



**INDICAÇÃO**  
**PROTOCOLO LEGISLATIVO**  
**PROCESSO Nº 6090/2021**

INDICA AO EXECUTIVO MUNICIPAL A NECESSIDADE DE INSTALAÇÃO DE EQUIPAMENTOS DO PROJETO ACADEMIA DA TERCEIRA IDADE NA PRAÇA SANTA MÔNICA, SITUADA A ESTRADA DAS ARCAS S/N, SANTA MÔNICA, ITAIPAVA - PETRÓPOLIS/RJ.

O vereador GIL MAGNO, infra-assinado, satisfeitas as formalidades regimentais, ouvido o Plenário, INDICA ao Exmo. Sr. Prefeito Municipal a necessidade de instalação de equipamentos do Projeto Academia da Terceira Idade na Praça Santa Mônica, situada a Estrada das Arcas S/N, Santa Mônica, Itaipava - Petrópolis/RJ.

**JUSTIFICATIVA**

A prática regular de atividades físicas produz benefícios cientificamente comprovados para a saúde, reduzindo o risco de doenças crônicas e degenerativas, tais como diabetes, hipertensão, obesidade, doenças cardíacas e alguns tipos de câncer e ainda promove o fortalecimento ósseo, muscular e equilíbrio, impedindo a osteoporose e fraturas consequentes de quedas.

O espaço será destinado a prática de atividades físicas, tais como alongamento, exercícios aeróbicos, ginástica, dança, fortalecimento muscular, entre outros. Ressaltamos que tais atividades são essenciais para a manutenção da vida e bem-estar de idosos, que tendem ao sedentarismo.

O referido projeto está em consonância com a Lei N°10.741, DE 1º DE OUTUBRO DE 2003, Art. 1, que instituiu o Estatuto do Idoso, destinado a regular os direitos assegurados as pessoas com idade igual o superior a 60 (sessenta) anos. Destacamos também o Art. 3º: é obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta autoridade, a efetivação do direito a vida, a saúde, a alimentação, a educação, a cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, cidadania, a liberdade, a dignidade, ao respeito e a convivência familiar e comunitária.

Além dos benefícios apontados acima, o espaço será destinado a socialização, contribuindo diretamente com a manutenção da saúde mental e autoestima de seus frequentadores. Integrar, socializar e cuidar da saúde de seu público, são os principais objetivos da academia de ginástica em questão, atuando decisivamente na promoção da melhoria da qualidade de vida de idosos.

Sala das Sessões, 25 de Junho de 2021

**Gil Magno  
Vereador**