



Vereadora

# Câmara Municipal de Itapissuma

## Casa Frei Caneca

Requerimento nº 435/2026

Excelentíssimo Senhores Vereadores:

A Vereadora que o presente subscreve, requer que depois de ouvido o Plenário e cumpridas todas as formalidades regimentais, seja o presente encaminhado ao Chefe do Poder Executivo Municipal juntamente com a Secretaria competente, **solicitando** a ampliação do projeto - atendimento para a 3ª idade existente no centro de Itapissuma para Distrito de Botafogo, com foco na atividade física com hidroginástica e alimentação saudável.

### JUSTIFICATIVA:

Considerando que a população idosa requer cuidados específicos para manter sua saúde física e mental, e que a prática regular de atividades físicas e uma alimentação equilibrada são fundamentais para prevenir doenças e promover o bem-estar.

Peço que sejam adotadas as seguintes medidas:

**Atividades Físicas:** Criação de programas de exercícios adaptados para idosos, como alongamento, caminhadas guiadas e hidroginástica. Disponibilização de profissionais qualificados, como educadores físicos e fisioterapeutas, para orientar e acompanhar as atividades.

**Alimentação Saudável:** Promoção de palestras e workshops sobre nutrição, com orientações sobre dietas balanceadas e adequadas à terceira idade. Distribuição de materiais informativos sobre alimentos benéficos para a saúde dos idosos.

**Acompanhamento Integral:** Realização de avaliações periódicas de saúde para monitorar o impacto das atividades físicas e da alimentação na qualidade de vida dos idosos.

Sala das Sessões da Câmara Municipal de Itapissuma, Estado de Pernambuco,  
Em 28 de janeiro de 2026.



  
**Vastir Francisco De Lima**  
Vereadora

CNPJ 08.637.407/0001-36  
RUA MANOEL LOURENÇO, 26 - CEP: 53700-000 - ITAPISSUMA - PE  
FONES: (81) 3548.1288 - 3548.1525  
E-MAIL: [CAMARAITAPISSUMA@GMAIL.COM](mailto:CAMARAITAPISSUMA@GMAIL.COM)

