



Strefy Zdrowia

PROGRAMY PROFILAKTYCZNE DLA FIRM
UNIwersytet Kazimierza Wielkiego



ZDROWIE



Profilaktyka zdrowego kręgosłupa

Większość Polaków doświadczyła bólu mięśni w pracy. To przyczyna nawet połowy nieobecności, trwających więcej niż trzy dni.

Siedzący tryb życia i brak ruchu zdecydowanie nie sprzyjają zdrowiu kręgosłupa, natomiast praca fizyczna naraża go na przeciążenia. Nasza oferta koncentruje się przede wszystkim na profilaktyce, która pozwoli uniknąć późniejszego kosztownego i trudnego leczenia.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka zdrowego kręgosłupa
Porada dietetyczna	⊕
Analiza składu ciała	⊕
Warsztaty prowadzone przez fizjoterapeutę w zakresie zdrowego kręgosłupa (3 warsztaty po 2 godziny)	⊕
Porada fizjoterapeuty - instruktaż ćwiczeń wzmacniających mięśnie posturalne	⊕
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	⊕
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	135