

## NOTA DE IMPRENSA

### App “Viva Saudável – Almada” - Wellk

*“O futuro da evolução tecnológica para um mundo com saúde, ativo e inteligente”*

A aplicação (App) “Viva Saudável – Almada” pretende dar a conhecer toda a oferta desportiva, cultural e de saúde do município, e tem como principais objetivos conectar, conhecer e compreender Almada e os almadenses:

**Conectar** - Otimizar o acesso e utilização de recursos, espaços, serviços desportivos e atividades promotoras de saúde e bem-estar no concelho de Almada.

**Conhecer** - Aumentar a participação, a socialização dos cidadãos e a criação de comunidades desportivas.

**Compreender** - Compreender a cidade no seu conjunto, como um espaço de atividade desportiva física.

A App “Viva Saudável – Almada” permite ainda:

- **Registo individual** - Definição de preferências pessoais e sugestão de atividades com base nas necessidades;
- **Percursos e pontos de interesse** - Toda a oferta desportiva e outros recursos, promotores da saúde e bem-estar, existentes no concelho numa só app.
- **Desafios** - Criação de diferentes desafios desportivos colaborativos ao nível da comunidade, entre escolas, em grupo ou individualmente.
- **Ligas** - Organização de competições entre diferentes entidades, escolas, clubes ou ginásios.
- **Grupos de socialização** - Facilitar a ligação entre pessoas, criando planos para a prática desportiva, socialização e diversão.
- **Notificações Personalizadas** - Acesso a notificações com mensagens oportunas.
- **Registo das Atividades** - Registo de atividades, por referênciação GPS, realizadas através da integração de plataformas desportivas como: GoogleFit, Apple Health, Strava e Fitbit.

Permite centralizar os recursos existentes no município, nas mais diversas áreas que concorrem para a saúde dos munícipes, sendo que a Saúde é entendida aqui como um conceito vasto, que inclui cultura, desporto, educação, ambiente, espaços verdes e azuis, entre outros.

Os munícipes podem, individual ou coletivamente, explorar todas as potencialidades desta App, otimizando-a diariamente e divulgando as suas atividades e eventos.

Esta aplicação conta ainda com embaixadores que diariamente trabalham na nossa comunidade, contribuindo de forma continuada e em proximidade aos munícipes, para um concelho mais saudável.

O Município de Almada pretende desta forma colocar ao dispor dos cidadãos um incentivo à literacia em saúde, através da divulgação de programas e iniciativas, e

de atividades de socialização. Definir a Saúde e o Desporto como uma marca identitária de Almada é outro dos principais propósitos.

A saúde é um recurso para a vida. Cuidar do bem-estar individual é uma rotina diária que se traduz em ganhos de saúde, bem-estar e qualidade de vida. Disfrutar em pleno dos momentos em família e com amigos, viajar, aprender coisas novas, ter melhor desempenho profissional, concretizar sonhos e desafios e influenciar positivamente os outros são propósitos fundamentais para uma vida mais saudável.

**Esta App é gratuita e vai estar disponível, a partir de 18 de maio, na Google Play e na App Store**

Almada, 17 de maio de 2024

#### INFORMAÇÕES

Tel.: 930 408 981 | [comunicacao@cm-almada.pt](mailto:comunicacao@cm-almada.pt)

   [/cm-almada.pt](https://www.cm-almada.pt)

**CMA**  
CÂMARA  
MUNICIPAL  
DE ALMADA