



Por uma causa.

Nos últimos anos, o desporto vem assumindo uma grande importância na nossa sociedade ao ponto de muitos autores considerarem o desporto como o espelho da sociedade, com o seu tipo de funcionamento, com as suas crises e contradições e também os seus sonhos e as suas esperanças.

Se antes se reconhecia no desporto uma via privilegiada para a saúde, física e mental, *mens sana in corpore sano*, o desporto moderno bem depressa se tornou numa ferramenta de progresso social, uma *escola* com alta vocação para a promoção da cidadania activa, da solidariedade, da tolerância, do respeito, da luta contra a discriminação - género, deficiência ou raça e de outros tantos valores emergentes nas sociedades democráticas.

O **Instituto do Desporto de Portugal, I.P.**, organismo público que tem por missão apoiar a definição, execução e avaliação da política desportiva no País, ciente da importância e alcance do desporto, e da força que este tem na mobilização dos cidadãos em torno de causas socialmente relevantes, criou, no **Centro Desportivo Nacional do Jamor**, o projecto **“Move-te por uma Causa”**.

Este projecto, de índole regular, tem como objectivo sensibilizar a população em geral para a defesa das causas afins, através da participação em actividades e eventos desportivos.

A primeira acção do **“Move-te por uma causa”** será realizada em parceria com a **Junta de Freguesia da Cruz Quebrada – Dafundo** e terá como objectivo a angariação de alimentos, roupa, livros e brinquedos para instituições e famílias mais carenciadas da Freguesia.

Em troca de actividades físicas promovidas pelo Centro Desportivo Nacional do Jamor, os participantes desta iniciativa poderão fazer o seu donativo ou adquirir uma senha de 2,5€ ou de 5€ para o mesmo fim, importância essa que será recolhida por elementos da referida Junta.

A iniciativa terá lugar nas **Piscinas do Jamor, entre 6 a 11 de Dezembro próximo, das 09h00 às 21h00**. Durante esta semana serão desenvolvidas uma série de actividades físicas (ver programa no verso), actividades musicais, terminando a iniciativa com uma grande caminhada no Sábado, dia 11, com início às 10h00, no átrio exterior das Piscinas do Jamor e com a actuação da Orquestra do SIMECQ, pelas 13h00.

Junte-se a nós. **Mova-se, por uma causa. Mova-se, por um Sorriso.**





Por uma causa.

Recolha de Alimentos, Roupas, Livros e Brinquedos
Centro Desportivo Nacional do Jamor
De 6 a 11 de Dezembro 2010
Entre as 9h00 e as 21h00

Programa de Actividades

| Dia | Hora | Actividade | Local |
|------------------|-------|---|--------------------------------------|
| Segunda-feira, 6 | 18h30 | Danças | Átrio interior das Piscinas do Jamor |
| Terça-feira, 7 | 18h30 | Bicicletas de <i>Indoor</i> | |
| Quarta-feira, 8 | 18h30 | Condicionamento Total | |
| Quinta-feira, 9 | 18h30 | Bicicletas de <i>Indoor</i> | |
| Sexta-feira, 10 | 18h30 | Danças | |
| Sábado, 11 | 10h00 | Caminhada | Átrio exterior das Piscinas do Jamor |
| | 13h00 | Orquestra SIMECQ (Aguarda confirmação) | |

Nota: Estas são algumas das actividades já definidas, mas durante a semana decorreram mais actividades. Durante as 9h00 e as 21h00, qualquer pessoa pode fazer actividade física utilizando o nosso material, disponível nas Piscinas do Jamor.

Mova-se, por uma Causa. Mova-se, por um Sorriso.

Mais informações em:
Gabinete de Reservas e Comunicação
Edifício das Piscinas do Jamor
Av. Pierre de Coubertin | 1495-751 Cruz Quebrada
Tel: 214 156 402 | 214 156 401 | 214 156 400
Dias úteis: das 10h00 às 18h00 | Sábados: das 09h00 às 13h00

Jamor.idesporto.pt

