



São Paulo, 30 de outubro de 2009.

CI 0083/2009 – Programa de Ginástica Laboral

Aos empregados da Sede da AAPG

Prezados,

Uma das metas da Política de Recursos Humanos é expandir o nosso Programa de Qualidade de Vida no Trabalho (Q.V.T). Desta forma, informamos a todos que, a partir de novembro, será implantado na Sede da AAPG o **Programa de Ginástica Laboral (PGL)**. Trata-se não apenas de um programa de exercícios, mas de uma série de atividades diferenciadas que resultarão em benefícios como:

- Menor tensão músculo-tendínea e melhor circulação sanguínea;
- Prevenção e combate a doenças ocupacionais como LER (Lesão por Esforço Repetitivo) e DORT (Distúrbio Osteo-muscular Relacionados ao Trabalho);
- Maior disposição e bem estar para a jornada de trabalho;
- Desenvolvimento da consciência corporal e, conseqüentemente, de uma melhor postura.

Em momento oportuno, a programação completa e agenda do PGL serão disponibilizadas a todos.

Atenciosamente,

Henrique Oliveira
Diretor Administrativo-Financeiro