

PROGRAMA

Março Azul - 2022

Mês Internacional de Sensibilização Contra o Cancro Colorretal

Em Portugal, o cancro colorretal é o cancro com maior número de casos por ano em Portugal (10.000) e todos os dias tira a vida a 11 portugueses.

Data	População Geral	Profissionais de saúde	Escolas
1 a 31 de março	Corrida Virtual "Faz das Tripas Coração" – Março Azul*		Corrida Virtual "Faz das Tripas Coração na Educação" – Março Azul**
11 de março	Aula de Body Balance pelo Ginásio Platinum Horário: 18h:00min Local: Presencial + Direto da Página de Facebook do Ginásio Platinum		
15 de março	Aula de Pilates pelo Ginásio Fitness Factory Horário: 11h:15min Local: Presencial + Direto da Página de Facebook do Ginásio Fitness Factory		
17 de março	Palestra "De Azul na Luta Contra o Cancro Retal" Horário: 18h:00min Local: Museu da Empresa da Eletricidade – Presencial + Online		
24 de março		Palestra "Importância da Implementação do Programa de Rastreio Organizado" Horário: 08h:00min Local: Biblioteca do Hospital Dr. Nélio Mendonça – Presencial + Online	

31 de março	Caminhada "Faz das Tripas Coração" Horário: 19h:30min Local: Largo da Sé		
-------------	--	--	--

***Corrida Virtual "Faz das Tripas Coração" – Março Azul** – corrida de carácter solidário e não competitivo, em que cada um faz a sua corrida individualmente onde e como preferir. A inscrição tem o custo de 3 € ou 5€ (+ t-shirt) e é feita na seguinte plataforma: www.lap2go.com;

****Corrida Virtual "Faz das Tripas Coração na Educação" – Março Azul** – corrida de carácter solidário e não competitivo dirigida à comunidade escolar, em que cada escola faz a sua corrida individualmente onde e como preferir (e.g. a caminhar ou correr), utilizando uma ferramenta de contabilização de quilómetros; posteriormente devem enviar o comprovativo de quilómetros percorridos (fotografia) para o endereço educacaosaude.nrm@ligacontracancro.pt.