

CÂMARA MUNICIPAL DE GOIANÁ

CNPJ 01.621.772/0001-03

Requerimento CMG/2021/185

Excelentíssima Senhora Presidente da Câmara Municipal de Goianá

Os Vereadores que ao final subscrevem vêm requerer, após os trâmites regimentais, seja encaminhado Prefeito Municipal Câmara Municipal de Goianá – Estevam de Assis Barreiros, o seguinte

REQUERIMENTO

Em atendimento à solicitação feita pelo Presidente do Sindicato dos Servidores Públicos de Goianá – Senhor Marílio Ciconeli Duarte, seja acordado com as Secretarias Municipais de Esporte e Lazer (Marcio de Aquino Alves) e Saúde e Saneamento (Lucio Alvim), de serem realizadas, com os Servidores Públicos do Município de Goianá, atividades de ginástica laboral, com regularidade mínima de duas vezes na semana.

JUSTIFICATIVA

Digníssimos Vereadores,

O ritmo acelerado da vida moderna reflete dentro das empresas e órgãos públicos, enquanto trabalha-se cada vez mais para uma maior produtividade, por outro lado, pensa-se cada vez menos em qualidade de vida. Os efeitos de tais ações podem ser prejudiciais, tanto para a saúde dos colaboradores quanto para os empregadores. É por isso que cada vez mais se tem investido em oferecer atividades físicas para os funcionários e servidores, como a Ginástica Laboral.

A Ginástica Laboral é a atividade física destinada aos funcionários e servidores durante o expediente de trabalho. Com intervenções entre 10 e 15 minutos, é baseada em técnicas de alongamento, respiração, percepção corporal, reeducação postural e compensação dos músculos.

Entre os diversos benefícios da Ginástica Laboral, destacam-se: melhora do sistema cardíaco, respiratório e esquelético; aumento da consciência corporal, prevenção de doenças ocupacionais; minimiza a fadiga, o esgotamento e a monotonia.

CÂMARA MUNICIPAL DE GOIANÁ

CNPJ 01.621.772/0001-03

Realizada no próprio ambiente de trabalho, tem como objetivo melhorar a condição física dos trabalhadores, e claro, a saúde e o bem-estar, refletindo em uma melhora na qualidade e produtividade laboral, favorecendo, ao final, as duas partes. Ou seja, todos saem “ganhando”, por assim dizer.

O bem maior a ser obtido com a adoção da requerida medida é a qualidade de vida da pessoa.

Sala de Reuniões Vereador João Batista Ribeiro
Câmara Municipal de Goianá
27 de julho de 2021

Jorge Lanini
Vereador