




<b>ESDRM partner in the development of the European Lifestyle/health promotion</b>	<b>Parceiro ESDRM no desenvolvimento da promoção de um estilo de vida europeu saudável</b>
<p>The proportion of physically inactive citizens in the EU remains unacceptably high. 42% of EU citizens do not exercise or play sport at all (2017). This might indicate that the message about the importance of sport and physical activity for an individual's health and wellbeing has still not got through to significant segments of the EU population. More and more Europeans eat unhealthily and suffer chronically from stress. In the past 50 to 70 years, generations of us did not learn about the health &amp; prevention guidelines, that research is giving us now, so it's time for a knowledge update. Not only for the consumer, but specially for professionals who work with consumers in the areas of healthcare, sports and lifestyle.</p>	<p>A percentagem de cidadãos da União Europeia (UE) fisicamente inativos permanece inaceitavelmente alta. 42% dos cidadãos da UE não fazem exercício ou praticam desporto (2017). Isso pode indicar que a mensagem sobre a importância do desporto e da atividade física para a saúde e o bem-estar de um indivíduo ainda não chegou a segmentos significativos da população da UE. Muitos europeus comem mal e sofrem de stress crónico. Nos últimos 50 a 70 anos, as gerações não aprenderam as diretrizes de saúde e prevenção, que as pesquisas foram disponibilizando. Deste modo, está na hora de atualizar o conhecimento, não apenas para o consumidor, mas especialmente para os profissionais que trabalham com os consumidores de desporto, saúde e estilo de vida.</p>
<p>To work toward a solution, more attention should be put into spreading the knowledge and understanding of what is a healthier life: for youth, adults and seniors, and also for people with special health-related conditions such as diabetes, heart disease, post-cancer treatment or pregnancy. That's why the European Erasmus+ approved the development of the New Health Program 'Lifestyle/health promoter'. <b>(name organization)</b> in <b>(name country)</b> is a partner in this project.</p>	<p>Para trabalhar numa solução, deve-se dar mais atenção à difusão do conhecimento e do entendimento de uma vida mais saudável: para jovens, adultos e idosos, e também para pessoas com condições especiais de saúde, como diabetes, doenças cardíacas, pós-tratamento de cancro ou gravidez. Por este motivo, o programa europeu Erasmus + aprovou o desenvolvimento do novo programa de New Health 'Estilo de vida / promotor de saúde'. A Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), de Portugal, é um parceiro neste projeto.</p>
<p>The Lifestyle/health knowledge center and academy that is being developed will provide scientific information and courses to professionals, volunteers and consumers with easy to obtain, understand and use tools to improve physical activity levels, healthy eating, a health mindset, mind(re)set, positive health and a healthy lifestyle. The partnership, will work together with EuropeActive and the partner countries of the Netherlands, Belgium, Spain, Portugal, Lithuania and Slovakia, to develop education standards for Lifestyle/health promotor, a free consumer lifestyle platform and Lifestyle/health promotor course and e-learning. They will also conduct research on the role and impact the Lifestyle/health promotor will have on behavioral change of the target groups.</p>	<p>O centro e academia de conhecimento sobre estilo de vida / saúde que está a ser desenvolvido fornecerá informações, com base científica, e cursos a profissionais, voluntários e consumidores, com ferramentas fáceis de obter, entender e utilizar, para melhorar os níveis de atividade física, para uma alimentação saudável, mentalidade saudável, (re)definição mental, saúde positiva e estilo de vida saudável. Os parceiros trabalharão em conjunto, nomeadamente a EuropeActive e as outras organizações dos países Holanda, Bélgica, Espanha, Portugal, Lituânia e Eslováquia, no intuito de desenvolver padrões de educação para o promotor de estilo de vida saudável, uma plataforma de estilo de vida gratuita para o consumidor, e um curso em e-learning para o promotor de estilo de vida saudável. Será realizada investigação acerca do papel e do impacto que o promotor do estilo de vida saudável terá na mudança comportamental dos grupos-alvo.</p>
<p>The Lifestyle/health promotor can be a sports professional, healthcare professional, teacher,</p>	<p>O promotor estilo de vida saudável pode ser um profissional de desporto, profissional de saúde,</p>

<p>but also a community worker, member of a sport organization or volunteer. New Health provides them with motivation and knowledge about healthy eating, sports, the risks of unhealthy living and the use of doping. This partnership will create and support a European network of Lifestyle/health promoters.</p>	<p>professor, mas também um trabalhador comunitário, membro de uma organização desportiva ou voluntário. O programa New Health providencia motivação e conhecimento sobre alimentação saudável, desporto, riscos de uma vida não saudável e uso de doping. Esta parceria criará e apoiará uma rede europeia de promotores de estilo de vida saudável.</p>
<p>The project coordinator is the New Health Foundation in the Netherlands, partners are Sport Sciences School of Rio Maior (ESDRM): Portugal, EuropeActive: Belgium, Lithuanian Association of Health and Fitness Clubs: Lithuania, Fitness Federation: Belgium, Association Europea Deporte, Ejercicio Y Salud (AEDESA): Spain and Comenius University (Faculty of Physical Education and Sports): Slovakia. The expert panel of the project is made up of the European Network of Sport Education (ENSE): Austria, Movisie: the Netherlands, Knowledge Center Sports: the Netherlands (KCSportNL), NL Active the Netherlands and Jan Middelkamp: the Netherlands.</p>	<p>O coordenador do projeto é a New Health Foundation, na Holanda, e os parceiros são: a Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM) de Portugal; a Europe Active, da Bélgica; a Lithuanian Association of Health and Fitness Clubs, da Lituânia; Fitness Federation, da Bélgica; Association Europea Deporte, Ejercicio Y Salud (AEDESA), de Espanha; Comenius University (Faculty of Physical Education and Sports), da Eslováquia. O painel de especialistas é constituído por: European Network of Sport Education (ENSE), da Austria; Movisie, da Holanda; Knowledge Center Sports (KCSportNL), da Holanda; NL Active, da Holanda; Jan Middelkamp, da Holanda.</p>
<p>On March 5 and 6, the partners of the project met in Eindhoven, the Netherlands, for a successful kick-off meeting.</p>	<p>Nos dias 5 e 6 de março, os parceiros do projeto reuniram-se em Eindhoven, na Holanda, para uma bem-sucedida reunião de lançamento.</p>
<p>This program is supported by the Erasmus+ program of the European Union.</p> <p style="text-align: center;">With the support of the Erasmus+ Programme of the European Union</p> 	<p>Este programa é apoiado pelo programa Erasmus + da União Europeia.</p>
<p>More information: New Health Foundation <a href="http://www.new-health.eu">www.new-health.eu</a> <a href="mailto:info@new-health.eu">info@new-health.eu</a></p>  <p><b>(name organization)</b> <b>(website organization)</b> <b>(e-mail address organization)</b></p>	<p>Mais informações: New Health Foundation <a href="http://www.new-health.eu">www.new-health.eu</a> <a href="mailto:info@new-health.eu">info@new-health.eu</a></p>  <p>ESDRM <a href="https://siesdrm.ipsantarem.pt/esdrm/si_main">https://siesdrm.ipsantarem.pt/esdrm/si_main</a> <a href="mailto:geral@esdrm.ipsantarem.pt">geral@esdrm.ipsantarem.pt</a></p>