



CÂMARA MUNICIPAL DE VISEU
Palacete Albino Soares Ferreira Júnior
CNPJ: 04.557.427/0001-46

REQUERIMENTO Nº 005/19

ASSUNTO: Pedido ao Poder Executivo Municipal, *a*
IMPLANTAÇÃO DA ACADEMIA AO AR LIVRE EM
PRAÇA PÚBLICA no espaço entre as Escolas Dr.
Mariano Antunes e Umbelino Ferreira, na Cidade de
Viseu.

SENHOR PRESIDENTE:
SENHORES VEREADORES:

Considerando que a Cidade de Viseu. De tal forma que este parlamentar vendo a necessidade de implantar no espaço entre as duas escolas Dr. Mariano Antunes e Umbelino Ferreira, uma cadência ao ar livre para estimular as atividades físicas entre os jovens e principalmente para as pessoas da 3ª idade.

Considerando que o presente Projeto, constitui-se de atividades práticas, tais como: alongamento, caminhada, ginástica funcional para a população, estando na faixa etária acima de 15 anos. Hoje em dia existem evidências científicas comprovadas de que a atividade física regular tem um benefício inquestionável para a saúde física e psicológica das pessoas, qual tem um impacto substancial em todas as idades, ajudando as pessoas a se livrarem de vários males indesejados, ocorrendo dessa forma uma verdadeira promoção da saúde e da qualidade de vida. Para a realização desse trabalho busca-se um trabalho interdisciplinar com acompanhamento de pessoas capacitadas para a instrução dos referidos exercícios físicos.

Considerando que as Atividades Físicas se constituem de exercícios bem planejados, bem estruturados, que são feitos de maneira repetitiva e intencional e que são responsáveis pelos maiores e melhores resultados para quem os pratica, além de terem seus riscos minimizados através de boas orientações e controles adequados.

Considerando que os exercícios regulares aumentam a longevidade, melhorando a energia do indivíduo, sua disposição e saúde de um modo geral. Melhorando também o seu nível intelectual e raciocínio, sua velocidade de reação e o seu convívio social, ou seja, seu estilo de vida que é a sua própria qualidade de vida.

Considerando que o projeto pretende atender o maior público possível mediante suas ações, compondo o que se denomina Projeto Academia ao ar livre na cidade de Viseu, no espaço entre as duas escolas Dr. Mariano Antunes e Umbelino Ferreira. Uma equipe composta por educadores físicos e agentes de saúde buscará amenizar os problemas de saúde física e



CÂMARA MUNICIPAL DE VISEU
Palacete Albino Soares Ferreira Júnior
CNPJ: 04.557.427/0001-46

emocional mais comum na população, tendo como base o conceito da Organização Mundial da Saúde (OMS), segundo a qual “saúde é o mais completo estado de bem-estar físico, mental e social, e não a simples ausência de doenças”.

Por fim, por acreditar que o requisito fundamental para a melhoria da qualidade de vida do indivíduo estilo de vida e educação, é a prática constante de atividade física e que estas podem ser estimuladas e aprimoradas dentro dos limites de plasticidade permitida pela idade e estabelecida por condições individuais de saúde. O presente projeto visa também aumentar a autoestima e melhorar a qualidade de vida da população envolvida, a partir da redução das doenças mais prevalentes provocadas pelo stress e sedentarismo, como a hipertensão e o diabetes.

Diante de tais considerações, pedimos ao Gestor Municipal que implante no espaço entre as duas escolas acima mencionadas, os aparelhos necessários para as atividades físicas de ginástica funcional. Citamos como exemplos: as academias ao ar livre nas praças da capital do estado, Belém.

REQUEIRO que depois de ouvido o Douto Plenário, desta Casa de Leis, dispensadas as formalidades regimentais, que seja este aprovado em uma única discussão e votação e encaminhe o presente expediente ao Exm^o. Sr. **ISAIAS JOSÉ SILVA OLIVEIRA NETO**, Prefeito Municipal, solicitando, **a IMPLANTAÇÃO DA ACADÊMIA AO AR LIVRE EM PRAÇA PÚBLICA** no espaço entre as Escolas Dr. Mariano Antunes e Umbelino Ferreira, na Cidade de Viseu.

Plenário Vereador Antônio Pedro, em 11 de Junho de 2019– Viseu-Pá.

Ivaldo Alves de Oliveira
Vereador