

# VÁ VER SE EU ESTOU NA ESQUINA

**54%**  
**DOS PORTUGUESES  
SÃO SEDENTÁRIOS.**  
**A ATIVIDADE FÍSICA  
REGULAR AUMENTA  
A ESPERANÇA E A  
QUALIDADE DE VIDA.**  
**SAIA DE CASA.**

APOIOS:



FUNDAÇÃO PORTUGUESA  
DE CARDIOLOGIA