

Câmara Municipal de Santa Fé

CNPJ 01.583.490/0001-69

PEDIDO DE PROVIDÊNCIAS Nº. 134 /2020.

Os Vereadores que este subscreve na forma regimental, e com amparo no artigo 107 do Regimento Interno da Câmara Municipal de Santa Fé, requerem seja enviado ao Senhor Prefeito Municipal o seguinte:

PEDIDO DE PROVIDÊNCIA: INSTALAÇÃO DE UMA ATI (ACADEMIA DA TERCEIRA IDADE) NA ESCOLA ESPECIAL NOVO AMANHECER – APAE.

JUSTIFICATIVA:

A prática de atividade física é essencial em nossas vidas, pois, regula o nosso organismo e reduz os riscos quanto a problemas de saúde, e bem orientado e praticado regularmente faz muito bem à saúde, e temos o conhecimento do quanto será importante para esta instituição que terá um aproveitamento de suma importância, pois, acarreta muitos benefícios aos Sistemas Respiratório e Cardiovascular, consolida os músculos, é bom para regularizar o intestino, baixar o colesterol, bem como para perder peso, entre outras. É recomendado para todas as idades, sendo que os idosos deverão consultar um médico antes de começar a rotina da sua prática. Para um bom desenvolvimento e crescimento devemos começar a atividade física desde criança. Jovens e adultos levam uma vida mais tranquila e saudável quando têm hábitos de praticar exercício regularmente, aliado a uma alimentação equilibrada. O importante é que façamos o que gostamos, tal como andar, correr, caminhar, nadar. Qualquer tipo de exercício físico é bom para o nosso coração, combinado obviamente com uma alimentação nutritiva e equilibrada. Um ponto importante é que nunca façamos exercício em jejum nem com o estômago cheio, devemos respeitar as horas de repouso, (no mínimo três horas). Para tanto pedimos vossa grata colaboração no sentido de trazer mais este benefício que muito irá contribuir com as atividades corriqueiras e necessidades desta escola.

Diante do exposto é que apresentamos esse Pedido de Providências procurando oferecer mais um instrumento que busca colaborar com os interesses comuns de nossa comunidade propiciando mais um item que possa cooperar com as necessidades existentes em nossa comunidade.

Plenário Vereador Antonio Firmino de Souza, aos dois dias do mês de janeiro de 2020.

AUTORES:

SANDRO AP. VIDAL

RAFAEL FIGUEIRA

ELISLAINE SILVA

SEBASTIÃO ROMANATO

JOÃO MAURO SIMARDI

Câmara Municipal de Santa Fé	
Protocolo nº <u>134</u>	Data <u>06/01/20</u>
Horas <u>09:41</u>	
Funcionário(s) responsável _____	