



Câmara Municipal de São Pedro da Aldeia

Rua Hermógenes Freire Costa, 179 - Centro

Telefone: (22) 2621-1525 - E-mail: secretaria@cmspa.rj.gov.br

INDICAÇÃO Nº 0310/2023

Em São Pedro da Aldeia, 17 de Março de 2023

Ao Exmo(a) Sr(a) Presidente(a) da Câmara Municipal de São Pedro da Aldeia

INDICA AO EXMO. SR. PREFEITO MUNICIPAL, QUE INTERCEDE JUNTO A SECRETARIA COMPETENTE PARA QUE PROMOVA O SERVIÇO DE INSTALAÇÃO DE UMA ACADEMIA POPULAR PARA TERCEIRA IDADE NO FINAL DA AVENIDA COPACABANA NO BAIRRO PRAIA LINDA NO MUNICÍPIO DE SÃO PEDRO DA ALDEIA-RJ.

O Vereador Subscrito nesta casa de Leis, com Assento na Bancada do Pros, depois de cumpridas as formalidades de praxe, Indicar ao Excelentíssimo Senhor Carlos Fábio da Silva – Prefeito Municipal de São Pedro da Aldeia, que Intercede junto a secretaria competente para que promova o serviço de instalação de uma academia popular para Terceira Idade no final da Avenida Copacabana no Bairro Praia Linda do Município de São Pedro da Aldeia -RJ.

JUSTIFICATIVA

A presente indicação tem como objetivo promover a saúde da população, estimular a prática esportiva, além de melhorar a condição física e a qualidade de vida das pessoas. A construção de uma academia para idosos com equipamentos e infraestruturas será necessário ser usados para exercícios de musculação e alongamentos. O sistema se adapta ao usuário, que deve utilizar o peso do próprio corpo, criar resistência e gerar benefício personalizado, independente de idade e peso. A academia criará uma rotina de pratica de exercícios, contribuindo para uma vida mais saudável dos idosos. Entre os benefícios gerados pela pratica regular e constante de exercícios nas academias popular, estão a melhora na capacidade aeróbica, aumento de autoestima e promoção da interação social. Os equipamentos das Academias da Terceira Idade são desenvolvidos para atividades leves e baixo impacto alongamento e fortalecimento a musculatura. Considerando a necessidade de proporcionar melhor qualidade de vida aos idosos, espero que a presente indicação seja atendida.

Sala das Sessões, em 17 de Março de 2023.

ISAIAS PINHEIRO LIMA

Vereador(a) - Autor(a)