



# Câmara Municipal de Santa Bárbara D'Oeste

## "Palácio 15 de Junho"

### INDICAÇÃO Nº 970/2024

Indica ao Poder Executivo Municipal que juntamente com o órgão competente, informações e instruções de uso dos aparelhos nas academias ao ar livre das praças públicas do município.

Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal,

Nos termos do Art. 108 do Regimento Interno desta Casa de Leis, dirijo-me a Vossa Excelência para indicar que juntamente com o órgão competente implante informações e instruções de uso dos aparelhos nas academias ao ar livre das praças públicas do município.

#### **Justificativa:**

Segundo especialistas, a prática contínua de exercícios físicos é um dos pilares para obter qualidade de vida, uma vez que as atividades trazem diversos benefícios para a saúde, melhorando o condicionamento físico e as funções cardiorrespiratórias, além de liberar hormônios responsáveis pela melhora no humor.

Com mais equilíbrio e saúde, os ganhos se somam à mudanças positivas no âmbito social e psicológico dos usuários.

Considerando que no município, temos muitas academias ao ar livre espalhadas por diferentes bairros, proponho que seja ofertada informações e instruções de uso dos aparelhos aos usuários das academias ao ar livre.

Em posse de informações e instruções corretas de uso dos aparelhos a população poderá se exercitar nas Academias ao Ar Livre com dicas sobre a postura adequada para a prática, intensidade ideal dos exercícios, importância do alongamento e da hidratação, entre outras dicas.

Lembrando que os exercícios são indicados para crianças a partir dos 14 anos, adultos e idosos. Acredito que tal indicação seja um grande avanço para a cidade, além é claro, de incentivar ainda mais a prática de atividades físicas ao ar livre.

Face ao exposto **I N D I C O** ao Exmo. Sr. Prefeito Municipal informações e instruções de uso dos aparelhos nas academias ao ar livre das praças públicas do município.

Plenário "Dr. Tancredo Neves", em 05 de abril de 2024.

**Eliel Miranda**  
-vereador-



# CÂMARA MUNICIPAL DE SANTA BARBARA D'OESTE

## Assinaturas Digitais

O documento acima foi proposto para assinatura digital na Câmara Municipal de Santa Bárbara d'Oeste. Para verificar as assinaturas, clique no link: <http://santabarbara.siscam.com.br/documentos/autenticar?chave=U17J79ZRK74071C2>, ou vá até o site <http://santabarbara.siscam.com.br/documentos/autenticar> e utilize o código abaixo para verificar se este documento é válido:

**Código para verificação: U17J-79ZR-K740-71C2**



DOCUMENTO ASSINADO DIGITALMENTE - PROTOCOLO Nº 2314/2024 08/04/2024 09:09 - CHAVE: U17J-79ZR-K740-71C2