

RECOMENDAÇÃO N.º 2

EM DEFESA DO EXERCÍCIO FÍSICO, PARA UMA MELHOR MOBILIDADE E QUALIDADE DE VIDA DOS FREGUESES SÉNIOR, DO LUMIAR.

Como é do conhecimento público, a população Portuguesa está envelhecida. Os fregueses do Lumiar, não fogem à regra.

O exercício físico é uma prática indispensável à mobilidade e saúde de todos os cidadãos, seja qual for o seu grupo etário, com especial realce, para a população sénior que até hoje, tem sido a mais desprotegida, para a prática de qualquer modalidade ao ar livre.

Todo o investimento, em aquisição e instalação de equipamento adequado, para a prática livre de exercício físico, para utilização pelos cidadãos da freguesia, a médio prazo, terá resultados visíveis.

Numa melhor e maior mobilidade, numa melhor saúde mental e conseqüentemente qualidade de vida, ir-se-á refletir numa diminuição do consumo de medicamentos, diminuição do número de consultas, diminuição de fraturas ósseas, fruto em grande parte do sedentarismo, com conseqüente diminuição de internamentos e cuidados médicos. A médio prazo será uma verdadeira poupança para o público.

O Lumiar tem um dos melhores espaços para lazer ao ar livre da cidade de Lisboa, refiro-me às Quintas dos Lilases e das Conchas. São muito bonitas e completamente vedadas, com abertura e fecho a horas programadas dos seus portões. Uma área privilegiada porque protegida, para instalar o equipamento para a prática de exercício físico de todas os fregueses, sobretudo dos seniores, como já disse, porque até hoje, têm sido os mais desprotegidos para a prática de qualquer modalidade ao ar livre.

Face ao exposto, o CDS/PP, propõe à Assembleia da Freguesia do Lumiar, reunida a 30 de Junho de 2015 que recomende ao executivo da Junta de Freguesia do Lumiar que:

1. Proponha à Câmara Municipal de Lisboa, independentemente de outros locais que considere convenientes, a instalação do equipamento adequado para a prática de exercício físico ao ar livre, da população sénior do Lumiar na Quinta das Conchas e dos Lilases.

Lumiar, 30 de Junho de 2015

A proponente
Maria Clara Gargalo Silva (CDS/PP)

Enviar:

- Presidente da Junta de Freguesia do Lumiar;
- Presidente da Câmara Municipal de Lisboa;
- Presidente da Assembleia Municipal de Lisboa;
- Publicar Site da Junta do Lumiar

APROVADA POR UNANIMIDADE