



USP ESALQ – ACESSORIA DE COMUNICAÇÃO

Veículo: Diário Oficial

Data: 30/03/2010

Caderno / Página: - / IV

Assunto: USP promove evento para combater o sedentarismo

USP promove evento para combater o sedentarismo

O Centro de Práticas Esportivas da USP (Cepeusp) promove nos dias 6 e 7 de abril, na Cidade Universitária, na capital, a 12ª edição do evento *Cartão Vermelho ao Sedentarismo*. O evento será das 8h às 19h e oferece atividades físicas gratuitas para a comunidade interna e frequentadores da universidade. A programação completa está disponível no site do Cepeusp.

Na primeira edição do evento a proposta era incorporar a atividade física na vida das pessoas alheias à prática. Segundo a professora Carolina Magalhães, coordenadora, o ideal foi mantido e agora foram incorporadas avaliações físicas e nutricionais.

“Queremos que o *Cartão Vermelho* seja um grande motivador. Nosso foco principal estará nos funcionários da USP - é o grupo, entre os que compõem a comunidade de

peçoas da universidade, menos praticante de atividades físicas. E quem participar das avaliações poderá comparar seu desempenho no exame do ano seguinte”, explica Carolina.

Datas importantes – A expectativa dos organizadores é que 3 mil pessoas participem nos dois dias do evento. A escolha dos dias 6 e 7 de abril não é por acaso: em 6 de abril comemora-se o Dia Mundial da Atividade Física e no seguinte, o Dia Mundial da Saúde.

Uma das novidades para 2010 é o plano de dúvidas. Por meio dele, profissionais atenderão os interessados em questões ligadas à nutrição e atividade física.

“O *Cartão Vermelho* acaba sendo uma oportunidade única de integração para os professores do Cepeusp”, conta Carolina. Isso se deve, segundo a coordenadora, ao

fato de que as aulas abertas possibilitam o encontro entre os profissionais – algo que não ocorre nos dias regulares, quando rotineiramente os professores trabalham de forma individual.

Outro ganho profissional e acadêmico tem como principais beneficiários alunos da Escola de Educação Física e Esporte (EEFE) da USP: alguns deles atuarão como estagiários e participarão das avaliações realizadas no *Cartão Vermelho*.

Olavo Soares
Da USP Online

Serviço
Cepeusp - www.cepe.usp.br
Praça Prof. Rubião Meira, 61
Cidade Universitária – Tel. (11) 3091-3361

Esportes no câmpus de Bauru

A Seção de Eventos Culturais e Esportivos do câmpus de Bauru oferece diversas modalidades esportivas gratuitas. Segundo Luis Fernando Bernardi, responsável, as atividades representam oportunidade da prática voluntária de atividade física. E favorecem o bem-estar, a melhoria da qualidade de vida e a integração da comunidade.

As opções incluem ginástica laboral, academia de musculação, aulas de condicionamento físico e futebol de campo. Informações adicionais podem ser obtidas no ginásio de esportes e pelo telefone (14) 3235-8391.