

ORGANIZUJEMY SPOTKANIA/ WARSZTATY MOTYWACYJNO – PROZDROWOTNE

Naszą wizją jest *Dostarczanie profesjonalnej wiedzy w dziedzinie promocji zdrowia, osobom zdrowym, zagrożonym chorobami cywilizacyjnymi, jak również osobom będącym w stanie choroby. Jesteśmy skuteczni w swoich działaniach służąc wizerunkowi personelu medycznego, jak również wpływając na świadomość osób nie mających związku z ochroną zdrowia, pracujących w różnych obszarach (banki, firmy, instytucje, szkoły, uczelnie, urzędy, szpitale, kobiety pracujące w domu). Tam, gdzie jest człowiek, tam powinniśmy być my, żeby zapobiegać, uświadamiać, motywować, pomagać. Jesteśmy specjalistami i pasjonatami a nasz cel to „zdrowe i świadome społeczeństwo”.*

Firmę tworzą ludzie ściśle związani z opieką zdrowotną, będący liderami w swoich dziedzinach, mający doświadczenie promocyjne i edukacyjne jak również orędujący postawę pro – zdrowotną w każdej dziedzinie życia.

W związku z tym proponujemy spotkania, szkolenia w formie warsztatów, konferencji dla pracowników firm, dbających o zdrowie, motywację i dobre relacje w zespole. Warsztaty o różnorodnej tematyce ale ściśle związane z pro – zdrowotnym stylem życia, motywacją, połączone z badaniami profilaktycznymi w kierunku cukrzycy oraz nowotworów piersi u kobiet, mogą być cennym wyróżnieniem dla pracowników firm, mogą być miłą odmianą spotkań integracyjnych, spotkań dla kobiet, nagrodą za dobre wyniki pracy. Inwestycja w zdrowie i motywację pracowników może być bezcennym kołem napędowym dla rozwoju wielu firm.

Proponowane tematy

Motywacja (nasze wewnętrzne blokady w osiągnięciu celów)

Jak wyjść ze stabilnej strefy komfortu.

Wyścig szczurów – mentalna choroba cywilizacyjna.

Myśl i działaj jak człowiek sukcesu.

Cele, decyzje i marzenia.

Asertywność i jej moc.

Jak budować poczucie własnej wartości.

Stereotypy i zmiana myślenia.

Jak uwolnić się od stresu (medytacja).

Zdrowie i uroda (jak wydobyć z nas piękno)

Naturalne i bezpieczne metody poprawy urody.

Profilaktyka cukrzycy – wykład

Badanie poziomu cukrów.

Stan przedcukrzycowy.

Odżywianie a cukrzyca – spotkania z dietetykiem.

Badanie profilaktyczne piersi w kierunku zmian nowotworowych dla kobiet w każdym wieku innowacyjną metodą termograficzną.

Pierwsza pomoc w nagłych przypadkach.

Resuscytacja krążeniowo – oddechowa.

Otyłość – choroba cywilizacyjna (rodzaje, leczenie, badania).

Opieka nad osobą starszą.

Bezpieczne zachowania higieniczne – epidemiologiczne podczas i po kontakcie z placówkami medycznymi.

Jak uniknąć groźnych chorób w dużych skupiskach ludzi – bezpieczne zachowania.

Higiena rąk dla wszystkich – Twoje zdrowie w Twoich rękach.

Wakacje i zagrożenia (profilaktyka chorób zakaźnych, pierwsza pomoc).

Podczas warsztatów proponujemy proste metody relaksacyjne, uwalniające od stresu, badania profilaktyczne w kierunku cukrzycy, nowotworów piersi, proste propozycje ćwiczeń w biurze, prosty układ ZUMBY.

Warsztaty te kierujemy również dla pracowników placówek medycznych wówczas mogą być wzbogacone o wykłady pokazujące nowe ścieżki rozwoju i nowe kierunki zawodowe dla pracowników z medycznym wykształceniem:

1. Badania kliniczne fakty i mity
2. Pielęgniarka w edukacji diabetologicznej.
3. Pielęgniarka w kosmetologii.

Jesteśmy otwarci na organizowanie konferencji w siedzibach Państwa firm, szpitali, instytucji, szkołach, uczelniach.



Projekt Pozytywki – pozytywne kobiety, to spotkania klubowe, wieczorki dla kobiet chcących oderwać się od szarej rzeczywistości, chcących zmienić swoje życie na lepsze, chcących realizować swoje marzenia, dla kobiet odważnych, marzycielek, pozytywnie nakręconych.

Wieczorki i spotkania odbywać się będą w lokalach, klubokawiarniach w różnych miastach. Oprócz warsztatów z rozwoju osobistego, motywacji, kreowania życia będą spotkania ze specjalistami od zdrowia kobiety, od urody czyli kosmetologami, fryzjerzy, wizażystki, będziemy zapraszać firmy, osoby, które zaoferują kobietom jak najwięcej pozytywnej energii i wiedzy dla ducha i ciała. Dla tych, które chcą aktywnie uczestniczyć w warsztatach będą nagrody, upominki, pakiety badań, karnety do salonów urody i inne kobiece specjalności.