

	<p><b>Estado de Mato Grosso</b> Assembleia Legislativa</p>	
<p><b>Despacho</b></p>	<p>NP: y8lh1u9b  <b>SECRETARIA DE SERVIÇOS LEGISLATIVOS</b>  24/07/2019  Indicação nº 3216/2019  Protocolo nº 6096/2019</p>	
<p><b>Autor:</b> Dep. Romoaldo Júnior</p>		

**INDICA AO EXCELENTÍSSIMO SENHOR GOVERNADOR DO ESTADO DE MATO GROSSO, MAURO MENDES, COM CÓPIA AO SENHOR SECRETÁRIO DE ESTADO DE INFRAESTRUTURA E LOGÍSTICA (SINFRA), MARCELO DE OLIVEIRA E SILVA, A NECESSIDADE DA IMPLANTAÇÃO DE UMA ACADEMIA AO AR LIVRE NO, NO MUNICÍPIO DE SAPEZAL.**

Nos termos do artigo 160, II do Regimento Interno desta Augusta Casa de Leis, requeiro à Mesa, após ouvido o Soberano Plenário, que seja encaminhado o presente expediente ao Excelentíssimo Senhor Governador de Estado de Mato Grosso Mauro Mendes, com cópia ao Senhor Secretário de Estado de Infraestrutura e Logística (SINFRA), Marcelo de Oliveira da Silva, demonstrando a necessidade da implantação de uma academia ao ar livre no município de Sapezal.

## **JUSTIFICATIVA**

A indicação que ora apresentamos visa atender à necessidade de disponibilização de uma academia ao ar livre no Município de Sapezal. A atividade física realizada com regularidade é uma das principais bases para a manutenção da saúde em qualquer idade, junto à correta alimentação e ao estado emocional equilibrado.

A nossa saúde está relacionada diretamente ao nosso condicionamento físico. Já na terceira idade os exercícios físicos são fundamentais, tanto para as funções cardiovasculares e pulmonares como também na manutenção da saúde mental.

O exercício regular atua de maneira eficaz sobre a tensão emocional, a angústia e a depressão. Após a atividade física há a sensação de bem estar e até de euforia, produzindo aumento na autoestima. A prática de atividade física está se tornando um fenômeno cada vez mais comum. Isso porque praticar exercícios físicos melhora a qualidade de vida das pessoas.

Portanto, pessoas de todas as idades devem procurar um programa de atividades físicas. As Academias ao



ar livre são compostas por um conjunto de equipamentos com funções projetadas para de todas as idades e já é um sucesso em diversas cidades brasileiras.

O motivo pelo qual apresentamos esta matéria é por entendermos que se tratar de um investimento o qual beneficia aos idosos, pois com a prática de exercícios regulares, ajuda no controle da pressão arterial, ganho da massa muscular e diminuição da gordura, bem como é uma fonte de equilíbrio, concentração e prevenção às doenças.

Pelo exposto, acolhemos com grande empenho esta reivindicação e pedimos a colaboração dos nobres pares na aprovação da presente matéria.

Edifício Dante Martins de Oliveira  
Plenário das Deliberações “Deputado Renê Barbour” em 16 de Julho de 2019

**Romoaldo Júnior**  
Deputado Estadual