**INDICAÇÃO**

Indico ao Sr. Prefeito, na forma regimental, para que seja construída uma **ACADEMIA AO AR LIVRE** para os idosos, no Bairro Jardim Nova Barra.

JUSTIFICATIVA

Nossa cidade já possuem academias semelhantes, porém estão instaladas muito longe da comunidade do Bairro Nova Barra, o que inviabiliza o seu uso por muitos moradores do Bairro.

Academia ao Ar Livre é um programa voltado à promoção da saúde, em especial da pessoa idosa, visando a um envelhecimento saudável, buscando prevenir doenças crônicas.

Para as pessoas idosas, a prática regular e orientada de atividade física melhora a qualidade de vida, proporcionando inúmeros benefícios à saúde, como o aumento da capacidade física, da coordenação motora e do equilíbrio, diminuindo o risco de queda, muito frequente nessa fase da vida.

As Academias proporcionam, ainda, integração e convívio social, aumentando à autoestima e a autoconfiança das pessoas, gerando assim maior autonomia e segurança na realização das atividades da vida diária.

Implantadas nas praças públicas, as Academias ao Ar Livre contribuem para a revitalização desses espaços, que se tornam locais privilegiados de convivência e socialização para as diferentes gerações.

Considerando que o Bairro Jardim Nova Barra não dispõe dessa atividade para a comunidade, peço o atendimento da presente indicação.

Sala das Sessões, 17 de agosto de 2015.

VALDETE FILOMENA DOS SANTOS

VEREADORA