



# *Câmara Municipal de Cajamar*

Estado de São Paulo

## GABINETE DO VEREADOR

INDICAÇÃO Nº 254 / 2025

CAMARA MUNICIPAL DE CAJAMAR

Senhor Presidente,

PROTOCOLO  
534/2025

DATA / HORA  
06/03/2025 10:30:16

USUÁRIO  
120.XXX.XXX-12

Senhores Vereadores,

Indico ao Exmo. Prefeito Municipal Sr. Kauã Berto Sousa Santos, para que estude junto a Secretaria competente da municipalidade, a possibilidade de realizar convênio com alguma academia que tenha aulas de hidroginástica para idoso.

### JUSTIFICATIVA

Justifico a presente indicação tendo em vista que, embora já exista um centro de atividades em Jordanésia, o acesso para os moradores do Polvilho frequentemente se torna difícil, o que prejudica a participação de muitas pessoas.

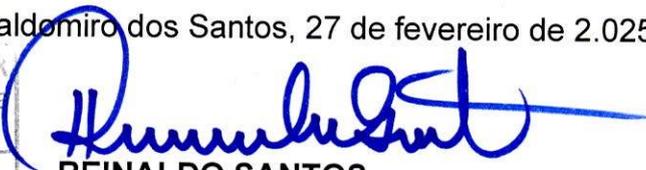
No Polvilho, há uma grande população de idosos ativos, que demonstram interesse por práticas de exercícios e buscam alternativas que promovam seu bem-estar. A Hidroginástica, por sua vez, é uma modalidade especialmente benéfica para a saúde dos idosos, proporcionando uma série de vantagens físicas e emocionais.

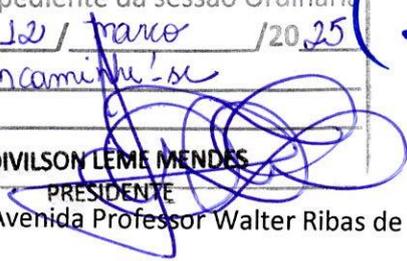
Entre os principais benefícios da Hidroginástica estão o auxílio no condicionamento cardiovascular, cardiorrespiratório, o controle da pressão arterial, a manutenção da densidade mineral óssea e a prevenção da osteoporose. Além disso, essa prática ajuda a desintoxicar as vias respiratórias, promove o alívio de dores articulares e musculares e melhora a flexibilidade e a coordenação motora, aspectos essenciais para a qualidade de vida da população idosa.

Portanto, a implementação de um programa de Hidroginástica no Polvilho não apenas atenderia a uma demanda local crescente, como também contribuiria significativamente para o bem-estar físico e mental dos nossos idosos.

Plenário Ver. Waldomiro dos Santos, 27 de fevereiro de 2025

CÂMARA MUNICIPAL DE CAJAMAR  
Arquivado no expediente da sessão Ordinária  
Realizada em 12 / março / 2025  
Espaço: Encaminhar

  
REINALDO SANTOS  
Vereador

  
EDIVILSON LEME MENDES  
PRESIDENTE

Avenida Professor Walter Ribas de Andrade, 555 - CEP 07752-000 - Cajamar - São Paulo



# *Câmara Municipal de Cajamar*

Estado de São Paulo

Ofício nº 046– GP

Cajamar, 12 de março de 2025.

Senhora Presidente,

Encaminhamos à Vossa Excelência cópias autênticas das Indicações de n°s 237 a 258; 260 e 262 a 327, autoria dos nobres Vereadores: Adriano Donizete de Oliveira; Alexandro Dias Martins; Cleber Candido Silva; Diogo de Carvalho Utsunomiya; Elison Bezerra Silva; Flavio Marques Alves; Izelda Gonçalves Carnaúba Cintra; José Adriano da Conceição; Manoel Pereira Filho; Marcelo da Rocha Santiago; Reinaldo dos Santos; Tarcísio Moreira de Carvalho; Vinícius Zago Jardim e William Silva Oliveira, apresentados e aprovados na 03ª Sessão Ordinária, realizada no dia 12 de março de 2025.

Aproveitamos a oportunidade para renovar nossos protestos de elevada estima e distinta consideração.

  
**EDIVILSON LEME MENDES**  
Presidente

Excelentíssimo Senhor  
KAUÂN BERTO SOUSA SANTOS  
DD. Prefeito Municipal  
Praça José Rodrigues do Nascimento nº 30  
Centro - Cajamar - SP

