

Lamego assinala Dia Mundial da Atividade Física

written by O Cidadão | 8 de Abril, 2025



O Município de Lamego, em parceria com a Escola de Hotelaria e Turismo do Douro (EHTDL) e a Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC) de Lamego, promoveram esta segunda-feira, no Parque Isidoro Guedes, um **animado programa de iniciativas** que assinalou o **Dia Mundial da Atividade Física** e o **Dia Mundial da Saúde**.



Dia Mundial da Atividade Física – FOTO | CM LAMEGO

Marcaram presença os habituais participantes do Programa Diabetes em Movimento, os alunos da EHTDL e as crianças das Atividades de Ocupação dos Tempos Livres “Uma Doce Páscoa”.



Dia Mundial da Atividade Física – FOTO | CM LAMEGO

A realização de **rastreios** e o **incentivo à prática de atividade física por estações** (circuito) foram algumas das ações realizadas ao **ar livre**. Promover a saúde física e mental através da prática regular de exercício e reduzir o risco de aparecimento de doenças crônicas foram os principais objetivos desta ação.

OC/MP

FOTOS | CM LAMEGO