

# Ação "Espalhar Magia"



O Centro de Formação Desportiva de Atletismo AERDL estabeleceu parceria com o Centro de Formação Desportiva do Agrupamento de Escolas Mestre Domingos Saraiva, Professor Paulo Barrigana, e com a Associação Jorge Pina sob o lema Acção "Espalhar Magia" tem desenvolvido diversas acções com o intuito de passar uma mensagem de Esperança, de Resiliência, da Ética e dos Valores e da Importância do Desporto".



Esta parceria do CFD com o Jorge Pina, vem de longe e temos realizado acções presenciais e online nos mais variados âmbitos. O percurso de vida de um atleta que disputava o título mundial de Boxe e que depois cega... A forma como aceitou e partiu para a sua vida futura, o seu exemplo de Vida nesta Pandemia são mensagens muito fortes para os jovens deste País. Neste momento difícil da Nossa História, sabemos que a importância do Exercício Físico para a Saúde, nomeadamente os ganhos de peso associados do sedentarismo e ao confinamento, mas não só, o exercício é fundamental para a Saúde Mental dia jovens e não só.



A situação pandémica criou um espaço de oportunidade de reunião de diferentes escolas online. Foi o que aconteceu no passado dia 24 de fevereiro, alunos do 3º ano da EB1 S. João do Estoril estiveram num Webinar com alunos do 1º ano da EB1 Bairro São Miguel onde a mensagem de positividade e a importância da atividade física foram a tônica de uns momentos bem passados.

No dia 5 de março os alunos do AERDL terão oportunidade de participar juntamente com alunos da EP Nazaré e do AE Alapraia.

Professora Coordenadora CFD Lx Cidade

M<sup>a</sup> Cristina Antunes