APROVADO NA SESSÃO
Ordinária
DE 23 / 05 / 2017
Em Discussão Única
Presidente

Câmara Municipal de Parauapebas
PROTOCOLO GERAL 0000171
Data: 22/05/2017 Horário: 13:51
Legislativo -

ESTADO DO PARÁ
PODER LEGISLATIVO
CÂMARA MUNICIPAL DE PARAUAPEBAS
GABINETE DO VEREADOR ZACARIAS MARQUES

INDICAÇÃO Nº 145 /2017

INDICA ao poder executivo Municipal , para a instalação de placas de sinalização nas ciclovias, neste município de Parauapebas - Pará.

AUTOR: Vereador Zacarias Marques /PSDB

Senhor Presidente,

Senhoras Vereadoras e

Senhores Vereadores

INDICO que, depois de cumprido o rito regimental e ouvido o soberano Plenário desta Casa De Leis, encaminhe-se ofício ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, **DARCI JOSÉ LERMEN, no sentido de que digne em autorizar a Secretaria Municipal de Urbanismo, Ilmo. Senhor EDMAR CRUZ LIMA, instalação de placas de sinalização, nas ciclovias, neste município de Parauapebas, Estado do Pará.**

JUSTIFICATIVA

A Organização Mundial de /saúde (OMS) diz que para sermos considerados não sedentários precisamos de 150 minutos de atividade física moderada por semana. São 30 minutos por dia. A bicicleta é uma forma interessante de colocar isso em prática porque é um exercício democrático, que pode ser praticado por pessoas com condicionamento físicos diferentes.

Tirar a bicicleta de casa pode prevenir e até curar doenças como depressão e ansiedade.

Muito além de conquistar um corpo sarado e economizar com gasolina, quem anda de bicicleta garante uma série de benefícios para o bem-estar físico e mental do organismo. Segundo os especialista em Medicina do Esporte, pedalar regularmente é investir em uma vida mais saudável.

A bicicleta trabalha a dinâmica aeróbica e mental ao mesmo tempo: você aumenta a capacidade respiratória e cardiovascular e consequentemente intensifica o bom funcionamento do cérebro.

Precisamos abandonar o sedentarismo e eventualmente fazer as pazes com a balança evitando problemas nas articulações e na coluna, podem contar com a bicicleta, A fisioterapeuta Claudia Wanderck explica que a atividade não exerce impacto sobre articulações, músculos e tendões, facilitando a execução para pessoas com problemas articulares. Ela recomenda começar com passeios curtos em terrenos planos.

Assim a pessoa aumenta a capacidade cardiovascular sem afetar tornozelos, quadris e joelhos. Há ainda o diferencial das variações de marcha, que tornam possível intensificar o fortalecimento muscular.

Entretanto embora o ciclismo seja considerado um esporte, caracterizado pela competição, deve-se também lembrar de que a bicicleta também é um meio de transporte para muitas pessoas. Infelizmente, a falta de espaço para o ciclista nas vias comuns das grandes cidades faz as pessoas trocarem as bicicletas pelos carros para se locomoverem. Em tempos de aquecimento global, se houvesse investimento real na construção de ciclovias, talvez tivéssemos uma melhora da qualidade do ar e, por que não, mais ciclistas nas nossas cidades.

Com o objetivo de proporcionar segurança e conforto dos mais de 300 ciclistas que praticam em nosso Município, disciplinando o comportamento de nossos condutores de veículos,

que na hora de estacionar acabam fechando as ciclovias, evitando acidentes, Incentivar o uso dessa modalidade, que é o mais sustentável do mundo.

Assim solicito a aprovação dos nobres Pares desta Augusta Casas de Leis.

Parauapebas (PA), 22 de maio de 2017.

PODER LEGISLATIVO
Câmara Muni. dos Ver de Parauapebas
Zacarias Assunção Vieira Marques
Vereador PSDB