

INDICAÇÃO Nº

282/2015

Os vereadores, WAGNER ANTONIO PEREIRA LOPES e EVANDRO FARIAS MURA, no uso de suas prerrogativas parlamentares, etc;

**Indicam** ao Prefeito ARMANDO ROSSAFA GARCIA, as providências que se fizerem necessárias, para a implantação do “Programa de Ginástica Laboral” nos órgãos públicos do município.

JUSTIFICATIVA:


A Ginástica Laboral analisa a importância da reeducação postural, alívio do estresse e tem como finalidade a de valorizar a prática da atividade física como instrumento de promoção de saúde e prevenção de lesões como LER (Lesões por Esforços Repetitivos) e DORT (Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho).

O programa de ginástica laboral é realizado por profissional habilitado e consiste em práticas diárias de alongamentos, respiração, reeducação postural, controle corporal, percepção corporal e fortalecimento de grupos musculares, respeitando sempre o limite de cada indivíduo. São realizadas no próprio posto de trabalho com duração de 10 a 20 minutos, e como é um exercício de baixa intensidade, não altera em nada a produção de quem a pratica.

Assim sendo a implantação da Ginástica Laboral no ambiente de trabalho dos órgãos públicos, é uma das formas de promover a saúde, a interatividade entre os servidores e de minimizar os riscos de lesões de esforços repetitivos e doenças ocupacionais, evitando assim o afastamento do trabalho.

Daí a razão da presente sugestão que está a merecer a atenção da Administração Municipal.

Sala das Sessões Dr. João Alfredo do Amaral Ribeiro,  
05 de novembro de 2015

  
WAGNER ANTONIO PEREIRA LOPES  
Vereador PMDB

  
EVANDRO FARIAS MURA  
Vereador PPS

CÂMARA MUNICIPAL  
SANTA FÉ DO SUL  
Estado de São Paulo

05 NOV. 2015

PROT. Nº 532

  
PROTOCOLO