



Câmara Municipal de Nova Venécia
Estado do Espírito Santo



CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA VENÉCIA-ES	
PROTOCOLO Nº <u>29170/2023</u>	
Recebido em:	<u>08/08/2023</u>
Horário:	<u>15:44</u> horas
Rubrica:	<u>[Signature]</u>

INDICAÇÃO Nº 32 /2023

EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE NOVA VENÉCIA-ES

O Vereador Valdecir Silvestre Juliatti da Câmara Municipal de Nova Venécia-ES, infra-assinado, usando da atribuição que lhe confere o inciso III, art. 88, combinado com o inciso VIII, art. 108, e o art. 120 do Regimento Interno desta Câmara Municipal, indica ao Prefeito, Excelentíssimo Senhor André Wiler Silva Fagundes, a construção de uma praça com academia popular ao lado da quadra poliesportiva localizada na comunidade Vila Santo Antônio do XV.

Câmara Municipal de Nova Venécia, Estado do Espírito Santo, em 08 de agosto de 2023; 67º de Emancipação Política; 17ª Legislatura.

Valdecir Silvestre Juliatti
VALDECIR SILVESTRE JULIATTI - PSB
Vereador

Ao DEL para incluir no Expediente da próxima Sessão Plenária Ordinária.
Em <u>08/08/23</u>
<u>[Signature]</u> Presidente da CMNV-ES



Câmara Municipal de Nova Venécia
Estado do Espírito Santo



JUSTIFICATIVA

As quadras poliesportivas e academias populares são espaços reservados para a prática diferentes de modalidades de esporte, atividades físicas e lazer, voltadas para os anseios e necessidades sociais dos moradores das diversas localidades e bairros.

Um dos principais problemas que afetam a qualidade de vida dos moradores do interior, no caso específico, do Distrito de Santo Antônio do XV, é a falta de espaços públicos com essas características e dotados de equipamentos para as práticas saudáveis, devido justamente à localização fora da área urbana da sede.

Sabemos que esportes e atividades físicas praticados em quadras poliesportivas e academias populares também contribuem para o desenvolvimento físico, melhor desempenho escolar para alunos e no trabalho para os que laboram, além de promover a integração social entre os praticantes.

O sobrepeso e a obesidade têm atingido cada vez mais um número maior de pessoas, seja pelo sedentarismo, má alimentação, estilo de vida inapropriado, entre outros. Um dos fatores positivos para reduzir problemas de saúde é a adoção de práticas saudáveis de esportes e atividades físicas, fato que requer assim uma atenção especial do poder público para disponibilizar espaços adequados e equipados para os fins da indicação.

As práticas de atividades físicas em quadras poliesportivas e academias populares também conseguem trazer outros benefícios para saúde da população como:

- 1) fortalecimento do músculo cardíaco;
- 2) melhor fixação do cálcio nos ossos;
- 3) aumento da capacidade pulmonar e fortalecimento do diafragma;
- 4) melhora da circulação sanguínea;
- 5) melhor funcionamento das articulações e fortalecimento dos músculos, entre outros.

O estímulo a prática de exercício físico também é um dos benefícios garantidos com a destinação de locais adequados e equipados como as quadras poliesportivas e academias populares, considerando que a maioria da população é de baixa renda, necessitando assim da atuação do poder público.

Assim como cuidar da saúde do corpo é fundamental para garantir mais bem-estar no nosso dia a dia, atentar-se à saúde mental também é indispensável para que todos consigam se sentir bem e executar suas atividades diárias da melhor forma possível. É nesse sentido que as quadras poliesportivas são indispensáveis para os alunos.



Câmara Municipal de Nova Venécia
Estado do Espírito Santo



Por meio dos exercícios praticados nesses espaços, é possível melhorar questões relacionadas à insônia, ansiedade, estresse, depressão, agressividade, entre outros. Essas atividades também diminuem as chances das pessoas que praticarem apresentar alguns desses sintomas no futuro.

Os benefícios para saúde mental são garantidos porque a prática esportiva é responsável por liberar hormônios que trazem sensação de bem-estar para as pessoas, como é o caso da serotonina e da endorfina. Dessa forma, os moradores praticantes também conseguem melhorar o relacionamento com os amigos e familiares.

Câmara Municipal de Nova Venécia, Estado do Espírito Santo, em 08 de agosto de 2023;
67º de Emancipação Política; 17ª Legislatura.

VALDECIR SILVESTRE JULIATTI - PSB
Vereador