



Atletismo

Mostra Local de: Maringá - PR

Categoria do projeto: Projeto em execução

Nome da Instituição/Empresa: Usina Santa Terezinha

Cidade: Maringá – PR

Contato: solangegil@usacucar.com.br / (44) 3218-1900

Autor (es): Solange Gil de Azevedo e Camila Maria Calabrezi

Equipe: A Equipe de trabalho é composta por vários profissionais de diversas áreas: Assistentes Sociais, Psicólogas, Enfermeiras, entre outros.

Parceria: Empresa patrocinadora, Universidade Estadual de Maringá, Projeto Tabagismo, Secretaria de Esporte e Lazer de Maringá, Rede Massa de TV e Rádio.

Objetivo(s) de Desenvolvimento do Milênio trabalhado(s) pelo projeto: Objetivo 6

INTRODUÇÃO

1. JUSTIFICATIVA: O atletismo é o esporte a base do indivíduo, pois repete e estimula os movimentos naturais do homem: correr, saltar, lançar. Dentro do atletismo, a corrida é considerada uma das práticas mais populares, prazerosa e traz grandes benefícios para a saúde. A preocupação com a qualidade de vida e com a promoção da saúde e da estética tem despertado, cada vez mais, o interesse de pessoas pelas corridas de rua. Com esta popularização, o número de adeptos e atletas cresceu significativamente em todo o mundo, assim como no Brasil e também no Paraná. Os benefícios da corrida de rua para a saúde física, mental e emocional são muitos e largamente difundidos. O primeiro benefício é que CORRER É DEMOCRÁTICO e não requer um equipamento especial, dá para praticar ao ar livre e ainda é uma ótima maneira de melhorar o fôlego e emagrecer; PREVINE DOENÇAS tais como: osteoporose, cardíacas, câncer de ovário ou de mama, distúrbios do sono e até mesmo a respeito do controle de disfunção erétil; MELHORA A AUTOESTIMA aumenta a autoconfiança e a disciplina; EXERCITA A CABEÇA, gera uma melhora significativa da memória e de outras habilidades mentais, conhecidas como funções cognitivas; AMPLIA O CÍRCULO DE AMIZADES. Como uma atividade física de massa popular, relacionada aos movimentos naturais, de baixo custo, que proporciona bem estar físico, psicológico, cognitivo, afetivo e social aos seres Humanos, a Usina Santa



Terezinha, justifica a proposta de trabalho do presente projeto. Também ressalta sua importância para a melhoria da qualidade de vida dos colaboradores, dependentes e comunidade local, bem como, para o desenvolvimento sustentável com base nos princípios do Pacto Global e Objetivos de Desenvolvimento do Milênio.

2. OBJETIVO GERAL: Promover a melhoria da qualidade de vida dos colaboradores e dependentes da Usina Santa Terezinha e comunidade local por meio do atletismo.

3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS: Promover corridas de rua; Incentivar a participação dos colaboradores e dependentes da Usina Santa Terezinha nas corridas de rua; Orientar os colaboradores, dependentes e comunidade local, da importância dos cuidados com a saúde.

4. ORÇAMENTO: R\$ 70.000,00 Anual