

Oferta dla firm "Zdrowy kręgosłup"

Opis oferty

Dolegliwości bólowe pleców należą obecnie do najczęstszych przyczyn zgłaszania się pacjentów do lekarza. Z badań epidemiologicznych przeprowadzonych w krajach uprzemysłowionych wynika, że aż 80% populacji ma lub będzie miało problem z bólami kręgosłupa. Przyczyną tego jest zmniejszona aktywność ruchowa, obecny tryb życia a konkretnie niedbała i zbyt często przyjmowana pozycja siedząca oraz przeciążenia związane z nieprzestrzeganiem zasad higieny pracy. W konsekwencji osoby te narażone są na wiele dolegliwości, takich jak: bóle głowy, otyłość, choroby serca, cukrzyca, nowotwory, depresja i wiele innych.

Twoi pracownicy spędzają każdego dnia wiele godzin za biurkiem? A może pracują fizycznie na hali produkcyjnej lub w terenie? Czy wiedzą, jaka jest prawidłowa pozycja do pracy przy komputerze lub maszynie? Mój program szkoleń skutecznie podnosi świadomość związaną z profilaktyką zdrowego kręgosłupa, ergonomią pracy oraz promuje zdrowy tryb życia.

Daj swoim pracownikom coś więcej niż stabilne zatrudnienie i wynagrodzenie. Daj im dostęp do cennej wiedzy, która pozwoli poprawić jakość ich życia oraz podniesie wydajność pracy.

Co proponuję?

Prowadzę szkolenia o tematyce *Profilaktyka Zdrowego Kręgosłupa*. W ramach współpracy z przedsiębiorstwami organizuję:

- wykłady i warsztaty,
- indywidualne konsultacje diagnostyczne,
- profilaktyczne zajęcia gimnastyczne,

Opracowuję spersonalizowane plany szkoleń dostosowane do potrzeb pracowników biurowych i fizycznych. **Zajęcia mają działanie terapeutyczne, edukacyjne oraz integrują zespół.** Odbývają się z wykorzystaniem nowoczesnych metody rehabilitacji: terapii manualnej, terapii PNF, McKenzie i innych oraz zajęć pilates i zdrowy kręgosłup. Zapewniam profesjonalny sprzęt.

Korzyści dla pracowników

- zmniejszenie dolegliwości bólowych
- poprawa samopoczucia
- redukcja stresu i zmęczenia
- poprawa koncentracji, wydajności i efektywności
- podniesienie motywacji i poziomu energii

Korzyści dla firmy

- mniej urlopów zdrowotnych (statystyki ZUS jednoznacznie mówią, że aż 15% wszystkich zwolnień lekarskich w 2015 roku stanowiły te, spowodowane chorobami kręgosłupa.)
- zwiększona efektywności i produktywność, pracownik może sprostać bardziej odpowiedzialnym rolom i większej liczbie zadań
- integracja zespołu, lepsza atmosfera w pracy
- realny wpływ na polepszenie zdrowia pracownika

Zadbaj o wizerunek firmy

Twoja firma działa na konkurencyjnym rynku. Spraw, aby z pomocą dodatkowych szkoleń dla pracowników, stała się wymarzone miejsce dla nowych specjalistów. Bogata oferta świadczeń socjalnych zdecydowanie przekłada się na zainteresowanie aplikujących, a dotychczasową kadrę motywuje do entuzjastycznego realizowania powierzonych zadań.

O mnie:

Jestem fizjoterapeutą z wieloletnim doświadczeniem. Skończyłam krakowski AWF i odbyłam wiele szkoleń. Pracując poznałam dziesiątki osób, które cierpią na choroby kręgosłupa. Wiele z dolegliwości było nabytych, spowodowanych siedzącym trybem życia, brakiem aktywności fizycznej. Z tych doświadczeń narodziła się idea programu *Profilaktyka Zdrowego Kręgosłupa*.

Moja firma działa mobilnie na terenie Nowego Sącza i okolic. Warsztaty i konsultacje prowadzę w siedzibie Twojej firmy, korzystając z własnego profesjonalnego sprzętu. Czas trwania spotkania, podobnie jak jego charakter oraz cenę, ustalany jest indywidualnie, w zależności od potrzeb i oczekiwań. **Proszę o możliwość spotkania, ponieważ chciałabym poznać potrzeby Państwa firmy, dzięki czemu będę mogła przygotować dla Państwa program szkoleń.**

Zapraszam do współpracy,

Anna Faron, NoveFizjo

Tel: 662822387

Mail: novefizjo@gmail.com