EXCELENTÍSSIMO SENHOR
PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO JOÃO DA BOA VISTA

Ementa: Envia Moção de Aplausos ao Grupo da professora Cláudia 50 + mais

MOÇÃO Nº 291/2023

Durante muitos anos a dança foi considerada apenas como um instrumento de recreação e lazer. Tanto os médicos quanto os leigos, ao pensarem numa atividade física adequada para pessoas acima dos 50 anos, consideravam apenas a hidroginástica e a caminhada. Hoje sabemos que a dança é uma atividade física positivamente associada à saúde psicológica e ao bem-estar emocional dos idosos.

Dançar contribui para um melhor condicionamento físico e mental. Além disso, ajuda a elevar a autoestima e afastar os sintomas da depressão. A razão para isso é que através da atividade o cérebro libera serotonina, uma substância que traz a sensação de alívio, melhorando o humor e o sono.

Diante do exposto, apresento à Casa, depois de ouvido o Plenário, o envio de **MOÇÃO DE APLAUSOS** ao Grupo da professora Cláudia 50 + mais, com os cumprimentos desta Edilidade.

Plenário Dr. Durval Nicolau, 29 de novembro de 2023.

RODRIGO BARBOSA
VEREADOR – PSB

LUIZ PARAKI

OFICIE – SE
4 / 12 / 23
por delegação
Presidente