

**INDICAÇÃO Nº 1/2024**

INDICO À DOUTA MESA, nos termos do art. 219 do Regimento Interno, que se digne Vossa Excelência a interceder junto à secretaria competente para **criação de um programa que incentive a prática de dança para idosos no município de São Paulo**, tendo em vista os benefícios físicos e mentais que tal atividade oferece a essa população.

A prática de exercícios físicos, como dança, é comprovadamente benéfica para a saúde física e emocional dos idosos, contribuindo para o bem-estar, a socialização e prevenção de doenças como a depressão. Dessa forma, torna-se essencial a criação de espaços e atividades direcionadas à terceira idade.

A dança, além de ser uma atividade recreativa, pode auxiliar no desenvolvimento de habilidades motoras e no fortalecimento da rede de apoio social dos idosos, como demonstrado no estudo “A Dança na Terceira Idade: Benefícios Físicos e Mentais”, de Raissa Martins Neves. A implementação desse programa não apenas melhoraria a qualidade de vida dessa população, mas também contribuiria para um envelhecimento mais ativo e saudável.

Portanto, a presente propositura visa promover a saúde e o bem-estar da população idosa, por meio de políticas públicas que incentivem a prática de atividades físicas recreativas, como a dança.

Sem mais para o momento, renovo votos de elevada estima e distinta consideração, e coloco-me à disposição para quaisquer dúvidas ou esclarecimentos.

Sala das Sessões,

ANDRÉ SANTOS

Vereador