

THUIS WERKEN?

FYSIO COMPANY CARE GEEFT JOU EN JOUW BEDRIJF ADVIES!

Waarschijnlijk zijn de werkomstandigheden binnen je bedrijf de laatste tijd drastisch veranderd. Wellicht werken jij en je collega's nu grotendeels thuis en roept dat hele andere vragen op dan voorheen. Want hoe zorg je thuis voor een goede werkplek en hoe blijf je fit in een statische online omgeving? Ons team van bedrijfsfysiotherapeuten en vitaliteitscoaches helpen jou en je bedrijf hier graag bij!

WERKPLEKONDERZOEK EN TRAINING – ONLINE OF THUIS

- Antwoord op al je vragen over ergonomie
- Suggesties om je werkplek te verbeteren
- Advies en tips voor je werkhouding
- Plan om meer bewegingen en energie in je werkdag te brengen
- Physitrack app met "Energy Boosts" en ontspanningsoefeningen
- Digitaal (video) of bij je thuis

WEBINAR voor THUISWERKERS

Zou een vergelijkbare aanpak voor meerdere collega's geschikt zijn, dan kunnen we voor je team een webinar verzorgen met tips en tricks over thuiswerken. Aan deze webinar zitten ook leuke follow-up acties vast, die een goede aanpak voor thuiswerken compleet maken.

VITALITEIT

Om fit te blijven tijdens het thuiswerken bieden we inspirerende programma's aan. Deze zorgen er voor dat je zowel mentaal als fysiek in vorm blijft! Voor een actieve aanpak kan je aan ons **Running Therapy** programma deelnemen. Voor een insteek met het accent op ontspanning kan je ons programma **Stress Relief** volgen.



Vragen, een afspraak of nieuwsgierig naar wat we nog meer doen?

Mail, bel of surf naar:

Fysio Company Care

info@fysiocompanycare.nl | 040 237 68 38 | www.fysiocompanycare.nl