



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Paraíba do Sul

Praça Garcia Paes Leme, 96 – Centro – Paraíba do Sul

**EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE
PARAÍBA DO SUL – ESTADO DO RIO DE JANEIRO**

**INDICAÇÃO: CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES ESPORTIVAS PARA
IDOSOS.**

Após tramitação regimental, sob aprovação desta Casa Legislativa, **INDICO** à Ex.^{ma} Sr.^a Prefeita Dayse Onofre, **QUE ENVIDE ESFORÇOS, JUNTO À SECRETARIA DE ESPORTES, NA CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES ESPORTIVAS PARA IDOSOS.**

O objetivo é incentivar a prática do esporte visando, principalmente, o bem-estar e a saúde.

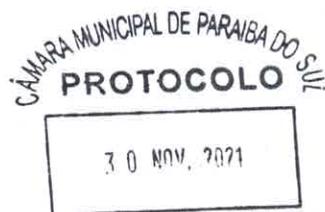
A natação propicia aos idosos o aumento de sua capacidade aeróbia, força muscular, flexibilidade articular e o treinamento de habilidades específicas como equilíbrio e coordenação motora. Soma-se ainda o fato de esta atividade oferecer ambiente de relaxamento e incentivo ao contato social, atuando no combate ao estresse, depressão, na melhoria da autopercepção corporal e da auto-estima.



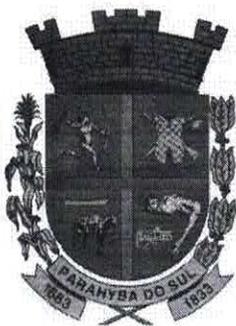
Paraíba do Sul, 30 de novembro de 2021.

[Signature]
Guilherme Lourenço da Silva
Vereador Guilherme Vei.

CÂMARA MUNICIPAL DE PARAIBA DO SUL
Nº Processo : 2864 - 2021 Data : 30/11/2021
Requerente: VEREADOR GUILHERME LOURENÇO DA SILVA
Solicitação : INDICAÇÃO
INDICAÇÃO: CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES
ESPORTIVAS PARA IDOSOS.



NOME: [Signature]
Matricula:



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Paraíba do Sul

Praça Garcia Paes Leme, 96 – Centro – Paraíba do Sul

**EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE
PARAÍBA DO SUL – ESTADO DO RIO DE JANEIRO**

**INDICAÇÃO: CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES ESPORTIVAS PARA
IDOSOS.**

*Após tramitação regimental, sob aprovação desta Casa Legislativa, INDICO à Ex.^{ma} Sr.^a Prefeita Dayse Onofre, **QUE ENVIDE ESFORÇOS, JUNTO À SECRETARIA DE ESPORTES, NA CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES ESPORTIVAS PARA IDOSOS.***

O objetivo é incentivar a prática do esporte visando, principalmente, o bem-estar e a saúde.

A natação propicia aos idosos o aumento de sua capacidade aeróbia, força muscular, flexibilidade articular e o treinamento de habilidades específicas como equilíbrio e coordenação motora. Soma-se ainda o fato de esta atividade oferecer ambiente de relaxamento e incentivo ao contato social, atuando no combate ao estresse, depressão, na melhoria da autopercepção corporal e da auto-estima.

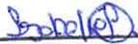
Paraíba do Sul, 30 de novembro de 2021.

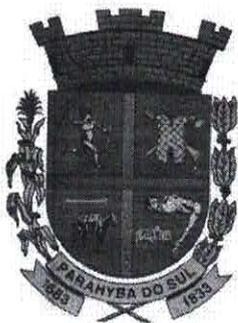

Guilherme Lourenço da Silva
Vereador Guilherme Vei.

CAMARA MUNICIPAL DE PARAIBA DO SUL
Nº Processo : 2884 - 2021 Data : 30/11/2021
Requerente: VEREADOR GUILHERME LOURENÇO DA SILVA
Solicitação : INDICAÇÃO
INDICAÇÃO: CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES
ESPORTIVAS PARA IDOSOS.

CÂMARA MUNICIPAL DE PARAIBA DO SUL
PROTOCOLO

30 NOV 2021

NOME: 
Matricula:



Estado do Rio de Janeiro

Câmara Municipal de Paraíba do Sul

Praça Garcia Paes Leme, 96 – Centro – Paraíba do Sul

**EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE
PARAÍBA DO SUL – ESTADO DO RIO DE JANEIRO**

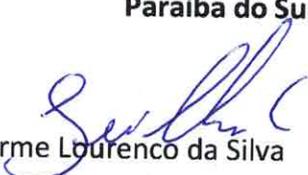
**INDICAÇÃO: CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES ESPORTIVAS PARA
IDOSOS.**

Após tramitação regimental, sob aprovação desta Casa Legislativa, INDICO à Ex.^{ma} Sr.^a Prefeita Dayse Onofre, QUE ENVIDE ESFORÇOS, JUNTO À SECRETARIA DE ESPORTES, NA CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES ESPORTIVAS PARA IDOSOS.

O objetivo é incentivar a prática do esporte visando, principalmente, o bem-estar e a saúde.

A natação propicia aos idosos o aumento de sua capacidade aeróbia, força muscular, flexibilidade articular e o treinamento de habilidades específicas como equilíbrio e coordenação motora. Soma-se ainda o fato de esta atividade oferecer ambiente de relaxamento e incentivo ao contato social, atuando no combate ao estresse, depressão, na melhoria da autopercepção corporal e da auto-estima.

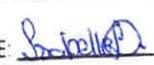
Paraíba do Sul, 30 de novembro de 2021.


Guilherme Lourenço da Silva
Vereador Guilherme Vei.

CÂMARA MUNICIPAL DE PARAIBA DO SUL
Nº Processo: 2864 - 2021 Data: 30/11/2021
Requerente: VEREADOR GUILHERME LOURENÇO DA SILVA
Solicitação: INDICAÇÃO
INDICAÇÃO: CRIAÇÃO DE AULAS DE NATAÇÃO E ATIVIDADES
ESPORTIVAS PARA IDOSOS.

CÂMARA MUNICIPAL DE PARAIBA DO SUL
PROTOCOLO

30 NOV. 2021

NOME: 
Matricula: