



## MAIS INFORMAÇÕES SOBRE OS SERVIÇOS A SEREM DISPONIBILIZADOS

O Sesi Ginástica na Empresa é um programa de promoção da atividade física socioeducativo e lúdico, desenvolvido de forma coletiva pelo trabalhador, no tempo e local de seu trabalho. É o serviço de lazer do Sesi mais abrangente e reconhecido em todo o Brasil.

O processo de desenvolvimento do Sesi Ginástica na Empresa se fundamenta no estímulo gradual e contínuo à criação de um ambiente favorável à promoção de estilos de vida saudáveis entre os trabalhadores da indústria.

O serviço tem como objetivo aumentar o nível de conhecimento sobre os benefícios da prática regular de atividade física e da vivência de lazer para o bem-estar, aumentar a proporção de trabalhadores engajados em ações de atividades físicas na empresa e fortalecer a imagem institucional frente a seus colaboradores em relação ao comprometimento com a responsabilidade social.

Os atendimentos do Sesi Ginástica na Empresa são compostos por séries de exercícios físicos, sessões de relaxamento, aulas de alongamento, dicas de saúde, minipalestras informativas, dinâmicas recreativas, orientações posturais e ações dinamizadoras – estratégias motivacionais.

Os valores podem variar de acordo com o número de empregados e postos de atendimento na empresa.

**Se você tem interesse nestes serviços, indicamos entrar em contato com o Sinfor para garantir o seu desconto.**

<b>Sinfor</b>	<a href="mailto:sinfor@sinfor.org.br">sinfor@sinfor.org.br</a>	(61) 3234-4166 / 3233-1439
<b>Sesi</b>	<a href="mailto:relacaocomaindustria@sistemafibra.org.br">relacaocomaindustria@sistemafibra.org.br</a>	(61) 3462-7144 / 3462-7147