INDICAÇÃO Nº. 452/2018

Excelentíssimo Senhor Presidente da Câmara Municipal de Rio das Ostras.

O Vereador que a presente subscreve, após cumprir as exigências regimentais vigentes e ouvido o soberano plenário, **INDICA** ao Excelentíssimo Senhor Prefeito, **A "Olimpíada da Terceira Idade" de Rio das Ostras, sendo realizada anualmente, no mês de setembro que é o mês Nacional do Idoso. Nas modalidades de futebol, voleibol, basquetebol, tênis, xadrez, atletismo ou outras modalidades olímpicas de baixo risco. Paralelamente aos jogos olímpicos serão promovidos torneios abertos, como os de dominó, dama, e também atividades recreativas e sociais, a exemplo da exposição de artesanato, concurso de culinária e concurso de dança de salão.**

JUSTIFICATIVA

A prática de exercício físico na terceira idade, não somente é importante para melhorar a força física do jovem da terceira idade, mas um bem necessário para fugir da depressão e conviver socialmente.

Participar na vida comunitária e continuar a ter projetos são fatores essenciais para viver com qualidade. "O idoso que frequenta grupos de atividade física interage com outras pessoas em condições e características comuns com as suas, sente-se melhor aceito pela sociedade", dizem os especialistas.

Com o avanço da medicina no controle de doenças e patologias, a longevidade das pessoas teve um aumento considerável.

No entanto, para que o idoso possa desfrutar de uma vida saudável é necessário que tenha independência. Encontramos nos esportes e atividades físicas as condições adequadas para a melhoria da capacidade cardiovascular e manutenção da força. Melhor dizendo, é através dos jogos e exercícios que o idoso participa de um rico processo social de convivência que mantém suas boas condições físicas para melhor aproveitar a vida.

Sala das Sessões, 28 de agosto de 2018.

Misaias da Silva Machado
Vereador