



Câmara Municipal De Cacoal
Palácio Catarino Cardoso Dos Santos
Gabinete da Vereadora Dra. Amália Milani

Vereadora
**Dr^a Amália
Milani**

=====
indicação nº 21 /GVAM/CMC

Cacoal-RO, 20 de agosto de 2025

CÂMARA MUNICIPAL DE CACOAL

ESTADO DE RONDÔNIA

GABINETE DA VEREADORA DRA. AMÁLIA MILANI

Ementa:

Indico ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal de Cacoal, por intermédio da Secretaria Municipal de Esporte e Cultura, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde, que sejam criadas aulas de hidroginástica destinadas à população do município, a serem ofertadas em espaços públicos adequados ou em convênios com clubes e academias.

JUSTIFICATIVA

A hidroginástica é uma modalidade de exercício físico de baixo impacto que proporciona inúmeros benefícios à saúde, especialmente para idosos, pessoas com limitações motoras, em processo de reabilitação, bem como para o público em geral que busca atividades de condicionamento físico e qualidade de vida.

Entre os principais benefícios, destacam-se:

- Melhora da capacidade cardiorrespiratória e da circulação sanguínea;
- Auxílio no fortalecimento muscular e na mobilidade articular;
- Redução do estresse e promoção do bem-estar mental;
- Prevenção de doenças crônicas como hipertensão, obesidade e diabetes;
- Incentivo à socialização, promovendo integração e inclusão social.

Além disso, a implantação dessas aulas contribuirá para a promoção da saúde preventiva, diminuindo a demanda por atendimentos médicos e fortalecendo as políticas públicas de esporte, lazer e saúde em nosso município.



Diante disso, a presente indicação busca atender uma demanda importante da população de Cacoal, promovendo qualidade de vida e incentivando práticas saudáveis de forma acessível e inclusiva.

