INDICAÇÃO Nº 063/2023
Data: 14 de fevereiro de 2023

Ementa: sugere ao Executivo Municipal, através dos setores competentes, estudem e viabilizem da implantação de aulas de Yoga nos atendimentos da rede integrada da saúde ou através de atividades proporcionadas pela secretaria de Esporte e Lazer.

Senhor Presidente,

Requer seja, após deliberação regimental do Plenário, encaminhada cópia do presente ao Prefeito Municipal, apresentando a sugestão do Vereador que abaixo subscreve para que seja autorizado o setor competente desta Municipalidade neste caso as Secretarias Municipal de Saúde e de Esporte e Lazer, sugere ao Executivo Municipal, através dos setores competentes, estudem e viabilizem da implantação de aulas de Yoga nos atendimentos da rede integrada da saúde ou através de atividades proporcionadas pela secretaria de Esporte e Lazer.

Yoga é uma prática antiga que tem muitos benefícios para a saúde. Além de ser excelente para o corpo, o yoga também pode ajudar a equilibrar a mente. A atenção plena e as respirações profundas da yoga são ótimas maneiras de relaxar e reduzir o estresse.

Segue alguns benefícios que o Yoga faz com o corpo:
- Diminui o estresse e ansiedade;
- Controla a pressão e melhora a respiração;
- Regula o sono;
- Promove condicionamento físico;
- Facilita o emagrecimento;
- Diminui dores corporais.

Sendo assim, e considerando as grandes benesses proporcionadas por esta prática, este Vereador fica no aguardo do pronto atendimento deste pleito por parte do Executivo Municipal, que proporcionará um novo formato de atividades corporais para os munícipes.

NESTES TERMOS, PEDE DEFERIMENTO.
Plenário Ariovaldo Luiz Bier, em 14 de fevereiro de 2023.

CRISTIANO LUIZ METZNER (SUKO)
Vereador