

Dia do Desafio 2020

Categoria: Educação, Cultura e Esportes

Data de Publicação: 21 de maio de 2020

O Dia do Desafio é uma campanha mundial de incentivo à prática de atividade física e esportes, realizada sempre na última quarta-feira do mês de maio. O objetivo é propor que as pessoas interrompam suas atividades rotineiras e pratiquem qualquer atividade física por pelo menos 15 minutos consecutivos, em prol do bem-estar e da qualidade de vida. Em virtude da pandemia do novo coronavírus não acontecerão atividades presenciais nas cidades gaúchas, a fim de evitar aglomerações. Porém, o desafio será mantido com uma grande novidade: a realização virtual. Neste ano, o Dia do Desafio, capitaneado pelo Sistema Fecomércio-RS/Sesc, convida as pessoas a realizarem as atividades físicas de casa. A ideia é reforçar que, principalmente, neste momento de isolamento social, se faz necessária a inclusão de atividades físicas na rotina para o bem-estar físico e mental. Os participantes devem desafiar a si e seus amigos postando um vídeo realizando alguma atividade física, marcando as hashtags #DDDonline e #DiadoDesafio2020. No dia 27 de maio, o evento será realizado por meio de uma programação virtual transmitida pela página do Sesc/RS no Facebook (www.facebook.com.br/sescrs) e pelos canais oficiais das Unidades Sesc e Senac de todo o Estado.