



## **CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO ALEGRE DO NORTE**

ESTADO DE MATO GROSSO

CNPJ 03.148.749/0001-79

[www.portoalegredonorte.mt.leg.br](http://www.portoalegredonorte.mt.leg.br)

### **INDICAÇÃO Nº 131/2024**

O vereador **RODRIGO DO POSTO**, no uso de suas atribuições legais, satisfeitas as formalidades regimentais; indico a Mesa, após ouvir o Plenário seja oficiado ao Chefe do Executivo o que segue:

- **CONSTRUIR NAS ACADEMIAS AO AR LIVRES E NA PRAÇA DO RIO TAPIRAPÉ, PRANCHAS PARA FAZER ABDOMINAIS E CAVALETES PARA À PRÁTICA DE EXERCÍCIOS DE CALISTENIA, POIS SÃO EXERCÍCIOS DE FORTALECIMENTO MUSCULAR.**

### **JUSTIFICATIVA**

**Senhores Vereadores.**

**Senhor Prefeito.**

Em virtude da crescente necessidade de fomentar a prática de atividades físicas e promover um estilo de vida saudável entre os munícipes, venho, por meio desta, sugerir a construção de pranchas para abdominais e cavaletes voltados à prática de calistenia em nossas praças.

Esses equipamentos vão proporcionar o:

**Incentivo à Prática de Exercícios:** A presença desses equipamentos facilitará a prática de exercícios físicos ao ar livre, incentivando a população a adotar hábitos saudáveis.

**Acessibilidade:** Equipamentos simples, como pranchas para abdominais e cavaletes, são de baixo custo e de fácil manutenção, permitindo que um maior número de pessoas possam utilizá-los.

**Promoção de Saúde:** O aumento da atividade física está diretamente ligado à prevenção de doenças, melhorando a qualidade de vida dos cidadãos.

**Integração Social:** Espaços de atividade física promovem a convivência e a interação social, contribuindo para um ambiente comunitário mais saudável e fortalecido.

**Valorização do Espaço Público:** A instalação desses equipamentos valorizaria nossos parques e praças, tornando-os mais atrativos para os cidadãos.



## **CÂMARA MUNICIPAL DE PORTO ALEGRE DO NORTE**

ESTADO DE MATO GROSSO

CNPJ 03.148.749/0001-79

[www.portoalegredonorte.mt.leg.br](http://www.portoalegredonorte.mt.leg.br)

Recomendo que a Secretaria Municipal de Esporte e Lazer, juntamente com a Secretaria de Obras, realize um estudo de viabilidade para a implantação dessas estruturas. A construção de pranchas para abdominais e cavaletes deve ser acompanhada de uma campanha de conscientização sobre a importância da atividade física e do uso consciente dos equipamentos.

Estou à disposição para discutir essa proposta e contribuir com ideias para sua implementação. Acreditamos que essa ação trará inúmeros benefícios à população e fortalecerá o compromisso da gestão municipal com a promoção da saúde e bem-estar da comunidade.

É o que tenho a justificar.

Porto Alegre do Norte-MT, aos 13 dias do mês de setembro de 2024.

Adenildes Rodrigues de Lima  
Vereador – MDB