

Firemní dny zdraví

Vstupte do světa firemních Dnů zdraví s programem na míru pro zdraví vašich zaměstnanců



Up

Dny zdraví

Vst^Upte do světa firemních Dnů zdraví



Zdraví zaměstnanců je klíčovým pilířem úspěšné firmy, proto jsme připravili tematické Dny zdraví s workshopy, semináři a aktivními programy. Můžete si vybrat z připravených zdravotních balíčků nebo si nechat sestavit event na míru.

Dny zdraví pro administrativní pracovníky

„Dlouhé hodiny u počítače a stres během uzávěrek mi způsobovaly bolesti zad a únavu. Den zdraví mi pomohl osvojit si relaxační techniky a správné držení těla. Cítím se lépe fyzicky i psychicky, což se odrazilo na mé pracovní pohodě.“

Příklad aktivit:

- Měření složení těla (InBody)
- Konzultace s výživovým poradcem

Workshop:

- Zdravý spánek
- Relaxační cvičení a mindfulness



Dny zdraví na míru

Každá firma má své specifické potřeby. Připravíme program přizpůsobený pracovnímu prostředí, věku i profesním rizikům zaměstnanců. Na základě vašich požadavků vytvoříme efektivní a přínosný program, který podpoří zdraví vašeho týmu.



Dny zdraví pro výrobní pracovníky

„Pracuji ve výrobě a po dlouhých hodinách na nohou mě začala trápit bolest zad. Díky Dni zdraví jsem se naučil, jak lépe pečovat o tělo a správně jíst při směnném provozu. Mám více energie a méně bolestí, oceňuji, že zaměstnavatel myslí na naše zdraví.“

Příklad aktivit:

- Diagnostika chodidel a páteře

Workshop:

- Ergonomie na pracovišti
- Kompenzační cvičení
- Výživové poradenství pro směnný provoz



Dny zdraví pro pracovníky v terénu

„Jako technik trávím hodně času na cestách a často mě bolela záda. Den zdraví mi ukázal, jak správně zvedat těžké předměty a efektivně se protáhnout i během práce v terénu. Oceňuji, že firma myslí na naše zdraví i mimo kancelář.“

Příklad aktivit:

- Konzultace s fyzioterapeutem
- Techniky správného zvedání břemen
- Cviky na protažení a posílení zad

Workshop:

- Stravování na cestách



Čísla, na kterých nám záleží



5 000

spokojených firem



od 1995

na českém trhu



36 000

restaurací a obchodů



340 000

uživatelů



Jsme součástí Up Coop

Up Coop poskytuje profesionální služby a řešení v oblasti zaměstnaneckých benefitů s cílem péče o zdraví zaměstnanců, jejich spokojenost a z ní plynoucí loajalitu.



Záruka kvalitní spolupráce

Cílem skupiny Up Coop je svými produkty i službami **uspokojovat očekávání** společností, firem i jednotlivců v oblasti sociální politiky a služeb a zároveň se **angažovat v oblasti společenské zodpovědnosti**. Všechny její služby jsou certifikovány normou kvality ISO 9001:2008.



Mezinárodní působení

Společnost vznikla v roce 1964 ve Francii a aktuálně **působí ve 29 zemích**, například v Belgii, Brazílii, Bulharsku, České republice, Francii, Itálii, Maroku, Mexiku, Moldávii, Německu, Polsku, Portugalsku, Rumunsku, Řecku, Slovensku, Španělsku, Turecku a dalších.



Volejte nebo napište

Up Česká republika s. r. o.

+420 241 043 111

obchod@upcz.cz

Zelený pruh 1560/99

140 00 Praha 4

www.Upcz.cz


Kompletní informace
o Firemních dnech zdraví



Jsme certifikováni pro zítřek



1. místo v soutěži
Internet Effectiveness
Award 2024



Jsme držiteli
certifikace péče
o kvalitu zdraví
zaměstnanců



**BUREAU
VERITAS**

Jsme držiteli certifikace
ISO 27001:2014



Zelená firma®

Jsme zapojeni
do projektu
ekologických
a CSR aktivit

ecovadis

Jsme držiteli
certifikace EcoVadis,
cesty k udržitelnější
budoucnosti

Členství v předních asociacích



**HOSPODÁŘSKÁ
KOMORA HLAVNÍHO
MĚSTA PRAHY**



**CHAMBRE DE COMMERCE
FRANCO-TCHÈQUE
FRANCOUZSKO-ČESKÁ
OBCHODNÍ KOMORA**



**Česká asociace
umělé inteligence**

