



JUSTIFICATIVA

O envelhecimento populacional é uma realidade crescente em muitas cidades brasileiras, incluindo Juiz de Fora. A demanda por políticas públicas voltadas para a qualidade de vida da população idosa tem aumentado, sendo necessário criar alternativas que promovam a saúde e a inclusão social dessa faixa etária.

A prática regular de atividades físicas é reconhecida como uma das principais estratégias para a prevenção de doenças, redução de riscos cardiovasculares e melhoria da saúde mental, especialmente em idosos. As academias ao ar livre, já utilizadas com sucesso em diversas cidades, oferecem uma alternativa de baixo custo e acessível para que os idosos possam manter-se ativos de forma segura e eficaz, além de serem uma forma de interação social, melhorando a qualidade de vida e promovendo a integração da terceira idade com a comunidade.

A criação de um programa específico voltado para a terceira idade, com acompanhamento de profissionais de Educação Física, é uma medida que visa garantir que os idosos tenham acesso a atividades físicas orientadas, respeitando as limitações e potencialidades de cada indivíduo. A presença de profissionais capacitados é essencial para evitar lesões e garantir a segurança dos praticantes.

Além disso, o projeto visa incentivar o uso das praças públicas, proporcionando espaços de lazer e convivência para a população idosa, em locais que já são acessíveis e de fácil acesso. As praças, além de serem espaços de convivência social, são pontos de encontro importantes para a integração dos idosos na comunidade, fomentando o exercício físico e a socialização.

Portanto, este projeto de lei visa promover a saúde, o bem-estar e a inclusão social da população idosa de Juiz de Fora, garantindo-lhes o direito à prática de atividades físicas e ao uso de espaços públicos com acompanhamento especializado.

Palácio Barbosa Lima, 20 de outubro de 2025.



Julio César Rossignoli Barros
Vereador Julinho Rossignoli - PP

