INDICAÇÃO Nº 866/14

Indico ao Exmo. Senhor Prefeito Municipal, nos termos regimentais, para que juntamente com a Secretaria Municipal de Esportes, no sentido de designar um professor de educação física para auxiliar os frequentadores do Parque Linear.

JUSTIFICATIVA

Estar ativo fisicamente é um elemento chave para a longevidade, para uma vida mais feliz e saudável. Pode ajudar a aliviar o estresse e fornecer um sentimento agradável de bem estar. A atividade física regular pode ajudar também no alcance e manutenção de um peso saudável e diminuir o risco de doenças crônicas e cardíacas, além de melhorar o humor e autoestima. Benefícios da atividade física: Melhora da autoestima e sentimento de bem-estar, aumento da energia, ajuda a construir e manter músculos, aumento da resistência e força muscular, melhora a flexibilidade e postura, auxílio no controle do peso e diminuição do risco de doença cardíaca, câncer do colón, diabetes do tipo 2, derrame, ajuda a controlar a pressão sanguínea, reduz a depressão e ansiedade e melhora o humor;

Assim a pessoa garante não só a boa forma física, como a boa forma mental, pois aumenta sua autoestima e fica com mais energia ou para enfrentar um dia de trabalho estressante ou para curtir uma aventura com a família e amigos.

Considerando que o referido Parque conta com vários aparelhos de ginástica, mais alguns frequentadores não sabem como utilizar adequadamente, apesar de ter a instrução de uso, muitos não possuem leitura, portanto tal benfeitoria é de extrema importância a todos.

Pelo exposto, aguardamos as possíveis providências para o assunto.

Palácio Ver. Euclides Modenezi, 01 de outubro de 2014.

TONI DO COFESA

VEREADOR- PSDB