



# PODER LEGISLATIVO DE JUARA - MATO GROSSO



Ofício nº 032/GVHC/2020.

Juara-MT, 05 de agosto de 2020.

Excelentíssimo Senhor  
**Carlos Amadeu Sirena**  
Prefeito do Município  
Juara – MT

**Carlos Amadeu Sirena**  
Prefeito Municipal de Juara

Protocolo nº 755/2020 – 05/08/2020

Assunto: Ofício nº 032/GVHC/2020 – Solicitando a possibilidade de construir uma pista de caminhada na Praça Rafael Pivato, localizada no Jardim Cruzeiro do Sul.

Excelentíssimo Prefeito,

Considerando que estudos científicos comprovam que, caminhar todos os dias fortalece os ossos e aumenta sua densidade, o que previne doenças como a osteoporose, melhora a saúde das articulações e diminui a possibilidade de sofrer de artrite;

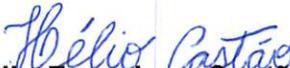
Considerando que, além de ser considerada uma modalidade esportiva de baixo custo, a caminhada traz muitos benefícios à saúde, pois, quando caminhamos nosso corpo libera uma quantidade maior de endorfina, hormônio produzido pela hipófise, responsável pela sensação de alegria e relaxamento;

Considerando ainda, que a prática de caminhadas tem se tornado um hábito comum de grande parte da população Juarense, principalmente nos finais de tarde, atividade que, inclusive traz inúmeros benefícios à saúde, como já mencionado acima, sendo até mesmo indicado por muitos profissionais da saúde quando se fala em qualidade de vida;

Diante do exposto, solicito a Vossa Excelência, a possibilidade de construir uma pista de caminhada na Praça Rafael Pivato, localizada no Jardim Cruzeiro do Sul, como forma de complementar a academia ao ar livre que será instalada no local, estimulando assim a prática de exercícios físicos.

Sabendo que não medirá esforços para o atendimento do anseio dessa comunidade, elevo protestos de estimas e distintas considerações.

Atenciosamente,

  
**Hélio Francisco Castão**  
(Hélio Castão)  
Vereador