

Promovendo a adoção de hábitos de vida saudáveis e protegendo a sua saúde  
**Multicare promove primeira Corrida Multicare Vitality**

*Com a presença dos embaixadores Isabel Silva, Néelson Évora e Helena Isabel, iniciativa decorre no Centro Desportivo do Jamor a 10 de outubro, quando se assinala o Dia Mundial da Saúde Mental, com o objetivo de sensibilizar para a prática desportiva e dos seus benefícios tanto para a saúde física como mental. O valor angariado com as inscrições reverte para a associação “Manicómio”, um espaço de criação artística onde a arte se cruza com a saúde mental e os direitos humanos.*

Lisboa, 29 de setembro de 2021. A Multicare, seguradora de saúde da Fidelidade, vai realizar a primeira Corrida Multicare Vitality, no Centro Desportivo Nacional do Jamor, para assinalar o Dia Mundial da Saúde Mental, que se celebra a 10 de outubro. A iniciativa, que promove o desporto para uma vida saudável, tem um âmbito solidário, revertendo para a associação “Manicómio”.

Promovendo a importância da adoção de hábitos de vida saudáveis e contribuindo para uma maior prevenção na saúde, a primeira Corrida Multicare Vitality desafia os participantes a percorrerem 5km a passo de corrida ou em caminhada, juntamente com os embaixadores Vitality. O evento terá três partidas e cada uma terá a participação de um embaixador: corrida, às 10h00 com Isabel Silva; corrida às 10h05, com Néelson Évora; e caminhada às 10h10, com Helena Isabel.

Sendo um dos princípios fundamentais na prevenção da saúde mental o equilíbrio entre o bem-estar físico e psicológico, e num momento em que a sociedade começa, cada vez mais, a reconhecer e a valorizar a importância da saúde mental, a Corrida Multicare Vitality pretende também assinalar o Dia Mundial da Saúde Mental – 10 de outubro.

Para Ana Rita Gomes, diretora do Gabinete de Desenvolvimento de Projetos da Multicare, “com a associação da Corrida Multicare Vitality ao Dia Mundial da Saúde Mental pretendemos relembrar a importância que o exercício físico tem no bem-estar, nos níveis de energia, na qualidade do sono mas também na prevenção de doenças crónicas assim bem como de doenças mentais, facto que importa salientar. Para além de promovermos esta consciencialização, a Multicare recompensa os seus clientes por praticarem exercício físico e por adotarem um estilo de vida saudável através do programa Multicare Vitality”.

A inscrição na corrida pode ser realizada em [Multicare Vitality](#) e tem um custo simbólico de 5 €, que reverte, na sua totalidade, para a associação “Manicómio”, um espaço de criação artística onde a arte se cruza com a saúde mental e os direitos humanos que conta com artistas residentes que experienciaram ou experienciam doença mental em Lisboa.

A primeira Corrida Multicare Vitality é organizada pela HMS Sports, assegurando o cumprimento de todas as Regras de Segurança em vigor.

## **Sobre a Fidelidade**

Fundada em 1808, a Fidelidade é a seguradora líder de mercado em Portugal, nos ramos vida e não vida, com uma quota total de 25,5% em 2019, estando presente em Angola, Cabo Verde, Moçambique, Espanha, França, Macau, Perú, Bolívia, Paraguai e Chile.

Com 2,3 milhões de clientes em Portugal e mais de 7 milhões em todo o mundo, a Fidelidade conduz a sua atividade com uma estratégia de “Customer Centric Approach” e, através de uma rede de distribuição e canais de elevada dimensão e capilaridade, garante aos consumidores, uma experiência integrada e personalizada, independentemente do canal utilizado.

A Fidelidade é guiada por valores que a definem desde sempre: experiência, inovação, superação e proximidade e, já este ano, foi reeleita Escolha do Consumidor na categoria de “Seguradoras”, “Marca de Confiança” e Seguradora mais Reputada em Portugal.

Apoiar o desenvolvimento e a construção de uma sociedade sustentável é parte essencial da sua política de Responsabilidade Social, que é consubstanciada no Programa Fidelidade Comunidade, que distingue entidades que trabalham nas áreas do envelhecimento, prevenção em saúde e inclusão de pessoas com deficiência ou incapacidade.

[www.fidelidade.pt](http://www.fidelidade.pt)