

# WORK TRAINING

## ACTIVA-TE



### ¿EN QUÉ CONSISTE EL PROGRAMA ACTIVA-TE PARA LAS EMPRESAS?

Hemos desarrollado y demostrado un método propio, llamado "ACTIVA-TE" que consiste en la implantación de un programa global de actividad física. Donde realizamos ejercicios específicos para el aumento de la condición física y reducción de las enfermedades profesionales del empleado. Trabajando con técnicas para la mejora de las relaciones interpersonales y reducción del estrés, ansiedad. Todo ello de forma breve, sencilla y efectiva y en el mismo puesto de trabajo.

¿QUIERES  
MEJORAR EL  
MUSCULO DE LA  
EMPRESA

## BENEFICIOS

Velar por la salud en el entorno laboral clave para la diferenciación

Disminuir la fatiga de los empleados durante su horario laboral

Reducir el absentismo y la rotación de personal

Eliminar dolencias y estrés a los empleados

Aumentar la capacidad física de los empleados

Fomentar una buena cohesión organizacional

Trabajadores motivados, productivos, implicados y activos

Mejorar la calidad de vida de los trabajadores

Conseguir trabajadores Felices



**BöWee**



**Implantación** del programa de Ejercicio Físico Empresarial en las propias instalaciones de la empresa atendiendo a la valoración, análisis previo y seguimiento.

.....

**Valoración y análisis** del entorno de trabajo de forma general y por individuos, creando un diagnostico físico.

.....

**Evaluación** del estado físico, postural, musculoesquelética, habilidad físico-mental, productividad.

.....

**Seguimiento** de la evolución de los trabajadores, con informes y datos analíticos.

.....

**Asesoramiento** para la prevención, formación y concienciación para una mejor adhesión al programa por los trabajadores.

*¿Quieres ser la empresa más atractiva y exitosa del sector?*



La Gimnasia laboral por ser de corta duración no conlleva cansancio al empleado, al revés, lo estimula para continuar su jornada con una concentración y rendimiento superior

**BöWee**

**MARCA LA DIFERENCIA**