

Dia do Desafio

Você se mexe e o mundo mexe junto

Adote hábitos saudáveis na sua rotina.
Participe do Dia do Desafio.

29.05

2013



Realização:

Prefeitura
Municipal

Fecomércio RS

Sesc

Dia do Desafio

Você se mexe e o mundo mexe junto

29.05 | 2013

Uma competição saudável entre cidades, onde a qualidade de vida e o bem-estar social são o maior prêmio. Realizado mundialmente, o Dia do Desafio propõe que as pessoas interrompam suas atividades rotineiras e pratiquem, por pelo menos 15 minutos consecutivos, qualquer tipo de atividade física. Mobilize a sua comunidade, movimente o seu corpo e participe deste superdesafio.

A competição

Um sorteio realizado em São Paulo vai definir as duas cidades de porte semelhante que irão competir entre si e envolver a maior porcentagem de pessoas em relação ao número de habitantes. Na verdade, a competição é apenas um estímulo à participação. Neste desafio, os grandes vencedores são as pessoas que, além do corpo, exercitam a integração social, a criatividade, a liderança e o espírito comunitário.

Como participar

A participação pode ser individual ou coletiva.

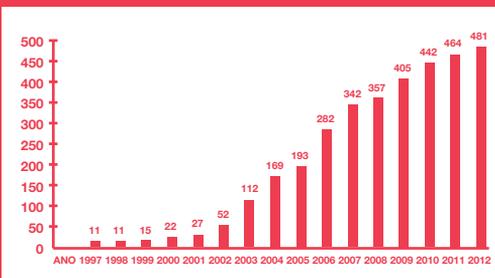
Individual: você realiza uma atividade física por, pelo menos, 15 minutos e depois registra a sua participação no centro coordenador da sua cidade ou no Sesc mais próximo.

Coletiva: você mobiliza as pessoas da sua rua, condomínio, escola ou empresa e participa de uma atividade física por, pelo menos, 15 minutos. Depois, registra o número de participantes e a atividade realizada, telefonando também para o centro coordenador da sua cidade ou para o Sesc mais próximo.

Importante

No dia 29 de maio, você tem até as 20h para registrar e informar ao centro coordenador do Sesc da sua cidade qual foi a atividade realizada, bem como o número de participantes.

Número de cidades participantes*



*Lei estadual número 12.492

ANO	Nº PARTICIPANTES	ANO	Nº PARTICIPANTES
1997	257.352	2005	3.881.939
1998	476.774	2006	4.232.497
1999	444.343	2007	4.144.199
2000	847.289	2008	4.074.370
2001	1.402.821	2009	4.123.905
2002	1.811.299	2010	4.085.736
2003	2.839.256	2011	3.781.974
2004	3.471.358	2012	3.920.792

www.sesc-rs.com.br

SescRS @sesc_rs