



Câmara Municipal de Cabo Frio

Av. Assunção, 760 - São Bento - CEP: 28906-200 - CABO FRIO\RJ
CNPJ: 29.880.739/0001-17 - Tel: (22) 2640-0700 - Site: cabofrio.legislativomunicipal.com

REQUERIMENTO Nº 0085/2023

Em, 25 de abril de 2023.

REQUER OUTORGA DE MOÇÃO DE APLAUSOS AO PROJETO DE DANÇA ALINE RANGEL, PELOS RELEVANTES SERVIÇOS PRESTADOS AO MUNICÍPIO.

Exmo(a) Sr(a) Presidente(a) da Câmara Municipal de Cabo Frio

O Vereador que este subscreve, atendendo tudo mais o que determina o interesse público, Requer à Douta Mesa, na forma regimental, outorga de Moção de Aplausos ao Projeto de Dança Aline Rangel, pelos relevantes serviços prestados ao Município.

Sala das Sessões, em 25 de abril de 2023.

LUIS GERALDO SIMAS DE AZEVEDO
Vereador(a) - Autor(a)

JUSTIFICATIVA:

Projeto de Dança Aline Rangel, o Projeto que muda vidas.

O Projeto de Dança Aline Rangel foi fundado em dezembro de 2019, por Aline Rangel Martins, Policial Militar do Estado do Rio de Janeiro há 12 anos. Apaixonada pela profissão, percebia que ainda faltava algo a realizar em sua vida: a necessidade de ajudar pessoas, em especial mulheres com depressão, baixa autoestima e as que sofrem violência doméstica. É ainda, quem sabe isso poderia ser feito através da Dança?

Este desejo em ajudar já estava em seu coração, desde que sua mãe Marli Rangel Martins, apresentou alguns sinais de depressão. Naquela época, há 30 anos atrás, a depressão não era tratada como uma doença, e sim, referiam-se como frescura, bobagem, coisa de pessoas que não tem o que fazer. Com isso, sem o apoio, orientação e tratamentos adequados, sua mãe pôs fim ao próprio sofrimento e se suicidou.

Com certeza a depressão mata. Procurei um espaço ao ar livre, nas areias da praia e convidei algumas mulheres para participar das aulas de dança. Já na primeira aula foi possível perceber de perto a necessidade e cuidados que muitas mulheres precisam ter, em especial, quando o assunto é depressão e violência doméstica.

Logo após a segunda aula de dança nas areias da praia, as alunas que sofriam depressão há anos, pediam para dar relatos do quanto essas atividades já faziam diferença na vida delas.

Uma Aluna relatou ainda que há 03 anos não tinha coragem de sair de casa para se divertir, e depois que começou a frequentar às aulas toda aquela tristeza que existia em seu coração, foi transformada em alegria.



Câmara Municipal de Cabo Frio

Av. Assunção, 760 - São Bento - CEP: 28906-200 - CABO FRIO\RJ

CNPJ: 29.880.739/0001-17 - Tel: (22) 2640-0700 - Site: cabofrio.legislativomunicipal.com

A dança é uma das atividades físicas mais completas, pois trabalha o corpo, a mente e a alma. Exige decorar coreografias, escutar músicas, exercitar o corpo, controlar a respiração, ter paciência para não errar o ritmo, não ter vergonha de se apresentar para outras pessoas, lidar com as diferenças, ultrapassar seus limites. Aqui a arte, mais uma vez, atua como uma ferramenta poderosa em prol da saúde mental, do corpo e da alma do ser humano.

Hoje, utiliza algumas ferramentas profissionais para agregar ainda mais na vida de tantas mulheres, além da dança, utiliza a terapia e todo o suporte da formação de Coach com PNL. Esses três suportes têm ajudado a transformar muitas vidas.

O Projeto de Dança Aline Rangel, é sem fins lucrativos e atende dezenas de mulheres oriundas de vários bairros da região.

OBJETIVO DO PROJETO:

- Proporcionar às mulheres alegria por meio da dança;
- Aumentar a autoestima;
- Combater a Depressão;
- Diminuir a ansiedade;
- Contribuir para o bem-estar;
- Desenvolver coreografias;
- Melhorar o humor;
- Auxiliar mulheres vítimas de violência doméstica.

O Projeto de Dança Aline Rangel acredita que as aulas de dança (Fitdance) com as ferramentas acima mencionadas, pode proporcionar muitos benefícios e uma melhor qualidade de vida à todas às mulheres que participam do Projeto.

Essa atividade lúdica, prazerosa e divertida, causa também o bem-estar físico, mental e emocional.