



Friskare personal!

- en skraddarsydd föreläsning.

Färre förkylningar? Minskad sjukfrånvaro? Det är möjligt!

Problem: De vanligaste anledningarna till sjukskrivningar är förkylningar och influensor.

Lösning: Vi hjälper er med kunskap som gör att era anställda ökar chanserna att stå emot infektioner, samt snabbare kommer tillbaka till jobbet vid sjukdom. Kunskap, spännande forskning och tips förmedlas på ett lustfyllt och enkelt sätt som ger aha-upplevelser!

Räkneexempel: Hur mycket kostar sjukskrivningarna?

I genomsnitt är antalet sjukdagar per anställd i Sverige ca 7 dagar/år.

Omräknat för en organisation med 12 anställda som tjänar 22 000 kr/månad:

Total sjukfrånvarokostnad per år = 215 314 kr! Källa: Previa

Nytänkande knep som förebygger värk- och stressproblematik!

Problem: Monotont arbete vid datorn/ lyft och stress sliter på kroppen.

Kronisk värk orsakar sjukskrivningar och sämre prestation på jobbet.

Lösning: Vi lär era medarbetare smidiga övningar och knep som förebygger problemen och ökar chanserna till en god hälsa – specifikt anpassat för just er arbetsmiljö.

"Informativt, pedagogiskt, angeläget, inspirerande och underhållande! Föreläsningen kommer att göra skillnad! 10 av 10 i betyg!" Anna Engård, verksamhetsansvarig, Fryshuset

"Tydliga och användbara förslag! Lätt att ta till sig, matnyttigt och informativt. Relevant och väl vald information! Skönt att få riktig info, inte en massa myter. Väldigt tacksamma förslag! Man insåg att det bara krävs små förändringar för att få stora positiva konsekvenser. Samlat snittbetyg; 9 av 10!" Förskolan Sputnik, Stockholm

Föreläsningen var mycket bra! Jag rekommenderar alla företag som har en viss mängd anställda att ta del av den här föreläsningen eftersom sjukskrivningskostnaderna då kan bli lägre och man får friskare personal!" Dervis Dennis Aksay, ordf. X-cons, Haninge

Vilka är vi?



Boel Björkenwall

- Auktoriserad och vetenskapsorienterad Hälsorådgivare.
- Inspirationskonsult, Hypnotisör, jobbcoach, ekologiambassadör.
- Väl inläst på den senaste forskningen.
- Har medverkat som hälsoexpert på SVT och intervjuats för olika tidningar i frågor som rör hälsa, lycka, näring för hjärnan och motivation.
- Ansvarig för Global Happiness Organization i Sthlm.
- Skriver på en vetenskapsblogg tillsammans med forskare.
- Engagerar sig för att få in bättre mat i skolor och inom äldreården.
- Jobbar ute i skolor med att boosta självförtroendet hos barn mm.



Domenico Aguirre

- En av Sveriges skickligaste och mest pålästa personliga tränare
- Funktionell tränare
- Utbildad kostrådgivare.
- Alltid uppdaterad inom de senaste rönen
- Använder nytänkande och effektiva metoder för att hjälpa kroppen att bibehålla samt återfå sin fulla funktion.
- Har varit gymchef på ett populärt gym i Stockholm och utbildar sig ständigt vidare för att fördjupa sina kunskaper.

Hör av er för en offert!

Vi ser med glädje fram emot att hjälpa er att skapa ett friskare företag! 😊

Viability

Sjöbjörnsvägen 7
117 67 Stockholm

www.boelbjorkenwall.wordpress.com

Boel: 070 – 24 777 40
boel@viability.se

Företaget innehar f-skattsedel

Org. nr: 820706-0560