

SERVICIOS DE SALUD PARA EMPRESAS “SALUD EN LA OFICINA”

“*Salud en la Oficina*” somos una empresa que ofrecemos servicios de salud en el propio centro de trabajo, a empresas y colectivos, que por su actividad laboral, pueden necesitar la ayuda de profesionales, para mantener o recuperar una correcta forma física, hábitos saludables de alimentación y estado de salud en general.

La cartera de servicios que ofrece “*Salud en la Oficina*” costa de:

- **FISIOTERAPIA Y OSTEOPATÍA:** Tratamientos en los que las herramientas principales van a ser las manos, siendo así la terapia manual la más utilizada. Estos tratamientos son llevados a cabo por personal sanitario titulado y colegiado, con amplia experiencia en terapia manual.
- **PILATES:** El Pilates flexibiliza, fortalece y equilibra el cuerpo, y es una herramienta muy útil de fisioterapia para curar y prevenir lesiones.
- **NUTRICIÓN Y DIETÉTICA:** Una alimentación sana y equilibrada nos va a permitir tanto prevenir enfermedades e influir positivamente en las ya existentes, como mejorar nuestro rendimiento tanto profesional como personal, ayudando todo ello a mejorar considerablemente nuestra calidad de vida.
- **TAI CHÍ CHUAN:** Es un método de entrenamiento integral para cuerpo y mente. Se caracteriza por la ejecución armoniosa de gestos lentos y movimientos flexibles, coordinando en todo momento la postura, el equilibrio y la respiración. Nos permitirá tomar conciencia del cuerpo, reconectarnos con nuestras sensaciones internas, recuperar el control sobre el cuerpo y aprender a corregir la postura.
- **TALLERES DE SALUD:** Talleres y presentaciones específicas que se adaptan a las necesidades de las empresas. (Gestión del Estrés, Ergonomía postural, Dieta Mediterránea, etc.)

El coste de los servicios para la empresa es cero, y los trabajadores se benefician de tarifas concertadas muy competitivas, además de mejorar la conciliación familiar al reducir desplazamientos y optimizar su tiempo.

Los horarios se personalizan en función de las necesidades de cada empresa y toda la gestión (citas, pagos, etc.) se centraliza en nuestra plataforma Web, teniendo Recursos Humanos acceso On-Line a toda la información.

Todo lo necesario para los distintos servicios, camillas, material de Pilates, etc., es proporcionado por **“Salud en la Oficina”**. El único requisito es disponer de un espacio adecuado.

Si quiere ampliar información sobre los servicios de salud de **“Salud en la Oficina”** puede visitar nuestra página web www.saludenlaoficina.com o ponerse en contacto con nosotros a través de info@saludenlaoficina.com o del 91 281 01 96.

Y recuerde:

“La salud no lo es todo pero sin ella todo lo demás es nada.”

