

TARVITSEEKO YRITYKSESI TYKY-TOIMINTA UUSIA IDEOITA??

Fysioterapiayksikkömme palvelutarjontaan kuuluvat myös erilaisten illanviettojen järjestäminen yritysten henkilökunnille esim. tyky-toimintaan liittyen tai pelkästään hyvän olon ja hyvinvoinnin iltoina mm. naisteniltojen merkeissä .

Me räätälöimme yrityksille ja työyhteisöille illanviettoja, joihin sisältyy asiaa sekä työssä jaksamiseen että yleisen hyvinvointiin ja hyvään oloon liittyen. Nämä ovat asioita, joihin kannattaa panostaa. Tyky-illan tai -päivän teemana voisi olla esim.

- *tietoa elämäntapamuutokseen pohjautuvasta, tuetusta painonhallinnasta*
- *lantionpohjan kunnon ja keskivartalon tuen merkityksestä ihmisen arjessa*
- *fyysisen kunnon ja lihaskunnon kohottaminen ja omaehtoinen harjoittelu*
- *hyvän ihon salaisuus – päivittäinen ihon hoito*
- *kevyt ehostus arkeen – opi omat meikkiniksisi ja korosta kauneuttasi*
- *LPG:llä lihakset, iho ja kroppa kuntoon – imurullauksen ihme ja näkyvät tulokset*

Urofysio Ky yrityksenä tarjoaa monipuolisia ja laadukkaita fysioterapiapalveluja. Olemme erikoistuneet tuki- ja liikuntaelinten kuntouttamiseen ja osamisaalueitamme perusfysioterapian lisäksi ovat mm:

- *lantionpohjan fysioterapia(uroterapia),*
- *MDT –painotteinen lähestymistapa välilevyongelmien hoidossa,*
- *personal trainer-palvelut omatoimisen kehonhallinnan ja lihashuollon ohjaamisessa,*
- *painonhallinnan ohjaus yksilö- ja ryhmämuotoisena,*
- *työergonomisten ratkaisujen kehittäminen ja ergonomiaohtaukset*

Yrityksessämme asiakkaita palvelevat:

Leena Saarela, ft,uroterapeutti, TtM, työfysioterapeutti, personal trainer

Ulla hietavirta, ft

Antti Hokkanen, ft, MDT-erikoistuva

Mikäli yhteistyö em asioiden tiimoilta kiinnostaa, ota yhteyttä meihin. Kun kerrot tarpeesi ja budjettisi, me huolehdimme lopusta. Sopiva ryhmän koko voisi olla 5-15 henkilöä kerrallaan ja kokoontumisen kesto 2-3 h.

Yhteistyöterveisin

Urofysio Ky

Leena Saarela

Ruukintie 37

60100 Seinäjoki

p. 06-4141806, 050-5236020

www.urofysio.fi