

PROPOSTA Nº 39/M
PARCERES Nº 39/11



Câmara Municipal de Assis

ESTADO DE SÃO PAULO

RUA JOSÉ BONIFÁCIO, 1001 - CX. POSTAL 275 - CEP 19.800-072 - FONE/FAX: (18) 3322-4144
site: www.camaraassis.sp.gov.br - e-mail: cmassis@camaraassis.sp.gov.br - ASSIS - SP

PROJETO DE RESOLUÇÃO Nº 05/2011

DISPÕE SOBRE A CRIAÇÃO DO PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL NO ÂMBITO DA CÂMARA MUNICIPAL DE ASSIS

O PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE ASSIS, usando das atribuições que lhe confere o Artigo 31, inciso IV, da Lei Orgânica do Município de Assis, faz saber que a Câmara Municipal de Assis aprova e ele promulga a seguinte RESOLUÇÃO:

- Art. 1º. Fica criado no âmbito da Câmara Municipal de Assis o "Programa de Ginástica Laboral", sendo optativo ao funcionário para sua execução.
- Art. 2º. Ficará a cargo da Diretoria da Câmara Municipal de Assis estabelecer o horário para a prática da ginástica laboral.
- Art. 3º. A duração da ginástica poderá ser de 10 (dez) a 15 (quinze) minutos, sem prejuízo de vencimentos.
- Art. 4º. A quantidade de dias por semana que irá realizar a ginástica laboral e o programa serão avaliados de acordo com o trabalho desenvolvido no ambiente pelo profissional que estiver desenvolvendo o programa.
- Art. 5º. Os profissionais que irão desenvolver e aplicar o programa poderão ser os professores que a Autarquia Municipal de Esportes de Assis (AMEA) dispõe, estagiários da Faculdade de Educação Física ou empresa especializada.
- Art. 6º. As despesas com a execução da presente Resolução correrão por conta de dotações orçamentárias próprias, suplementadas se necessário.
- Art. 7º. Esta Resolução entrará em vigor na data de sua publicação.
- Art. 8º. Revogam-se as disposições em contrário.

SALA DAS SESSÕES, EM 28 DE MARÇO DE 2011.

Ana Santa Ferreira Alves

ANA SANTA FERREIRA ALVES
Vereadora - DEM



Câmara Municipal de Assis

ESTADO DE SÃO PAULO

RUA JOSÉ BONIFÁCIO, 1001 - CX. POSTAL 275 - CEP 19.800-072 - FONE/FAX: (18) 3322-4144
site: www.camaraassis.sp.gov.br - e-mail: cmassis@camaraassis.sp.gov.br - ASSIS - SP

EXPOSIÇÃO DE MOTIVOS

Trazemos a apreciação de Vossas Excelências o presente Projeto de Resolução que visa implantar na Câmara Municipal de Assis os benefícios para a prática da ginástica laboral, pois é importante na prevenção de doenças ocupacionais. A Ginástica Laboral são exercícios físicos realizados no ambiente de trabalho, durante o horário de expediente em empresas, Bancos, órgãos públicos, entre outros locais. Tem como objetivo promover o bem-estar dos funcionários, evitar que estes venham a adquirir doenças ocupacionais e também evitar lesões causadas por esforços repetitivos.

A Ginástica Laboral, além de exercícios físicos, consiste em alongamentos, flexibilidade das articulações e no relaxamento muscular. Atualmente, no Tribunal de Contas do Estado de Mato Grosso (TCE/MT), existem 800 servidores que estão divididos em 56 salas e, todas as segundas e quartas-feiras, no período matutino e terças e quintas-feiras, no período vespertino, durante 10 minutos, cada uma das salas realiza a Ginástica Laboral.

As doenças ocupacionais estão entre a LER, que são Lesões por Esforços Repetitivos e a DORT, que são Distúrbios Osteomusculares Relacionados ao Trabalho. Essas doenças acabam gerando despesas para os órgãos municipais, por terem funcionários que acabam se afastando em licença médica e por terem de contratar novos funcionários.

Existem dois tipos de Ginástica Laboral: a Preparatória e a Compensatória. A Ginástica Preparatória é realizada antes ou logo nas primeiras horas do início do trabalho. Na maioria das vezes não é possível implantar em todos os setores antes de iniciar a jornada, mas logo no seu início e isso não descaracteriza como preparatória. Ela é constituída de aquecimento e/ou alongamentos específicos para determinadas estruturas exigidas. O objetivo é aumentar a circulação sanguínea, lubrificar e aumentar a viscosidade das articulações e tendões. A Ginástica Compensatória é realizada no meio da jornada de trabalho, como uma pausa ativa para executar exercícios específicos de compensação. Praticada junto às máquinas, mesas do escritório ou em espaço livre, utilizando exercícios de descontração muscular e relaxamento, visando diminuir a fadiga e prevenir as enfermidades profissionais crônicas.



Câmara Municipal de Assis

ESTADO DE SÃO PAULO

RUA JOSÉ BONIFÁCIO, 1001 - CX. POSTAL 275 - CEP 19.800-072 - FONE/FAX: (18) 3322-4144
site: www.camaraassis.sp.gov.br - e-mail: cmassis@camaraassis.sp.gov.br - ASSIS - SP

Benefícios para o funcionário: a prática da Ginástica Laboral combate e previne as L.E.R./D.O.R.T.; ela é uma arma contra o sedentarismo, estresse, depressão e ansiedade; também melhora a flexibilidade, força, coordenação, ritmo, agilidade e resistência, promovendo uma maior mobilidade e postura. Além disso, reduz a sensação de fadiga no final da jornada, contribuindo para uma melhor qualidade de vida do trabalhador. Outro resultado importante na Ginástica Laboral é favorecer o relacionamento social e o trabalho em equipe, desenvolvendo a consciência corporal, pois as esferas psicológica e social são beneficiadas.

Benefícios para a Organização: a Ginástica Laboral é responsável pela redução de despesas por afastamento médico, acidentes e lesões, melhorando a imagem da instituição perante os funcionários e a sociedade, além de aumentar a produtividade e qualidade.

Tendo em vista a finalidade a que se presta o projeto e a quem se destinará, esperamos contar com o apoio dos nobres pares para aprovação da matéria em plenário.

SALA DAS SESSÕES, EM 28 DE MARÇO DE 2011.

ANA SANTA FERREIRA ALVES
Vereadora - DEM



Câmara Municipal de Assis

ESTADO DE SÃO PAULO

RUA JOSÉ BONIFÁCIO, 1001 - CX. POSTAL 275 - CEP 19.800-072 - FONE/FAX: (18) 3322-4144
site: www.camaraassis.sp.gov.br - e-mail: cmassis@camaraassis.sp.gov.br - ASSIS - SP

PARECER JURÍDICO

PROJETO DE RESOLUÇÃO Nº 05/2.011
PARECER Nº 39/2011

**DISPÕE SOBRE A CRIAÇÃO DO
PROGRAMA DE GINÁSTICA LABORAL
NO ÂMBITO DA CÂMARA MUNICIPAL DE
ASSIS.**

Referido Projeto de Resolução é de autoria do Vereador ANA SANTA FERREIRA ALVES e tem como objetivo autorizar o Poder Legislativo a criar no âmbito da Câmara Municipal o "Programa de Ginástica Laboral", que são exercícios físicos realizados no ambiente de trabalho para promover o bem estar dos funcionários.

O presente Projeto de Decreto Legislativo, encontra fundamento jurídico na letra "e" do § 1º do artigo 185 do Regimento Interno da Câmara Municipal de Assis, que trata sobre a matéria de organização e funcionamento, cuja competência e autoria, acha-se lastrada justamente no artigo 16 da Lei Orgânica do Município de Assis, o qual estabelece que compete à Câmara Municipal, editar Resoluções, para regulamentar assuntos de sua economia interna.

Isto posto, estando o referido Projeto de Resolução elaborado em consonância com o que dispõe a legislação vigente e aplicável, somos do PARECER de que não existem quaisquer óbices de ordem legal e muito menos constitucional, para que o mesmo seja remetido



Câmara Municipal de Assis

ESTADO DE SÃO PAULO

RUA JOSÉ BONIFÁCIO, 1001 - CX. POSTAL 275 - CEP 19.800-072 - FONE/FAX: (18) 3322-4144
site: www.camaraassis.sp.gov.br - e-mail: cmassis@camaraassis.sp.gov.br - ASSIS - SP

ao Plenário, para ser apreciado, discutido e votado pelos Excelentíssimos Senhores Vereadores, dentro dos termos regimentais.

Por fim, ressaltamos, que, para a sua aprovação, será necessário o "quorum de maioria simples", ou seja, metade e mais um dos votos favoráveis.

Este é o nosso parecer.

Assis, 05 de maio de 2.011.

**ABIB HADDAD
PROCURADOR JURÍDICO**

**DANIEL ALEXANDRE BUENO
PROCURADOR JURÍDICO**