

## INCENTIVO AO USO DAS ACADEMIAS AO AR LIVRE NOS BAIROS DE FOZ DO IGUAÇU

CATANI, Alex Sandro <sup>1</sup>

SANTOS, Cristina Batista dos <sup>2</sup>

BAUERMANN, Bárbara Françoise Cardoso<sup>3</sup>

As academias públicas são fornecidas à população com a finalidade de oferecer-lhe melhoria da qualidade de vida através da prática regular de exercícios físicos. No entanto, nem todos acabam aderindo a esta prática, fazendo com que estes locais fiquem com um número reduzido de usuários, abaixo do ideal, tornando instalações como essas inviáveis. Sendo assim, é imprescindível que as pessoas passem a utilizar mais estes espaços, fazendo com que estas academias atendam a sua verdadeira função social dentro do bairro. Dessa forma, incentivar o morador a utilizar estas academias ao ar livre com maior frequência, estipulando um prazo diário como meta para a prática de exercícios e fazendo disso uma rotina; denunciar os atos de vandalismo contra estes locais, mantendo a sua estrutura em perfeitas condições de uso; e informar aos moradores sobre a importância de praticar exercícios físicos são os principais objetivos deste projeto de extensão. As atividades a serem realizadas estão voltadas para a criação de cartazes informativos, trabalhando em cima da conscientização; a distribuição de panfletos sobre o projeto nos bairros onde há menor índice de uso destas academias; e, por fim, com o auxílio de um veículo equipado com sistema de som, fazendo a divulgação do projeto em locais estratégicos da cidade onde há alta concentração de pessoas, de modo que o programa de incentivo atinja um número considerável de moradores da cidade, revertendo-se, assim, este cenário que não contribui para a longevidade da população. Com isso, espera-se que todos os cidadãos do município valorizem as academias públicas, dando maior ênfase à prática de exercícios físicos e frequentando mais espaços como esses. Somente desta maneira é que os moradores de Foz do Iguaçu adotarão novos hábitos que contribuam significativamente para o bem-estar do seu corpo, sem sedentarismo ou outras doenças do tipo.

**Palavras-chave:** Qualidade de vida; Exercícios físicos; Programa de incentivo.

---

<sup>1</sup> Acadêmico do curso de Gestão Pública – Centro Universitário UDC.

<sup>2</sup> Tutora EAD do curso de Gestão Pública – Centro Universitário UDC. E-mail: cristinabatista@udc.edu.br

<sup>3</sup> Coordenadora do curso de Gestão Pública – Centro Universitário UDC. E-mail: barbara.bauermann@udc.edu.br