



**BOM PRINCÍPIO - RS**

## **Carnaval Fitness incentiva saúde, bem-estar e atividade física**

---

Secretarias: Saúde, Educação, Cultura, Desporto e Turismo

Data de Publicação: 10 de fevereiro de 2026

Cuidar da saúde, do bem-estar e da qualidade de vida da população é um compromisso permanente. Com este propósito, a Prefeitura, por meio do projeto AtivaMente, promoverá, no dia 13 de fevereiro, a partir das 18h, no Parque Municipal, o Carnaval Fitness. Trata-se de uma atividade que une movimento, alegria e integração comunitária, incentivando a adoção de hábitos saudáveis.

A proposta é incentivar a prática de atividade física de forma leve e acessível, aproveitando o clima do verão e o espírito carnavalesco para estimular hábitos saudáveis. O evento será realizado ao ar livre e é aberto a toda a comunidade, promovendo momentos de convivência e cuidado com o corpo e a mente. A professora Romana Schmitz irá conduzir a atividade.

Além de reforçar a importância de um estilo de vida ativo, o Carnaval Fitness busca aproximar a população das ações de promoção da saúde desenvolvidas pelo município, mostrando que cuidar da saúde também pode ser prazeroso e divertido.

A organização orienta os participantes a utilizarem roupas confortáveis, manterem-se hidratados e aproveitarem a atividade com segurança. Não é necessária a inscrição prévia.