

Dia Mundial do Coração



O grupo que participou na caminhada em Montalvo

Sabe qual é o seu risco? foi o tema de 2008 para as comemorações do Dia Mundial do Coração, assinalado no domingo, 28 de Setembro, no âmbito das quais a autarquia promoveu duas caminhadas subordinadas ao mesmo tema em Montalvo e em Santa Margarida da Coutada.

O Dia Mundial do Coração assinala-se por iniciativa da

World Heart Federation, sendo em Portugal as actividades dinamizadas sob coordenação da Fundação Portuguesa de Cardiologia.

O principal objectivo desta iniciativa é reforçar a importância da realização de actividades físicas e desportivas e de um estilo de vida activo para um melhor coração e uma vida mais saudável.

No Dia Mundial do Coração, a Fundação Portuguesa de Cardiologia, em parceria com o Instituto do Desporto de Portugal e com a colaboração da Direcção-Geral da Saúde, do Instituto Português da Juventude, da Direcção-Geral de Inovação e Desenvolvimento Curricular, da Federação de Ginástica de Portugal, do INATEL – Instituto Nacional para Aproveitamento dos Tempos Livres dos Trabalhadores e da Confederação Portuguesa das Colectividades de Cultura, Recreio e Desporto, pretende mobilizar a população portuguesa para a participação em actividades físicas e desportivas, promovidas pelas Câmaras Municipais e por outras entidades locais.

Neste evento, a nota dominante foi a realização de actividades desportivas abertas à participação de todos os cidadãos, dirigidas a ambos os sexos e a todas as idades.

Com os mesmos objectivos preconizados para as iniciativas do Dia Mundial do Coração, também o grupo informal *Os Cansados*, de Montalvo, promoveu, em 28 de Setembro, um passeio de cicloturismo.



A caminhada em Santa Margarida