



CÂMARA MUNICIPAL DE ATÍLIO VIVÁCQUA

Estado do Espírito Santo

INDICAÇÃO Nº 26/2024
DATA: 18/06/2024

EMENTA: SEJA DISPONIBILIZADA PELO PODER PÚBLICO AULAS DE HIDROGINÁSTICA, GRATUITAS, PARA OS IDOSOS DO MUNICÍPIO DE ATÍLIO VIVACQUA.

AO EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA MESA DIRETORA DA CÂMARA MUNICIPAL DE ATÍLIO VIVACQUA – ES

PROPONENTE: VEREADOR ROBERTO DA SILVA MELLO, no uso de suas atribuições legais e regimentais, vem, a presença de V^a. Ex^a. apresentar a presente indicação ao Chefe do Poder Executivo Municipal.

Requer leitura na próxima sessão ordinária e os respectivos encaminhamentos, nos termos regimentais.

EXCELENTÍSSIMO SR. PREFEITO MUNICIPAL DE ATÍLIO VIVACQUA- ES.

O vereador ROBERTO DA SILVA MELLO que abaixo subscreve, no uso de suas atribuições legais e Regimentais,

Considerando que hidroginástica na terceira idade é uma forma de manter os idosos em atividade. Afinal, praticar exercícios faz parte de uma vida saudável.

Considerando que a hidroginástica para os idosos, algumas horas por semana, contribuem para a qualidade de vida. E a hidroginástica na terceira idade é perfeita neste sentido. Primeiramente por ter baixo impacto.

Considerando que a hidroginástica é uma boa forma de ajudar na condição física. É indicada para quem tem osteoporose ou problemas articulares. Ajuda a evitar a perda de massa muscular e óssea.

Considerando que são benefícios da hidroginástica na terceira idade:

1. Aceleração do metabolismo
2. Fortalecimento muscular
3. Melhora do sono
4. Prevenção da osteoporose
5. Promove saúde mental

Oiência em Sessão

Dia 25 / 06 / 24

Dr. Moacyr Scardua Travaglia

Ass. Jurídico da Mesa Diretora

0AB/ES 12061 CMAV

Considerando que é de extrema importância o município de Atílio Vivacqua proporcionar, através de sua estrutura, a prática de hidroginástica para os idosos, com a finalidade de favorecer a saúde e o

"Feliz a Nação cujo Deus é o Senhor!"



CÂMARA MUNICIPAL DE ATÍLIO VIVACQUA

Estado do Espírito Santo

bem estar para a terceira idade.

Por fim, tendo em vista a relevância e urgência do tema, venho à presença de V^a. Excelência, Prefeito Municipal, **INDICAR:**

- a) **Que seja construído ou alugado espaço, com estrutura adequada, para a disponibilização da prática de hidroginástica para os idosos do município de Atílio Vivacqua**
- b) **Que seja disponibilizada pelo Poder Público aulas de hidroginástica, gratuitas, para os idosos do município de Atílio Vivacqua.**

18 de junho de 2024, Atílio Vivacqua – ES.

Roberto da Silva Mello

Vereador na Câmara Municipal de Atílio Vivacqua

"Feliz a Nação cujo Deus é o Senhor!"