**Introdução**

A atividade física regular é fundamental na prevenção e controle de doenças cardíacas, diabetes tipo 2 e câncer, além de reduzir os sintomas de depressão e ansiedade, reduzir o declínio cognitivo, melhorar a memória e impulsionar a saúde do cérebro, exatamente por isso ele deve ser difundido nas culturas atuais, as quais ignoram as inúmeras consequências do sedentarismo e má alimentação. A Organização Mundial da Saúde, OMS, publicou uma estatística em novembro de 2020 que dizia que um a cada quatro adultos e quatro em cada cinco adolescentes não praticam atividade física suficiente para uma boa qualidade de vida, podendo levar cada uma dessas pessoas a morte, já que a idade não ajudaria nessa situação que nos encontramos. Nessa mesma publicação a OMS afirma também que até 5 milhões de mortes por ano poderiam ser evitadas se a população global fosse mais ativa, com adultos praticando de 150 a 300 minutos de atividade aeróbica moderada por semana, uma média de 60 minutos por dia para crianças e adolescentes e para os idosos com 65 anos ou mais, deveriam ser realizadas atividades que enfatizem o equilíbrio e a coordenação, bem como o fortalecimento muscular, economizando US$ 54 bilhões em assistência médica direta e US$ 14 bilhões em perda de produtividade, os quais seriam acarretados caso nenhuma providência fosse tomada.

Para que não haja tantos prejuízos econômicos e vitais, criamos um *site* gratuito onde as pessoas se cadastram, preenchem um formulário com suas informações básicas, quais esportes coletivos tem interesse de praticar, qual sua disposição de horário para a prática e quais são as localidades acessíveis para sua realização. Após preenchido o questionário essa pessoa é redirecionada para o aplicativo *WhatsApp* onde será incluída em um ou mais grupos da plataforma com pessoas que forneceram respostas como a dela, fazendo assim com que pessoas antes desconhecidas com o mesmo interesse de atividades físicas e mesma disponibilidade de horário e localidade possam se encontrar e realizar tal prática benéfica a saúde física e mental. Também há parcerias com empresas para que com o passar do tempo e com a colaboração voluntária dos participantes, possamos fornecer presentes relacionados ao esporte realizado pelos participantes de um determinado grupo, como bolas e redes, ajudando-os assim a manter a boa qualidade do exercício e nossa participação intermitente com o projeto.

Toda atividade física é benéfica e pode ser realizada como parte do trabalho, esporte, lazer, transporte ou tarefas domésticas, sendo assim, nosso projeto visa melhorar a qualidade de vida mundial com a implementação de atividades físicas e relacionamentos pessoais através da prática de esportes coletivos em praças públicas que correspondem com a disponibilidade de todos os envolvidos, evitando assim a vandalização das mesmas e agregando a participação da sociedade na proteção e preservação de espaços públicos antes abandonados ou tomados por atividades irregulares, o que melhorará demasiadamente a situação econômica, jurídica, de saúde pública e de bem-estar mundial.

**Bibliografia:**

<https://news.un.org/pt/story/2020/11/1734322>, acessado em 15:55h do dia 03/10/2021, divulgado em 27 novembro 2020.