GABINETE DEPUTADO RENATO SILVA

PROJETO DE LEI 253/2022

INSTITUI O DIREITO AO PAGAMENTO DE MEIA ENTRADA PARA O INGRESSO EM ESTABELECIMENTOS E/OU CASA DE DIVERSÕES, PRAÇAS ESPORTIVAS OU SIMILARES, QUE PROMOVAM ESPETÁCULOS DE LAZER, ENTRETENIMENTO E DIFUSÃO CULTURAL AOS POLICIAIS MILITARES, POLICIAIS CIVIS, BOMBEIROS MILITARES E POLICIAIS PENAIS.

O **GOVERNO DO ESTADO DE RORAIMA**, faço saber que a Assembleia Legislativa do Estado de Roraima aprovou e eu sanciono a seguinte lei.

Artigo 1º - Será instituída, no âmbito do Estado, a meia entrada para o ingresso em estabelecimentos e/ou casas de diversões, praças esportivas ou similares, que promovam espetáculos de lazer, entretenimento e difusão cultural aos policiais militares, civis, bombeiros militares e policiais penais.

Parágrafo único - Para efetivos desta lei, considerar-se-á como casa de diversões ou estabelecimentos que realizem espetáculos musicais, artístico, circense, teatrais, cinematográficos, feiras, exposições zoológicas, pontos turísticos, estádios, atividades sociais, recreativas, culturais, esportivas e quaisquer outras que proporcionem lazer, cultura e entretenimento.

Artigo 2º - A meio entrada corresponde a 50% (cinqüenta por cento) do valor do ingresso cobrado, sem restrição de data e horário.

Artigo 3º - Para efeito desta lei, serão concedidos o direito de meio entrada (50%) para o ingresso no ato da aquisição, mediante a apresentação de documento de identificação profissional oficial.

Artigo 4º - O Poder executivo regulamentará a presente lei no prazo de 60 (sessenta) dias a contar da data de sua publicação.

Artigo 5º - Esta Lei entra em vigor na data de sua publicação.

Sala das Sessões, 01 de junho de 2022.

JUSTIFICATIVA

Tal propositura visa reconhecer a extrema importância dos serviços prestados pelos nossos Profissionais de Segurança Pública, os quais arriscam suas próprias vidas para manter a paz social, proteger e salvar outras vidas, no auge do estresse diário, riscos e etc.

Quando incluído corretamente na sua rotina, o lazer é capaz de ajudar em diversos sentidos, inclusive na prevenção de problemas de saúde. Para entender mais sobre o assunto, veja a seguir tudo o que você precisa saber sobre o lazer na sua rotina.

Quais são os benefícios do lazer?

O lazer é uma parte importante da vida de qualquer pessoa — e não apenas por uma questão de equilíbrio. Graças aos momentos prazerosos, é possível aproveitar algumas vantagens que não serão obtidas se você se mantiver preso ao trabalho o tempo todo.

Divertir-se e relaxar em momentos só seus geram impactos em várias áreas da sua vida, especialmente em longo prazo. Confira os benefícios:

Aumenta a qualidade de vida

Imagine passar anos consecutivos da sua vida trabalhando e curtindo somente os finais de semana. Ou, pior ainda, deixando o final de semana passar em branco porque você está muito cansado para aproveitá-lo.

Por mais que você goste do seu trabalho, essa visão é, no mínimo, desestimulante. Ao viver essa realidade, você coloca em jogo a sua qualidade de vida e a sua saúde.

Não ter tempo para o lazer significa, também, não ter tempo para cuidar de si mesmo, descobrir novas coisas, desenvolver novas competências, buscar novas oportunidades e novos desafios. Tudo isso faz com que você perca grande parte da motivação para cumprir as suas tarefas rotineiras.

Por outro lado, ao colocar o lazer como uma das partes importantes da sua vida, você consegue ter mais estímulo em relação ao seu cotidiano. Ao final, sua vida se torna mais leve e também melhor em vários sentidos.

Quem afirma isso é a ciência. Pesquisadores croatas fizeram um levantamento por meio do qual descobriram que as atividades de lazer estão diretamente ligadas à melhora do bem-estar subjetivo. Em outras palavras: melhor qualidade de vida!

Ajuda a fugir da rotina

Por mais que a rotina ajude a manter um senso de orientação, ela pode se tornar algo difícil de encarar. Quanto mais tempo você passa fazendo as mesmas coisas, menos interesse há nessas tarefas.

Mesmo algo prazeroso — como uma atividade no trabalho da qual se gosta muito — pode assumir o caráter de obrigação por causa da rotina.

Muitas vezes, a insatisfação e a frustração não vêm do trabalho ou das obrigações em si, mas sim da rotina que esses fatores impõem. No entanto, quando você busca atividades prazerosas no seu tempo livre, tudo muda de figura.

Ao investir em outras distrações, você consegue quebrar a rotina. Ao explorar novos interesses, conhecimentos e possibilidades, você faz com que todos os dias sejam diferentes.

Isso torna a rotina mais tolerável e faz com que todos os dias tragam algo de novo. Desse modo, é mais fácil encarar o tempo de uma maneira mais positiva.

Traz novas experiências

Quando você busca ocupar o seu tempo livre de uma maneira agradável e divertida, você vive novas experiências. Ao adotar um novo hobby, por exemplo, você vai encarar novos desafios e também obter novas conquistas que não eram esperadas.

Da mesma forma, ao fazer atividades físicas, você vai ver transformações que, antes, não seriam possíveis. Seu condicionamento físico, por exemplo, vai melhorar e você conseguirá realizar novas atividades a partir daí.

Além de tudo, é bastante comum conhecer novas pessoas enquanto você busca ocupar esse tempo que sobra. Seja ao buscar informações ou ao praticar atividades novas, é sempre possível conhecer pessoas que usam o tempo livre de forma parecida com a sua.

Isso melhora suas habilidades relacionadas às relações sociais e permite que você faça descobertas sobre as coisas em geral.

Desenvolve novos interesses e habilidades

É bastante comum usar o tempo livre com atividades conhecidas. Porém, ao se dedicar a novas empreitadas, é possível descobrir outros pontos mais aprofundados de interesse.

Quem gosta de praticar atividades físicas nos momentos de relaxamento, por exemplo, pode começar com a caminhada. Depois de um tempo, descobre que se dá muito bem com a idéia de correr e passa a desenvolver um interesse maior por essa atividade. Consegue notar como uma coisa leva à outra?

Além de desenvolver seus interesses, você também passa a desenvolver suas habilidades. Ao se engajar com uma tarefa, é comum se dedicar a ela. Como a prática leva à perfeição, eventualmente as suas habilidades iniciantes se transformam em uma experiência valiosa e que faz a diferença.

Novamente usando o exemplo das atividades físicas, ao descobrir o interesse pela corrida, você pode começar com a prática regular dessa atividade. Depois de alguns

meses de treino consistente, é provável que você esteja correndo até mesmo uma maratona de cinco ou dez quilômetros, por exemplo.

Aumenta a expectativa de vida

Ter um tempo só para você, fora do trabalho e longe das obrigações cotidianas permite que você viva mais. Como a sua qualidade de vida aumenta e você se torna uma pessoa mais feliz, de maneira geral, a sua expectativa de vida também aumenta. Afinal, idosos mais felizes têm uma expectativa de vida maior.

Além disso, o que você faz com o seu tempo de lazer também pode modificar o tempo que você vive. Segundo o National Cancer Institute (NCI), quem gasta o tempo de lazer fazendo atividades físicas pode aumentar a expectativa de vida em até 4 anos e meio.

Não apenas você viverá mais se aproveitar bem seu tempo de lazer, como também conseguirá viver com mais saúde — o que faz com que tudo seja melhor.

Seis problemas de saúde para prevenir com o lazer

O aumento da sua expectativa de vida está associado ao cuidado com a saúde. Administrar bem o tempo destinado a você, longe das obrigações, gera impactos na sua saúde física e mental.

De uma forma geral, os seis problemas de saúde que podem ser prevenidos com atividades de lazer são:

1. Estafa

A estafa é um problema de saúde que diz respeito ao esgotamento físico e/ou mental diante da realização de certa atividade — normalmente o trabalho. Quando o corpo e a mente não possuem um tempo de descanso, eles atingem o limite de ações e informações processadas.

Ao relaxar, você garante que o seu corpo dê uma pausa nessa rotina. Assim, é possível repor as energias e conseguir uma maior sensação de descanso. A partir daí, tanto a mente quanto o corpo ficam prontos para desenvolver novamente as suas atividades.

2. Estresse

O estresse é, em primeira análise, uma reação natural e positiva do organismo. Diante de uma ameaça iminente, o corpo entra em estado de atenção: hormônios são liberados, a freqüência cardíaca aumenta e você se prepara para lidar com a questão identificada pelo cérebro.

No entanto, o problema se torna grave quando vira crônico. Nesse sentido, o lazer pode ajudar. Ao quebrar a rotina, permitir o descanso e liberar hormônios do prazer e da felicidade — como dopamina e ocitocina — há uma melhora nos níveis de estresse.

Por fim, uma pesquisa revelou que, no geral, pessoas com mais tempo livre e/ou que o utilizam melhor sentem menos os impactos do estresse diário. Um ótimo motivo para buscar alternativas para se divertir, não é?

3. Transtornos psicológicos

Transtornos psicológicos como ansiedade e depressão, podem ser atenuados com a utilização do tempo livre de maneira adequada. Com as atividades de lazer, são liberados os hormônios que mencionamos anteriormente, além do neurotransmissor serotonina.

Todos eles são responsáveis por garantir a sensação de bem-estar e felicidade. Com isso, mais lazer significa ter mais dessa sensação, o que ajuda a diminuir os impactos da depressão e da ansiedade.

4. Problemas cardiovasculares

Os hormônios liberados pelo estresse crônico sobrecarregam o sistema cardiovascular, especialmente o coração. Além disso, a falta de lazer normalmente está associada ao sedentarismo e à falta de cuidado com a saúde.

Garantir que você use o tempo livre que tem para si torna possível reduzir os riscos de problemas cardiovasculares.

Ao praticar atividades físicas nesse período, por exemplo, você ainda aumenta significativamente a proteção contra problemas de coração. Os exercícios também ajudam na vascularização e no funcionamento geral do corpo.

5. Doenças crônicas

Algumas doenças crônicas podem afetar a saúde, especialmente quando se é muito estressado e/ou sedentário. Dentre elas, as principais são diabetes, hipertensão e obesidade.

No entanto, com um tempo de lazer adequado, tudo isso pode mudar. Menos estresse pode significar, ainda, menor ingestão de calorias, o que evita todos esses problemas.

Além disso, a prática de atividades físicas também deve ser considerada para combater as doenças crônicas. Ao fazer exercícios, você diminui os riscos de ter pressão alta, controla ou previne o diabetes e diminui as chances de sofrer com a obesidade.

6. Perda de memória

Tanto o estresse, quanto a depressão, ajudam a diminuir o hipocampo, área do cérebro responsável pela memória. Como o tempo de lazer ajuda a reduzir os efeitos desses dois fatores, ele também evita a perda de memória.

Isso acontece porque as atividades fora da rotina também ajudam a manter o cérebro ativo. Segundo uma pesquisa norte-americana, idosos com mais atividade de lazer têm uma velocidade menor de perda de memória, independentemente do nível de escolaridade.

Fonte: https://viva.rituaali.com.br/bem-estar/o-lazer-e-muito-mais-importante-que-voce-imagina/

Mediante ao reconhecimento das condições no cumprimento de suas funções, principalmente no aspecto emocional, precisamos proporcionar mais qualidade de vida e bem-estar aos nossos Profissionais de Segurança Pública.

Por tais motivos, peço apoio aos meus nobres Pares, no sentido de aprovar o presente projeto de lei, que irá trazer inúmeros benefícios para os profissionais da segurança pública coma finalidade de proporcionar lazer e entretenimento entre outros benefícios a estes profissionais os quais arriscam suas próprias vidas para manter a paz social, proteger e salvar outras vidas, no auge do estresse diário e diversos riscos.

Sala das Sessões, 01 de junho de 2022.

RENATO DE SOUZA SILVA:86234870287

Assinado digitalmente por RENATO DE SOUZA SILVA:86234870287
DN: C=BR, O=ICP-Brasil, OU=Secretaria da Receita Federal do Brasil - RFB, OU=RFB e-CPF A3, OU=EM BRANCO, OU=11825802000157, OU=PRESENCIAL, CN=RENATO DE SOUZA SILVA:86234870287
Razão: Eu sou o autor deste documento
Localização: sua localização de assinatura aqui
Data: 2022-06-01 21:20:17
Foxit Reader Versão: 10.0.1

RENATO SILVA
Deputado Estadual