



Câmara Municipal de Caieiras

Estado de São Paulo

INDICAÇÃO Nº. 285/ 2013

A SECRETÁRIA PIAS
DEVIDAS PROVIDÊNCIAS
02/04/2013
PRESIDENTE

SENHOR PRESIDENTE:
SENHORES VEREADORES:

Indico a Vossa Excelência, nos termos regimentais, que seja oficiado ao senhor Prefeito, para que o mesmo promova estudos junto à secretaria competente visando à possibilidade de construção de um Centro de Convivência do Idoso no Jd. Vitória que atenderá também os idosos moradores do Jd. Marcelino.

O idoso não pode se isolar, precisa se sentir útil e ativo. A recreação vem contribuir como relaxador de tensão e cria uma atmosfera de sociabilidade.

Os exercícios recreativos ajudam a controlar o estresse, reduz a tendência à depressão, auxilia na realização das atividades diárias, melhora o humor e o bem estar físico, da sensação de energia, ajuda a dormir melhor, fortalece a musculatura, reduz o número de lesões causadas por quedas.

Praticar esportes, recrear, é sair da rotina, ficar livre das preocupações, é a garantia de espaço social, permitindo-lhe redescobrir valores e sentimentos, como o da auto-estima.

Certa de poder contar com o apoio do senhor Chefe do Executivo em mais esta solicitação, agradeço antecipadamente.

.....Câmara Municipal de Caieiras, 22 de março de 2013.

«JOSIE DÁRTORA»

(Vereadora)