

Fyzioterapia pre firmy

Wellbeing benefit pre vašich zamestnancov.
Košice a okolie · osobne aj online.

info@privilio.sk · 0917 536 152 · www.privilio.sk

Privilio s. r. o. · Letná 42, 040 01 Košice · fyziocentrum pohybu

Čo pomáhame firmám vyriešiť

Hľadáte zmysluplný wellbeing benefit pre svojich zamestnancov? V Priviliu zabezpečujeme fyzioterapiu pre firmy v Košiciach a okolí – od ergonomických auditov a praktických workshopov cez Fyzio on-site až po firemné pohybové programy a Dni zdravia.

Bolesti chrbta, krku a ramien v tíme

Pri sedavej aj fyzicky náročnej práci sa môžu u zamestnancov opakovane objavovať bolesti chrbta, krku, ramien či zápästí. Tie ovplyvňujú ich pohodlie pri práci, sústredenie aj zvládanie bežných pracovných činností. Fyzioterapia pre zamestnancov, odborné konzultácie a vhodne nastavený pohybový program pomáhajú rozpoznať rizikové návyky a hľadať možnosti, ako pracovnú záťaž lepšie kompenzovať.

Sedavá práca a ergonómia

Dlhé hodiny pri počítači kladú zvýšené nároky na chrbticu, ramená, zápästia aj celkový pohybový režim. Ergonomický audit pracoviska a praktický workshop pre zamestnancov pomôžu odhaliť nevhodné návyky a ukážu jednoduché úpravy použiteľné počas pracovného dňa.

Wellbeing pre zamestnancov jednoducho

Dobrý zamestnanecký benefit nemá pre HR znamenať ďalšiu organizačnú záťaž. V Priviliu zastrešíme fyzioterapiu pre firmy, Fyzio on-site, masáže na pracovisku, ergonomické audity, workshopy aj firemné pohybové programy. Postaráme sa o harmonogram, komunikáciu so zamestnancami, realizáciu aj záverečné vyhodnotenie.

Spoluprácu nastavíme podľa vašej firmy

- ✓ Podľa veľkosti tímu a typu práce
- ✓ Na pracovisku, v Priviliu alebo kombinovane
- ✓ Jednorazovo aj dlhodobo
- ✓ Minimálna administratíva pre HR

Naše služby pre firmy

01 Ergonomické audit & workshopy

Ergonomický audit pracoviska pomáha firme odhaliť nevhodné nastavenie pracovných miest a pracovné návyky, ktoré môžu prispievať k preťaženiu zamestnancov. Audit realizujeme priamo vo firme a prispôbime ho kancelárskym aj výrobným pozíciám.

Fyzioterapeut sa pozrie na pracovné prostredie, polohu tela pri práci, opakované pohyby a spôsob zaťažovania pohybového aparátu. Firma následne dostane písomný report s konkrétnymi odporúčaniami a rozdelením úprav podľa toho, čo možno vyriešiť ihneď a čo je vhodné meniť postupne.

Súčasťou môže byť aj praktický workshop pre zamestnancov: ukážeme im, ako si upraviť pracovné miesto, striedať polohy počas dňa a zaradiť jednoduché mikroprestávkové cvičenia. Krátke video návody im zostanú k dispozícii aj po workshope.

- › Audit kancelárskych aj výrobných pozícií
- › Písomný report s odporúčaniami a prioritami
- › Praktický workshop o ergonómii pracoviska
- › Mikroprestávkové cvičenia využiteľné počas práce

02 Firemný program pohybu

Firemný program pohybu je určený firmám, ktoré chcú svojim zamestnancom sprístupniť individuálnu fyzioterapiu v Košiciach bez organizovania cvičení alebo terapií na pracovisku. Zamestnanci prichádzajú priamo do Privilia a termíny si vyberajú sami podľa svojich potrieb a časových možností.

Program môže zahŕňať vstupné fyzioterapeutické vyšetrenie, individuálnu terapiu, rehabilitačné cvičenie alebo ďalšie služby podľa potrieb zamestnanca a odporúčania fyzioterapeuta. Spoluprácu nastavíme podľa počtu zamestnancov, rozpočtu a interných pravidiel firmy.

- › Individuálna fyzioterapia v Priviliu
- › Zľavové kódy pre zamestnancov na všetky služby Privilia
- › Samostatné objednávanie na vyhovujúce termíny
- › Jednorazové vstupy, balíky terapií alebo kreditový systém
- › Možnosť financovania zo sociálneho fondu
- › Prehľad čerpania pre HR bez zdravotných údajov

Dobrá ergonómia nie je iba o správne nastavenej stoličke. Zamestnancom na praktickom workshope ukážeme, ako pracovné návyky, poloha tela, striedanie pohybu a pravidelné mikroprestávky ovplyvňujú ich zaťaženie počas dňa. Firma tak získava zmysluplný vzdelávací program, ktorý môžu zamestnanci okamžite preniesť do svojej každodennej práce.

03 Fyzio on-site

AJ DNI ZDRAVIA

Fyzio on-site prináša fyzioterapiu a masáže priamo do vašej firmy v Košiciach a okolí. Fyzioterapeut môže prísť jednorazovo v rámci Dňa zdravia alebo pravidelne, napríklad raz týždenne. Program nastavíme podľa počtu zamestnancov, typu práce a časových možností firmy.

Zamestnanci môžu absolvovať individuálne fyzioterapeutické konzultácie, orientačný screening pohybového aparátu, masáž na pracovisku alebo praktické cvičenia a odporúčania prispôbené ich pracovnej záťaži. Služby prebiehajú podľa pripraveného harmonogramu, takže zamestnanci nemusia odchádzať z firmy a čakať na voľný termín v ambulancii.

- › Individuálne fyzioterapeutické konzultácie
- › Orientačný screening pohybového aparátu
- › Masáže priamo na pracovisku
- › Jednorazová aktivita počas Dňa zdravia
- › Pravidelná fyzioterapia priamo vo firme

Odborná starostlivosť priamo tam, kde zamestnanci trávajú veľkú časť svojho dňa. Firma získava praktický a viditeľný benefit, ktorý sa jednoducho využíva a nezaťažuje HR ďalšou organizáciou.

Ako to funguje

01

Nezáväzný dopyt

Stačí uviesť, čo chcete pre zamestnancov pripraviť, približný počet ľudí, miesto a preferovaný termín. Ak si ešte nie ste istí vhodným riešením, navrhne vám možnosti.

02

Návrh programu a ceny

Do 1–2 pracovných dní vám pošleme návrh vhodných služieb, formy realizácie, harmonogramu a ceny. Detaily prejdeme na krátkom hovore.

03

Realizácia vo firme alebo v Priviliu

Postaráme sa o harmonogram, organizačné informácie, podklady na komunikáciu so zamestnancami aj hladký priebeh realizácie, aby program nezaťažoval HR.

04

Spätná väzba a vyhodnotenie

Po realizácii pripravíme stručné zhrnutie a vyžiadame si spätnú väzbu od vás aj od zamestnancov. Pri dlhodobej spolupráci program priebežne upravujeme.

Nie ste si istí, ktoré riešenie sedí vášmu tímu?

Radi vám poradíme a navrhne riešenie na mieru vašej firme.

ZAVOLAJTE NÁM

0917 536 152

Náš tím

Za výsledkami stojí tím certifikovaných fyzioterapeutov s medzinárodnými kvalifikáciami. Pri každej firme vyberáme špecialistu práve na vašu situáciu.



Tím Privi^o - fyzio centrum pohybu, Košice

„S vašou rehabilitačnou klinikou máme veľmi dobré skúsenosti a spoluprácu si naozaj pochvaľujeme. Naši zamestnanci oceňujú nielen odbornú starostlivosť, ale aj príjemný a ľudský prístup. Už od prvej návštevy je cítiť profesionalitu a záujem o pacienta, vďaka čomu vaša klinika pôsobí ako miesto, kde je človek v dobrých rukách. Ďakujeme za skvelú starostlivosť o našich zamestnancov.“

— Eva Brodzáková, Visma Lab s.r.o.

ISO 9001
Certifikát kvality

**Komora fyzioterapeutov
Slovenska**
Členská klinika

**Registrované zdravotnícke
zariadenie**
Košický samosprávny kraj

Odpovede na to, čo vás zaujíma

V akom regióne pôsobíte?

Košice a okolie on-site, online celoslovensky podľa dohody.

Hovoríte aj po anglicky?

Áno, hovoríme aj po anglicky. Audity, workshopy aj konzultácie vieme viesť aj pre medzinárodné tímy.

Ako prebieha plánovanie termínov?

Flexibilne, podľa chodu firmy. Pomáhame aj s internou komunikáciou pre zamestnancov: pripravíme HR e-mail s pozvánkou na audit alebo workshop.

Je služba vhodná ako benefit zo sociálneho fondu?

Áno, naše služby sú často využívané ako benefit hradený zo sociálneho fondu. Ide o preventívne a wellbeingové služby, Dni zdravia a nie o zdravotnú starostlivosť hradenú zdravotnou poisťovňou.

Ako prebieha fakturácia a zmluvy?

Spolupracujeme na základe objednávky alebo rámcovej zmluvy. Fakturujeme mesačne po dodaní služby. Rámcová zmluva je vhodná pre dlhodobé partnerstvá (rehabilitácia ako benefit), objednávka pre jednorazové aktivity (audit, workshop, Dni zdravia).

Kol'ko bude spolupráca stáť?

Cena závisí od typu služby, rozsahu spolupráce a počtu zapojených zamestnancov. Základom je hodinová sadzba fyzioterapeuta, ku ktorej sa pri spolupráci mimo Košíc môže pripočítať doprava. Konkrétnu cenu posielame v ponuke do 1–2 pracovných dní po dopyte.

Čo získate

- ✓ Jasný a realizovateľný plán pre váš tím
- ✓ Mikro-breaky a praktické materiály
- ✓ Flexibilná forma realizácie (on-site / online)
- ✓ Prevencia bolestí a preťaženia z práce

Máte záujem o spoluprácu?

Napíšte nám alebo zavolajte — ozveme sa do 1–2
pracovných dní s návrhom na mieru vašej firmy.

0917 536 152

info@privilio.sk

www.privilio.sk/pre-firmy

- ✓ Jasný a realizovateľný plán
- ✓ Flexibilná forma (on-site / online)
- ✓ Prevencia bolestí z práce
- ✓ Máte iný nápad? Prispôbíme sa