



Indicação: 27 / 2025

Ao excelentíssimo prefeito **Sr. CARLOS HUMBERTO PAGLIOSA**, o mês de março, dedicado às mulheres, foi um importante momento para refletirmos sobre as questões que impactam o bem-estar delas em nossa comunidade. Com base nisso, venho, por meio desta, solicitar a criação de um projeto voltado à promoção da saúde e do bem-estar das mulheres do Alto Caracol, com a oferta de atividades físicas como Ginástica Funcional, Aeróbica Localizada, Ritmos e Zumba.

No distrito de Alto Caracol, não há academias e, portanto, a acessibilidade a práticas de ginástica, acompanhadas por profissionais da área, é limitada. Muitas mulheres enfrentam dificuldades relacionadas à falta de estrutura e, principalmente, ao sedentarismo, que impacta diretamente em sua saúde física e emocional. O aumento de casos de depressão, ansiedade e outros problemas psicológicos está diretamente associado à falta de atividades físicas regulares, que são essenciais para o bem-estar geral.

Objetivos do Projeto:

- Proporcionar atividades físicas de fácil acesso para as mulheres do Alto Caracol, promovendo a saúde física e mental.
- Oferecer opções de Ginástica Funcional, Aeróbica Localizada, Ritmos e Zumba, conduzidas por profissionais capacitados.
- Estimular a prática regular de exercícios físicos, combatendo o sedentarismo e contribuindo para a prevenção de doenças.
- Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das mulheres, especialmente aquelas que enfrentam desafios como depressão, ansiedade e problemas relacionados à saúde física.
- Criar um ambiente de incentivo ao cuidado pessoal, com foco na saúde, bem-estar e integração social das participantes.

A falta de uma academia no distrito dificulta o acesso das mulheres a práticas físicas que podem ser determinantes para a prevenção e o tratamento de diversos problemas de saúde. Com o apoio de profissionais qualificados, o projeto trará a oportunidade de melhorar a qualidade de vida das mulheres da região, incentivando o exercício físico como um meio de combater doenças relacionadas ao sedentarismo e problemas emocionais. Além disso, o projeto promoverá a inclusão social e fortalecerá a comunidade, proporcionando um espaço de acolhimento e





**CÂMARA DE CARACOL
MATO GROSSO DO SUL**

"Poder Legislativo"

Endereço: Av. Libindo Ferreira Leite, nº 251.

CEP: 79.270-000 – Centro de Caracol/MS.

Telefone: (67) 3495 – 1467

saúde para as mulheres de todas as idades.

Acredito que este projeto terá grande adesão por parte das mulheres do Alto Caracol e impactará positivamente na saúde e na qualidade de vida delas.

"Estimular ao exercício físico é investir na saúde", e este é o principal objetivo do nosso projeto.

Agradeço antecipadamente pela atenção e compreensão. Aproveito para expressar meus sinceros votos de estima e consideração.

Sala das sessões, 02 de Abril de 2025

HAROLDO ESCOBAR FRANCO
Vereador(a) - PSDB

HAROLDO ESCOBAR FRANCO
Vereador(a) - PSDB

Nº de protocolo:5d0262c3

