



ESTADO DO RIO DE JANEIRO
CÂMARA MUNICIPAL DE MACAÉ
Macaé Capital do Petróleo
Lei Estadual nº 6081 de 21.11.2011

INDICAÇÃO __ 2026

A Vereadora que a presente subscreve, depois de observar as normas regimentais, **INDICA** ao Excelentíssimo Senhor Chefe do Poder Executivo Municipal que, por meio da Secretaria Municipal de Esportes, em conjunto com a Secretaria Municipal de Saúde, institua um programa de ampliação e oferta de atividades físicas orientadas para idosos nos espaços públicos de Macaé.

O projeto deve focar na disponibilização de profissionais de educação física e fisioterapia em praças, parques e áreas de lazer municipais. A jornada de atividades deve contemplar ginástica funcional, alongamento, caminhadas orientadas e atividades recreativas adaptadas. O programa deve priorizar regiões periféricas e áreas com maior índice de população idosa, garantindo a descentralização do acesso ao esporte e lazer.

Justificativa:

A presente Indicação fundamenta-se na premissa de que o estímulo à atividade física na terceira idade é uma das ferramentas mais eficazes para a manutenção da autonomia e a prevenção de doenças crônicas. Ao ocupar os espaços públicos com orientação profissional, o Poder Público atua diretamente na promoção da saúde pública e na redução de gastos com internações e tratamentos de doenças decorrentes do sedentarismo.

A implementação deste modelo trará benefícios de Proteção e Segurança à Saúde, Melhoria do Bem-Estar Mental e Fortalecimento dos Vínculos Comunitários. Considerando o impacto positivo do exercício físico na longevidade e na qualidade de vida, solicita-se ao Poder Executivo que desenvolva um plano de ação que integre o uso das academias ao ar livre a um cronograma de aulas assistidas, tornando esses locais pontos de referência para o envelhecimento saudável.

Sala das Sessões, 20 de Fevereiro de 2026.

LIOMAR QUEIROZ DOS SANTOS
Vereadora

Elaborado Por: R.O