



ESTADO DO AMAZONAS

CÂMARA MUNICIPAL DE MANACAPURU

GABINETE DO VEREADOR DR. ADONAY MONTEIRO

Avenida Eduardo Ribeiro, nº 1161 – Centro – Manacapuru – Amazonas – CEP: 69.400-901

Site: www.camaramanapuru.am.gov.br/; E-mail: legislativomanaca_1948@hotmail.com

INDICAÇÃO Nº 149/2025.

AUTOR: VEREADOR DR. ADONAY MONTEIRO (PL)

ASSUNTO: REQUER NA FORMA REGIMENTAL, QUE O PRESENTE EXPEDIENTE SEJA ENCAMINHADO A EXCELENTÍSSIMA SENHORA PREFEITA MUNICIPAL DE MANACAPURU – **VALCILÉIA FLORES MACIEL** CO M CÓPIA AO SECRETÁRIO EXECUTIVO DE DESPORTO E LAZER – **MAURÍCIO MACENA DA SILVEIRA**, **SUGERINDO** IMPLEMENTAÇÃO DO PROJETO ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS NO MUNICÍPIO DE MANACAPURU.

Senhor Presidente,

Senhores Vereadores,

Senhoras Vereadoras;

Nos termos do Regimento Interno desta Casa Legislativa, venho, por meio desta, indicar ao Executivo Municipal a criação do **Projeto "Atividade Física para Idosos"**, visando promover a saúde e o bem-estar da população idosa por meio da formação de grupos de caminhada e ginástica em praças e espaços públicos do município.

Com o aumento da expectativa de vida e o crescimento da população idosa, torna-se fundamental a implementação de políticas públicas voltadas à promoção da saúde e da qualidade de vida dessa parcela da população. A prática regular de atividades físicas contribui significativamente para a prevenção de doenças, o fortalecimento muscular, a melhoria da mobilidade e da autonomia, além de favorecer a socialização e o bem-estar mental dos participantes.

O Projeto "Atividade Física para Idosos" tem como proposta oferecer caminhadas orientadas, alongamentos e aulas de ginástica em praças públicas, conduzidas por profissionais de educação física. As atividades serão gratuitas e acessíveis a todos os idosos interessados, com cronogramas regulares para atender diferentes regiões do município.

Além dos benefícios físicos, o projeto contribuirá para a socialização dos idosos, reduzindo casos de isolamento e depressão, promovendo um envelhecimento ativo e saudável.

Objetivos do Projeto

1. Estimular a prática regular de atividades físicas entre os idosos do município.
2. Promover a melhoria da saúde física e mental da população idosa.
3. Criar espaços de socialização e lazer, fortalecendo vínculos comunitários.
4. Reduzir o risco de doenças como hipertensão, diabetes e osteoporose.



ESTADO DO AMAZONAS

CÂMARA MUNICIPAL DE MANACAPURU

GABINETE DO VEREADOR DR. ADONAY MONTEIRO

Avenida Eduardo Ribeiro, nº 1161 – Centro – Manacapuru – Amazonas – CEP: 69.400-901

Site: www.camaramanapuru.am.gov.br/; E-mail: legislativomanaca_1948@hotmail.com

5. Garantir que o município ofereça políticas públicas voltadas ao envelhecimento ativo.

Diante do exposto, conto com o apoio dos nobres pares para a aprovação da presente propositura.

Sala das Sessões da Câmara Municipal de Manacapuru, 26 de março de 2025.

DR. ADONAY MONTEIRO (PL)

VEREADOR