

FIT UND GESUND AM ARBEITSPLATZ

- EIN PRÄVENTIONSANGEBOT -



www.jp-therapie.de/gesundheitspraevention-fuer-unternehmen

kontakt@jp-therapie.de

017645752112



Das Angebot **"Fit und gesund am Arbeitsplatz"** richtet sich an Geschäftsführer und Gesundheitsmanager, welche angesichts steigender Krankheitsausfälle ihrer Mitarbeiter und des allgemeinen Fachkräftemangels nach Lösungen suchen.

ÜBER MICH

Jessica Prinz *Physiotherapeutin*



"Bei meiner beruflichen Leidenschaft, den menschlichen Körper zu verstehen und bestmöglich behandeln zu können, ist mein größter Antrieb, etwas Sinnvolles mit Wirkung zu tun. Ich bin überzeugt davon, dass viel Elend und Krankheit, was ich tagtäglich zu sehen bekomme, frühzeitig verhindert werden kann."

2018- Abitur in Lutherstadt-Wittenberg

2022- Staatsexamen Physiotherapie in Leipzig

2023- Weiterbildung Ernährungsberatung

ab 2023- Ausbildung zur ganzheitlichen Heilpraktikerin

ANGEBOT UND LEISTUNGEN

verstehen | wissen | begeistern | machen

A



Fitness- und Gesundheitskurse, "Bewegte Pause"

- Herz- Kreislauf - Workouts
 - Rückenschule und Aufrichtung
 - Yoga und Faszientraining
 - Entspannungsübungen
-

B



Information und Edukation

- Wie funktioniert unser Bewegungssystem?
 - Was braucht es, um gesund zu bleiben?
 - Was bedeutet "rückengerecht"?
 - Wie sieht Ergonomie am Arbeitsplatz und Alltag aus?
 - Wie gelingt effektive Prävention auch mit wenig Freizeit?
-

C



Individuell

Schlussendlich möchte ich aber die Interessen und Bedürfnisse der Gruppe treffen. Wir können gemeinsam eine Richtung bzw. ein Programm besprechen, wie die Kurse aussehen sollen. Gerne kombiniere ich Bewegung mit ein wenig Information, weil ich Verstehen für nachhaltige Gesundheit unerlässlich halte.



+++BENEFITS+++

Vorteile für Arbeitgeber

- 01 Kostensenkung durch weniger Krankheitsausfälle
- 02 Steigerung der Mitarbeiterbindung und -loyalität
- 03 Steigerung der Produktivität, Wirtschaftlichkeit und Wettbewerbsfähigkeit

Vorteile für Arbeitnehmer

- 01 Förderung der Arbeitszufriedenheit
- 02 Verbesserung des Betriebsklimas und Teambuilding
- 03 gesundheitliche Vorteile durch Teilhabe an Angeboten

KUNDENMEINUNG



“Vielen lieben Dank für die Unterstützung unserer Mitarbeitenden beim Thema Gesundheit! Es gab durchweg positives Feedback von den Teilnehmenden!”



via





NEXT STEPS

Bei Interesse kontaktieren Sie mich
gerne!



015906432877

www.jp-therapie.de/gesundheitspraevention-fuer-unternehmen

kontakt@jp-therapie.de
