

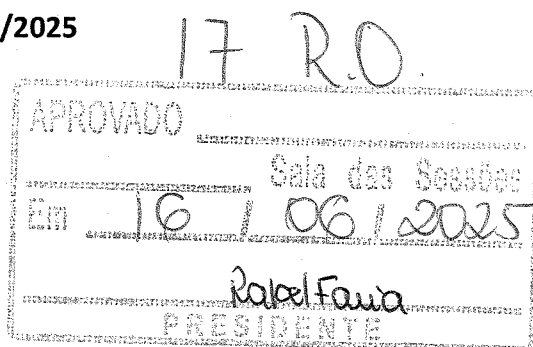
# CÂMARA MUNICIPAL DE PEDRO LEOPOLDO

ESTADO DE MINAS GERAIS

NOVO TEMPO, NOVA IDEIAS!

INDICAÇÃO Nº 812/2025

Excelentíssimo Senhor  
Rafael Vieira Faria  
Presidente da Câmara Municipal  
Pedro Leopoldo-MG



Senhor Presidente,

No uso de minhas atribuições regimentais, **indico** ao Poder Executivo a instalação de uma academia ao ar livre na rua Nossa Senhora da Saúde, bairro Cachoeira Grande, popularmente conhecida como "rua do Quadro", neste município.

## JUSTIFICATIVA

Não é novidade que a prática de exercícios físicos, especialmente ao ar livre, traz diversos benefícios que incluem a melhora do humor e energia, a estimulação da produção de vitamina D, a possibilidade de socialização e contato com a natureza, além de potenciais benefícios para a saúde mental, a exemplo da redução do estresse e da ansiedade.

O exercício físico ao ar livre, especialmente pela manhã, aumenta a liberação de endorfinas, que promovem a sensação de bem-estar e prazer, melhorando o humor e aumentando a energia para o dia. Da mesma sorte, a exposição à luz solar estimula a produção de vitamina D, essencial para a saúde óssea, imunológica e para o bom funcionamento do organismo.

Além disso, a prática de exercícios ao ar livre permite o contato com a natureza, trazendo com ela um efeito relaxante, reduzindo o estresse, trazendo impactos positivos na saúde mental, melhorando, por exemplo, foco e concentração, propiciando a oportunidade de interação com outras pessoas.

Posto isso, venho, no uso de minhas atribuições regimentais, apresentar indicação, sugerindo ao Poder Executivo, a instalação de uma academia ao ar livre na rua Nossa Senhora da Saúde, bairro Cachoeira Grande, popularmente conhecida como "rua do Quadro", apresentando mais uma opção para a prática de atividade física.

Sala das Sessões, 16 de junho de 2025.

Rafael Faria  
Rafael Vieira Faria – Rafa  
Vereador