



# CÂMARA MUNICIPAL DE VIRADOURO

Estado de São Paulo

Praça Francisco Braga, 84 - 14740-000 - Fone: 17 3392-1131

CNPJ: 60.256.484/0001-66 | www.camaraviradouro.sp.gov.br

## INDICAÇÃO

A vereadora Vandira de Melo Rua, infra assinada, no uso de suas atribuições legais, submete a seguinte indicação:

**Indica a ampliação das vagas para hidroginástica para os idosos atendidos pelo CCI (Centro de Convivência do Idoso).**

**Senhor Prefeito,**

Considerando a crescente demanda por atividades físicas, especialmente a **hidroginástica**, que é de **grande importância para a saúde e bem-estar dos idosos**, e levando em conta que o **Centro de Convivência do Idoso (CCI)** tem registrado **grande procura por essa modalidade**, é fundamental ampliar as vagas disponíveis para que mais idosos possam ser beneficiados por essa prática.

A proposta visa:

- **Ampliar o número de vagas** para hidroginástica no CCI, permitindo que mais **idosos** tenham acesso a essa atividade física tão importante para a **mobilidade, flexibilidade e saúde cardiovascular**;
- **Garantir a inclusão de mais idosos** nas atividades oferecidas, especialmente aqueles que necessitam de exercícios de baixo impacto devido a condições de saúde ou mobilidade reduzida;

A hidroginástica, como atividade aquática, é altamente indicada para a terceira idade, pois promove o **fortalecimento muscular** e melhora o **condicionamento físico** sem sobrecarregar as articulações. Portanto, a ampliação das vagas será de grande benefício para os idosos da nossa cidade.

Viradouro, 22 de abril de 2025.

*Vandira de Melo Rua*  
**VANDIRA DE MELO RUA**  
**VEREADORA**

Processo Nº 240125  
Protocolado às fls. 031  
CAMARA MUNICIPAL DE VIRADOURO  
22 de 04 de 2025  
*Valéria Bidola Valverde*  
**Valéria Bidola Valverde**  
Auxiliar Administrativo