

Para assinalar o Dia Mundial do Não Fumador, a equipa PES convidou o ultramaratonista Carlos Sá a estar na Escola de EBI de Fragoso para falar aos alunos sobre Tabagismo, no sentido de os sensibilizar os para a importância do desporto e de uma vida saudável.

De uma forma muito clara, explicou aos alunos o seu percurso como jovem e como atleta, tendo salientado várias vezes que cometeu o pior erro da sua vida ao abandonar os estudos demasiado cedo para ir trabalhar numa empresa de têxteis e assim ganhar algum dinheiro. Mais tarde, acabou por ter de retomar os estudos para poder progredir no trabalho e concretizar os seus sonhos, pois rapidamente percebeu que não queria passar o resto da vida a fazer o trabalho do início.

Depois de alguns anos a trabalhar, a estudar e a praticar atletismo, começou a querer fazer o mesmo que os amigos, isto é, fazer o que eles faziam, e então, acabou por desistir. Só quando se viu com 96 kg, a fumar 2 maços de cigarros por dia e com dificuldades em fazer pequenas coisas, como subir escadas, percebeu que tinha de mudar. E fê-lo, voltou a correr. Aos poucos foi ficando melhor e as conquistas foram surgindo.

Falou das suas muitas vitórias (Wold Record Aconcágua –Argentina, o 1.º lugar no Badwater Ultra Marathon 217km non stop - California - USA, e no Trail Morzine - Avoriaz 43km - Alpes França). Falou de muitas vitórias, mas também de muitas dificuldades por que passou e passa nas provas em que participa. No entanto, a enorme vontade de vencer e de ultrapassar os obstáculos levam-no sempre mais longe, sem nunca porém, pôr em risco a sua saúde.

Ficou a mensagem sobre a importância da escola e de corrermos atrás dos nossos sonhos. De vermos em cada situação um desafio e uma oportunidade de vencer.