28 organizações** com um voucher no valor de 250€ para aquisição de material desportivo, enquadrado no projeto **Hora #BEACTIVE 2022**.

No **Dia do Desporto Sénior**, que contou com a parceria da **RUTIS** (Rede de Universidades Seniores), **57 universidades seniores** participaram em diversas caminhadas organizadas no âmbito da **III Caminhada Europeia das Universidades Seniores**, num total de **1.264 pessoas** envolvidas e **6.710 km percorridos**. Foram distribuídos a cerca de **250 entidades** de apoio á população sénior, 1 kit de material adequado á sua prática desportiva.

No **Dia do Desporto no Trabalho** foi apresentada a **PAUSA #BEACTIVE**, um conjunto de recursos técnicos digitais e vídeos, com a duração de cerca de 5 minutos, com sugestões de exercícios de reforço muscular e/ou alongamentos para serem realizados no local de trabalho/teletrabalho.

O último dia da SED 2022 foi marcado pela realização do **III Fórum Nacional do Desporto para Todos**. Dando sequência ao trabalho realizado no âmbito do **Youth Sport Labs**, foram apresentados dois painéis com moderadores, subordinados aos temas “Desporto e Sustentabilidade” e “Jovens e o Desporto”. Na sessão de encerramento da SED, teve lugar uma performance teatral e uma sessão de exercício promovida pela Portugal Ativo.



Distribuição Nacional das Atividades Realizadas Números em Portugal e na Europa

Distrito:	Atividades:	Municípios:	Participantes:
AÇORES	220	18	14788
AVEIRO	69	14	8674
BEJA	25	6	2555
BRAGA	67	10	54586
BRAGANÇA	46	4	2768
CASTELO BRANCO	27	3	3718
COIMBRA	117	11	10208
ÉVORA	18	3	7186
FARO	72	12	18963
GUARDA	8	3	2130
LEIRIA	46	10	9050
LISBOA	395	12	58903
MADEIRA	100	11	10240
PORTALEGRE	34	7	2802
PORTO	207	16	35527
SANTARÉM	36	14	5649
SETÚBAL	92	9	4368
VIANA DO CASTELO	29	3	2579
VILA REAL	23	6	4856
VISEU	10	4	1175
Totais	1641	176	260725
Nacionais	120	0	1114800
Totais	1761	176	1375525

PORTUGAL

- Cerca de **2 000 000** de participantes
- Mais de **2 000** atividades registadas
- Mais de **170** Municípios participantes

EUROPA

- **40** Países e Regiões
- **32 869** Eventos
- **+ de 13 000 000** Participantes

Nota: Valores contabilizados apenas pelos registos de atividades e estimativa de participantes no website www.beactiveportugal.ipdj.pt à data de 30/09/2022.

CLIPPING

Segundo dados fornecidos pela empresa CISION, durante o mês de setembro, foram publicados cerca de 684 artigos referentes à Semana Europeia do Desporto 2022, nos diversos meios de comunicação social. O levantamento destes dados, permitiu aferir um valor do Clipping, estimado pela CISION em 2 000 035,30€.

SED 2022: RESULTADOS GLOBAIS

	Notícias	ROI (k€)	Audiências (M. views)
PRESS	12	21,36	0,29
RÁDIO	5	1,09	0,07
TV	11	1113,39	0,64
WEB	69	255,97	4,03
<i>O nosso PR</i>	97	1391,80	5,03
Total SED	684	2035,30	10,51



REDES SOCIAIS

Em 2022 manteve-se a estratégia para o aumento da visibilidade e alcance da mensagem #BEACTIVE, que resultou num aumento significativo de interação com público.



Facebook | A rede social de Facebook apresentou os seguintes números:

- **50 531** seguidores (+10 438 novos seguidores);
- **466** publicações;
- **3 380 000** pessoas alcançadas.



Instagram | O Instagram registou os seguintes números:

- **15 743** seguidores (+5 509 novos seguidores);
- **465** publicações;
- **895** stories (mais 334 em relação à SED 2021).



LinkedIn | O LinkedIn conta neste momento com:

- **1 706** seguidores (+998 seguidores);
- **140** publicações que refletem 14 689 impressões;
- **560** visualizações da página, (+ 84 que na SED 2021).

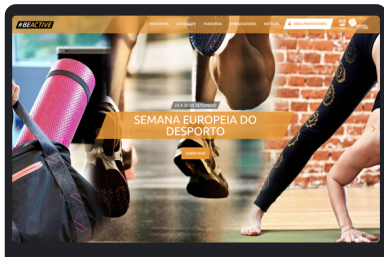


Twitter | A rede social Twitter neste momento conta com:

- **2 542** seguidores (+ 274 em relação à SED 2021);
- **128** publicações no mês de setembro que fez com que os tweets ganhassem 10 700 impressões.



WEBSITE



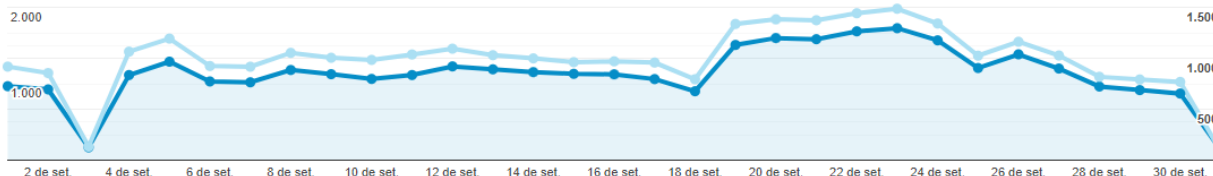
Usuários	Sessões	Taxa de rejeição	Duração da sessão
31 mil ↑ 569,5%	38 mil ↑ 588,1%	72,22% ↑ 6,9%	1 min 17 s ↓ 16,3%



1 de set. de 2022 – 30 de set. de 2022 ▼

VISÃO GERAL DO PÚBLICO ➤

● Usuários ● Novos usuários



Usuários

31.638

Novos usuários

30.925

Sessões

38.126

Número de sessões por usuário

1,21

Visualizações de página

70.367

Páginas / sessão

1,85

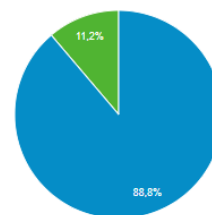
Duração média da sessão

00:01:17

Taxa de rejeição

72,25%

■ New Visitor ■ Returning Visitor



Nota: Valores contabilizados apenas pelos registos de atividades e estimativa de participantes no website www.beactiveportugal.ipdj.pt à data de 30/09/2022. Dados estatísticos fornecidos pela Google Analytics.



Programa Oficial Semana Europeia do Desporto 2022



TEMÁTICAS POR DIA

Data	Temática
20/set	Conferência de imprensa
23/set	Desporto e Ensino Superior #BEACTIVE Day, Dia do fitness Youth Sport Labs
24/set	#BEACTIVE em Família #BEACTIVE Night
25/set	Desporto Náutico Desporto na Natureza Bike Day
26/set	Desporto no Trabalho
27/set	Desportos Urbanos Desporto em Casa
28/set	Desporto Inclusivo
29/set	Desporto Sénior
30/set	Desporto na Escola III Fórum Nacional Cerimónia de Encerramento



23 - 30 setembro



20 setembro | Apresentação da SED 2022

A apresentação da 8.ª edição da Semana Europeia do Desporto (SED), decorreu no Centro de Alto Rendimento do Jamor. Contou com uma excelente exibição da classe de Ginástica Acrobática do SCP.

Fizeram parte deste dia, o Sr. Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Correia, o Conselho Diretivo do IPDJ, I.P. os Embaixadores **#BEACTIVE**, Patricia Matos, Elisabete Jacinto, Jorge Pina, Francis Obikwelu, Adelaide Patrício, Nuno Delgado, Simone Fragoso, Pedro Pauleta, Armindo Araújo, Mauro Policarpo, Bernardo Pereira, Lorene, Bazolo, Nuno Gomes, Sérgio Rosado (Os Anjos), Nuno Vitorino, Paula Saldanha, Diana Gomes, Fernanda Ribeiro, Emanuel Silva, Marta Paço e Iron Brothers.

Nesta cerimónia foi apresentado o programa da SED 2022, estruturado em torno das seguintes temáticas centrais: Desporto Inclusivo, Desporto Sénior, Desporto no Trabalho, Desporto Náutico, Desporto Outdoor, Desporto na Escola e Youth Sport Labs.

"A Semana Europeia do Desporto, como sabem, é um projeto da Comissão Europeia, coordenado em Portugal pelo IPDJ. Como tal, os nossos objetivos vão de encontro aqueles que são os objetivos principais desta semana europeia do desporto, tornar Portugal num país fisicamente mais ativo. É importante trabalhar nesse sentido pois isso tem impacto no plano da saúde, da economia, no plano da coesão social o que é absolutamente central. Pretendemos que neste período, pelo menos 1 500 000 de portugueses tomem contacto com a semana europeia do desporto, independentemente da sua localização geográfica, da sua condição física, da sua idade ou do sexo. Por isso, o IPDJ tem como objetivo, esta apropriação da mensagem #BEACTIVE!"

Mensagem de Vítor Pataco, Presidente do Instituto Português do Desporto e Juventude





23 setembro | Desporto e Juventude “Youth Sport Labs”

Em “Ano Europeu da Juventude”, o IPDJ pretendeu lançar um desafio aos jovens para participarem nos *Youth Sport Labs*, que se realizaram em cada uma das cinco direções regionais e nas Regiões autónomas da Madeira e Açores, com o compromisso assumido pelo IPDJ de analisar as conclusões produzidas em prol do Desporto e da Juventude em Portugal.

Nesta primeira edição dos *Youth Sport Labs* foram propostos dois grandes temas:

1. Desporto na Natureza e Sustentabilidade Ambiental, com enfoque para o papel do desporto na conservação da natureza através de ações de voluntariado jovem;
2. Jovens e o Desporto, Escolar, Universitário, Clubes Desportivos e Fitness – analisando as determinantes da prática desportiva nas suas várias vertentes.





23 setembro | Desporto e Ensino Superior



24 setembro | #BEACTIVE em Família | #BEACTIVE NIGHT | Dia Europeu do Professor de Educação Física - Leiria

#BEACTIVE em Família | CDN do Jamor

Com o objetivo de promover atividades em família e incentivar a prática desportiva entre pessoas de todas as idades, o IPDJ, proporcionou no Centro Desportivo Nacional do Jamor, uma tarde repleta de ativações com o #BEACTIVE em FAMÍLIA. Mais de 20 modalidades estiveram à disposição da população para experimentação: voleibol, skate, canoagem, boxe, judo, circuito de obstáculos, equitação, ciclismo, basquetebol, stand up paddle, minigolfe, karts sem motor, parede de escalada, minicircuito de aventura, futebol, atletismo, vela, mergulho, ténis, surf skate / surf Indoor e ginástica.



#BEACTIVE em Família | Parque da Devesa V.N. de Famalicão

Dinamização de diversas atividades, abertas ao público em geral e sem inscrição prévia, permitindo a experimentação das mais variadas modalidades desportivas.

(BeSports - Espaço de promoção e experimentação de atividades desportivas organizadas em parceria com o tecido associativo local. BeStreet - Espaço de promoção e experimentação de jogos de rua em contexto de torneio. Belnformed - Espaço para promoção, discussão e reflexão de temáticas relacionadas com o fenómeno desportivo. BeMoove - Espaço para demonstração e experimentação de aulas de grupo. BeHealthy - Posto de rastreio cardiovascular gratuito).



Além do **#BEACTIVE em Família**, o IPDJ promoveu no mesmo dia o **#BEACTIVE NIGHT**, uma corrida/caminhada de 5 km em dois palcos: no **Centro Desportivo Nacional do Jamor e no Porto** (Parque da Cidade). Mais de **6.000** participantes aderiram a esta iniciativa.



25 setembro | Desporto Náutico

Programação específica das várias federações envolvidas (FP de Remo, Canoagem, Vela, Pescas, Motonáutica, Subaquáticas, Natação e Triatlo).



25 setembro | Desporto Outdoor & Mobilidade Ativa

Desporto Outdoor e Bike Day: Programação específica das várias entidades e federações envolvidas (Ciclismo, Orientação, Campismo e Montanhismo, Atletismo).



25 setembro | Desporto no Trabalho

Disseminação da Campanha **#BEACTIVE AT WORK** pela Administração Pública.

Foi realizada uma caminhada pelos funcionários, colaboradores e Conselho Diretivo do IPDJ, desde a sede do IPDJ até ao Parque Eduardo VII. O Presidente do IPDJ, Vítor Pataco, deixou uma mensagem a todos no final desta atividade.



27 setembro | Desporto Inclusivo

Desporto Inclusivo e Mobilidade Ativa Ciclável Pessoas com deficiência.

Em parceria com a FENACERCI as Federações, Associações e clubes promoveram atividades de experimentação para pessoas com deficiência. De forma a apoiar este movimento nacional, o IPDJ atribuiu 28 vouchers #BEACTIVE no valor de 250€, para a aquisição de material desportivo, enquadrado no projeto Hora#BEACTIVE 2022, num total de 7.000,00€



28 setembro | Desportos Urbanos

Experimentação de desportos urbanos a nível nacional, nomeadamente Street Basket, Parquor, Skate, Inline e Escalada.

Inauguração de um campo de Basket Street nas Caldas da Rainha.



28 setembro | Desporto em Casa

Disseminação de um conjunto de vídeos nas redes sociais, tendo como referência a campanha **#Ser Ativo em Casa**. Foi elaborado uma programação online com diferentes níveis de intervenção:

- 08h00 – desporto em casa antes de ir para o trabalho (público-alvo: homens em idade ativa);
- 10h30 – desporto em casa para pessoas seniores;
- 17h30 – desporto em casa / geral;
- 18h30 – desporto em casa para famílias.



29 setembro | Desporto Sénior e Dia Mundial do Coração

A Rede de Universidades Séniores (RUTIS) convidou as Universidades Seniores nacionais a dinamizarem uma caminhada de 3 a 10km, o IPDJ irá distribuir 800 kits de caminhada sénior (colete, mochila, chapéu), os Diretores regionais do IPDJ irão dar o tiro de partida de 5 caminhadas (1 por região), O IPDJ irá distribuir 100 kits de Desporto Sénior pelas entidades de apoio à população sénior (lares, centro de dia, ...)



30 setembro | Desporto na Escola - Dia Europeu Desporto na Escola

Para comemorar o *Dia Europeu do Desporto na Escola* foi realizada em Loures-Portela, a **Maior Aula de Educação Física do Mundo** com a participação de **160** escolas e **15 000** alunos, sob a batuta dos Embaixadores Escola Ativa, Prof. Manuela Candeias e Prof. Paulo Barrigana e com a participação de alguns alunos de outros países europeus como Espanha, Roménia e Turquia. Mais de **590** escolas/agrupamentos escolares, cerca de **350 000** alunos distribuídos por **297** localidades participaram ativamente na celebração deste dia.



30 setembro | III Fórum Nacional Desporto para todos

No Fórum foram abordados dois temas - **Desporto e Sustentabilidade**, e **Jovens e Desporto**. O fórum incidiu sobre a questão da Juventude, em ponte com os **Youth Sport Labs**, enquadrado no Ano Europeu da Juventude.



30 setembro | Sessão de Encerramento SED | DRLVT | 18h às 19h

Cerimónia de Encerramento SED, previstas as exposições Grupo refugiados / Imigrantes de Lisboa / Teatro de Dança apoiado pela Fundação Jorge Sampaio.

Discursos Encerramento: Conselho Diretivo do IPDJ e Embaixadores #BEACTIVE. Decorreu uma aula de dança promovida com o apoio da AGAP - Portugal Ativo.





#BEACTIVE

SEMANA EUROPEIA DO DESPORTO

