



CÂMARA MUNICIPAL DE ARARAQUARA

INDICAÇÃO NÚMERO 2351 /15.

AUTOR: Vereador Doutor Lapena

DESPACHO:

DEFERIDA.

Araraquara, 22 OUT 2015.

Presidente

Indico satisfeitas as formalidades regimentais, seja oficiado ao senhor Prefeito Municipal, a necessidade de entrar em entendimento com o órgão responsável, no sentido de implantar a ginástica laboral para as empresas públicas e privadas.

Segue em anexo projeto de lei da Câmara Municipal de São Paulo.

Araraquara, 21 de outubro de 2015.

DOUTOR LAPENA
Vereador.

PROJETO DE LEI 01-0139/2010 do Vereador Souza Santos (PSDB)

“Institui a realização de “Ginástica Laboral” em empresas de administração pública e privada e, dá outras providências.

A CÂMARA MUNICIPAL DE SÃO PAULO DECRETA:

Art. 1º - Fica instituído no âmbito municipal que as empresas de administração pública e privada com mais de 100 (cem) pessoas em seu quadro funcional a disponibilizarem a realização de “Ginástica Laboral” para todos os funcionários.

§ - A ginástica será realizada diariamente, sem acréscimo de tempo de carga horária, antes, durante ou depois do expediente, por um período não inferior a 10 minutos e não superior a 30 minutos, tempo esse a ser determinado pela própria empresa.

§ - Os conteúdos programáticos e os exercícios deverão ser elaborados e aplicados por profissionais habilitados em Educação Física, observando-se as necessidades e limitações individuais de cada funcionário.

Art. 2º - As despesas decorrentes da execução da presente Lei, correrão por conta de dotações orçamentárias próprias, suplementadas se necessário.

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

São Paulo, 13 de abril de 2010.

Sala das Sessões, Às Comissões competentes.”



**CÂMARA MUNICIPAL DE
SÃO PAULO**

PL 139/10

JUSTIFICATIVA

A presente iniciativa tem por objetivo preparar o trabalhador, físico e mentalmente para sua jornada de trabalho e compensar sua musculatura após um dia estressante e exigente.

A ginástica laboral é desenvolvida de maneira criteriosa e obedece a métodos e métodos específicos que são criados individualmente para cada empresa e, posteriormente, elaborada de acordo com as atividades exercidas em cada setor, focando os pontos vulneráveis do corpo e suscetíveis a desgastes, sobrecargas e contusões.

Agindo de maneira terapêutica e preventiva, esse tipo de exercício não é cansativo para o trabalhador por ser de curta duração. Em geral são exercícios de alongamento e relaxamento para compensação muscular das estruturas envolvidas nas tarefas operacionais diárias.

É de fundamental importância que as empresas se preocupem em manter profissionais saudáveis e dispostos para enfrentar um mercado de trabalho atualmente tão exigente, competitivo e seletivo.

Entende-se, portanto, que a referida iniciativa representa um investimento para os empresários e um benefício para os funcionários. Com a melhoria no estado de saúde física e mental do trabalhador, a empresa deixa de perder tempo e dinheiro com despesas médicas e possíveis afastamentos. Somado a isso, ainda pode-se certamente observar um ambiente de trabalho menos inquieto e estressante e mais sociável, interagido e agradável.

Desse modo, o apoio advindo dos Nobres Pares desta Casa de Leis é primordial para a aprovação deste projeto.