



*Aprovada por unanimidade  
em 02/09/25*

Estado do Rio Grande do Sul  
Município de Santa Maria do Herval  
Câmara Municipal de Vereadores

Santa Maria do Herval, 02 de setembro de 2025.

**INDICAÇÃO Nº 014/2025**

Senhor Presidente,

A Vereadora signatária vem requerer, na forma regimental, que seja apreciado pelo Plenário da Casa Legislativa a seguinte **INDICAÇÃO**:

- à **Administração Municipal**, que avalie a possibilidade de contratação de um profissional/professor de Educação Física para ministrar aulas de ginástica/aulas de recreação para os grupos da Terceira Idade e Grupo de Mulheres das Comunidades do município.

**JUSTIFICATIVA**

A presente indicação tem como objetivo promover uma vida mais ativa, saudável e feliz na terceira idade e para mulheres com a disponibilização de atividades físicas.

Sabe-se que aulas de ginástica e recreação são fundamentais para a saúde e bem-estar dos idosos. Elas promovem a mobilidade, fortalecimento muscular, resistência cardiovascular, melhora do equilíbrio e da coordenação, aumento da densidade óssea, melhora da saúde mental e cognitiva e prevenção de doenças crônicas. Além disso, as atividades lúdicas e recreativas ajudam a manter a socialização e a autonomia dos idosos, contribuindo para uma vida mais ativa e saudável.

Manter relações sociais ativas e nutrir laços afetivos são essenciais em todas as idades, especialmente na terceira idade. As aulas de ginástica em grupo proporcionam um ambiente propício para a interação social, combatendo a solidão e o isolamento, tão comuns entre os idosos.

O convívio com outras pessoas, a troca de experiências e o sentimento de pertencimento a um grupo também contribuem significativamente para o bem-estar emocional, a autoestima e a felicidade.

Desta forma, e certa da compreensão dos colegas, subscrevo o presente, para que, após aprovação, seja enviado à Administração Municipal, para providências.

  
**FABIANA FOPPA BASSEGIO**  
**VEREADORA**