

CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO JOÃO DA BOA VISTA

EXCELENTÍSSIMO SENHOR
PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO JOÃO DA BOA VISTA - SP.

Ementa: Solicita a CONSTRUÇÃO de calçadão com Pista de caminhada, iluminação, estações de Hidratação (bebedouro), arborização e bancos no entorno do Bairro recanto do Jaguari.

REQUERIMENTO Nº 265/2021

REQUEIRO a Casa, depois de ouvido o Plenário, que seja encaminhado ofício a Excelentíssima Senhora Teresinha de Jesus Pedrosa, Prefeita Municipal, solicitando que realize estudos no sentido de realizar a **CONSTRUÇÃO** de calçada (calçadão) com Pista de caminhada, iluminação, estações de Hidratação (bebedouro), arborização e bancos no entorno do Bairro Recanto do Jaguari, no que compreende as ruas Ângelo Jacomine, Salvador Rossi, Euclides Esbrile e Nove de Julho, com as seguintes benfeitoria:.

- Rua Ângelo Jacomini - Construção de calçada, arborização e bancos, objetivando melhorar o paisagismo, contribuir com a preservação do meio ambiente e a qualidade de vida das pessoas.

- Rua Salvador Rossi - Construção de calçada, arborização e bancos;

- Rua Nove de Julho – Construção de calçadão com pista de caminhada, iluminação, estações de Hidratação (bebedouro), arborização e bancos.

O Bairro Recanto do Jaguari já possui mais de 25 anos e tem pedido a tempo a construção do calçadão com Pista de caminhada no entorno do mesmo. Hoje vemos pessoas praticando exercícios físicos no meio da rua, correndo riscos de serem atropeladas pela falta de calçamento com pista para caminhada no entorno do mesmo.

Bem sabemos que segundo especialistas da saúde, caminhar mantém as pessoas saudáveis e integradas na sociedade. Além disso, proporciona condicionamento cardiovascular, fortalecendo membros inferiores, e reduz as taxas de colesterol ruim (LDL e o VLDL) e aumenta as de colesterol bom (HDL).

OFÍCIO - SE
15/10/2021
[Assinatura]

CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO JOÃO DA BOA VISTA

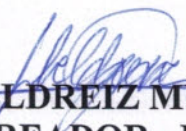
Indicada para diabéticos, deve ser praticada de três a quatro vezes por semana, por pelo menos meia hora. Estudos demonstraram que a realização de exercícios reduz os níveis de glicose e melhora a ação da insulina.

Como é uma atividade aeróbia, provoca a oxigenação cerebral e, se realizada rotineiramente, é capaz de liberar endorfinas. Caminhar por 30 minutos, três vezes por semana, pode ser tão eficiente no tratamento de depressão aguda quanto ao uso de medicamentos.

A lista de doenças que a caminhada ajuda a evitar é imensa: acidente vascular cerebral, depressão, ansiedade, osteoporose, artrose, obesidade, diabetes "mellitus", câncer de intestino e intestino preguiçoso. Principalmente, aumenta a eficiência do sistema imunológico, diminui o estresse e combate a depressão.

Agradeço a atenção e providências.

Plenário Dr. Durval Nicolau. 12 de março de 2021.


HELDREIZ MUNIZ
VEREADOR - REDE

RODRIGO BARBOSA

LUIZ PARAKI

Rui

JÚNIOR DA VAN

JOCELI MARIOZI

ALINE LUCHETTA

Claudinei

CARLOS GOMES

Titi

MACENA

Claudio