



ESTADO DA BAHIA  
**CÂMARA MUNICIPAL DE JEQUIÉ**

“Casa de Zenildo Tourinho”

**INDICAÇÃO /2025**

Indicamos ao Exmo. Sr. Prefeito Municipal, Zenildo Brandão Santana; Exma. Sra. Secretária do Desenvolvimento Social, Patrícia Miranda Brandão Santana, medidas cabíveis e necessárias **PARA DOAÇÃO DE UM TERRENO COM APROXIMADAMENTE 2.000 METROS QUADRADOS PARA CONSTRUIR A ASSOCIAÇÃO CENTRO DE CONVIVÊNCIA DA TERCEIRA IDADE/ACCTI, (CNPJ: 57.239.512/0001-22) NO MUNICÍPIO DE JEQUIÉ.**

**JUSTIFICATIVA**

Esta proposição é pertinente e de grande relevância para o público da terceira idade, que irá proporcionar a todos estilo de vida saudável com atividades física, lazer, saúde mental, convívio social e, ainda acompanhamento para uma alimentação equilibrada, conforme a necessidade de seus frequentadores, e mediante acompanhamento da equipe responsável pela organização dos Projetos e daqueles que ficarão em linha de frente na gestão do Estatuto que norteia suas normas. Visando promover bem estar para a terceira idade decidimos apresentar esta indicação legislativa objetivando a conquista por parte do das esferas Municipal a aquisição de um terreno para construir a sede para a Associação Centro de Convivência da Terceira Idade para a cidade de Jequié.

Em qualquer idade, atividades de relaxamento, distração e divertimento fazem bem, mas especialmente para idosos, o lazer favorece a saúde física e mental. Várias são as oportunidades de sair da rotina na terceira idade e aproveitar os bons momentos da vida, como:

- dançar,
- cantar,
- viajar,
- estudar.



ESTADO DA BAHIA

## **CÂMARA MUNICIPAL DE JEQUIÉ**

“Casa de Zenildo Tourinho”

Existem muitas outras atividades que promovem a socialização, ajudam o corpo a se manter em movimento e estimulam os sentidos e a cognição. Isso quer dizer que se pode cuidar da saúde física e mental de forma divertida.

Quais são os benefícios do lazer para idosos?

O conceito de lazer é muito amplo.

Alguns dirão que pode ser uma atividade alegre, divertida e movimentada, como uma boa rodada de bingo com os amigos do grupo de convivência.

Geralmente esse conceito abrange:

- viajar,
- estar com os amigos,
- reunir familiares,
- dançar,
- participar de grupos de canto ou corais,
- ir ao cinema,
- estudar,
- praticar atividades coletivas.
- exercícios físicos.

E entre seus benefícios estão:

### 1. Interação social

As atividades coletivas de lazer para idosos, quer sejam elas com o grupo familiar ou de amigos, auxiliam no convívio social.

Elas ajudam a desenvolver e a manter o senso de bem-estar e também a saúde física.

Nesse sentido, vale frisar que as redes sociais e os aplicativos ajudam a manter a aproximação entre todos e estimular a realização dos eventos.

A ausência de calor humano junto do idoso aumenta seu sentimento de solidão, estimula sua sensação de incapacidade e, desse modo, afeta seriamente a saúde física e mental.



ESTADO DA BAHIA  
**CÂMARA MUNICIPAL DE JEQUIÉ**

“Casa de Zenildo Tourinho”

## 2. Distração

Uma atividade de lazer tem três momentos: o antes, o durante e o depois.

Isso faz com que o idoso mantenha a sua atenção voltada para o evento, distraíndo-o dos problemas, dos pensamentos rotineiros do dia a dia e promovendo bons sentimentos.

3. Longevidade há alguns anos, um [estudo](#) realizado na Universidade de Chicago, Estados Unidos, mostrou que a solidão aumenta em até 14% o risco de morte nas pessoas com idade avançada.

Dessa forma, um dos benefícios do lazer para idosos é que ele estimula à vontade viver e auxilia na longevidade.

## 4. Valorização

A terceira idade pode chegar com uma sensação de incapacidade e de inutilidade, o que traz sofrimentos e mal-estar, levando algumas pessoas a desenvolverem [depressão](#).

Atividades de lazer para idosos promovem o autoconhecimento e a descoberta de novos caminhos, o que faz com que eles se sintam novamente valorizados, com a autoestima elevada e felizes.

## 5. Melhorias na saúde

Quando alguém está em uma atividade de lazer, essa pessoa está feliz e, quando isso acontece, gera melhorias na saúde.

Se sentir bem ajuda no controle do estresse, melhora o sono e eleva a autoestima, fatores determinantes para a boa saúde física e mental.

Dançar, por exemplo, além dos outros benefícios apresentados, também ajuda o corpo, desenvolve o raciocínio e melhora a concentração.

Uma boa e divertida rodada de bingo estimula a audição e a coordenação motora, além de exigir atenção.

Referencias: <https://www.masternursing.com.br/lazer-para-idosos/#:~:text=Intera%C3%A7%C3%A3o%20social,e%20tamb%C3%A9m%20a%20sa%C3%BAde%20f%C3%ADsica>.



ESTADO DA BAHIA  
**CÂMARA MUNICIPAL DE JEQUIÉ**  
"Casa de Zenildo Tourinho"

Certos de contarmos com estimada atenção, de todos citados já agradecemos todo o empenho necessário para o pronto atendimento desta justa reivindicação.

Sala das Comissões, 09 de Abril 2025.

Maria Aparecida Souza Santos de Deus  
Vereadora Profa. Cida

<p style="text-align: center;"><b>ATENDIDO</b></p> <p>Of. n.º _____</p> <p>Em: ____/____/____</p> <p>_____</p>
--

<p>ATENDA-SE (    ) ARQUIVE-SE (    )</p> <p>Sala das Sessões</p> <p>em:...../...../.....</p> <p>_____</p>
--