



Strefy Zdrowia

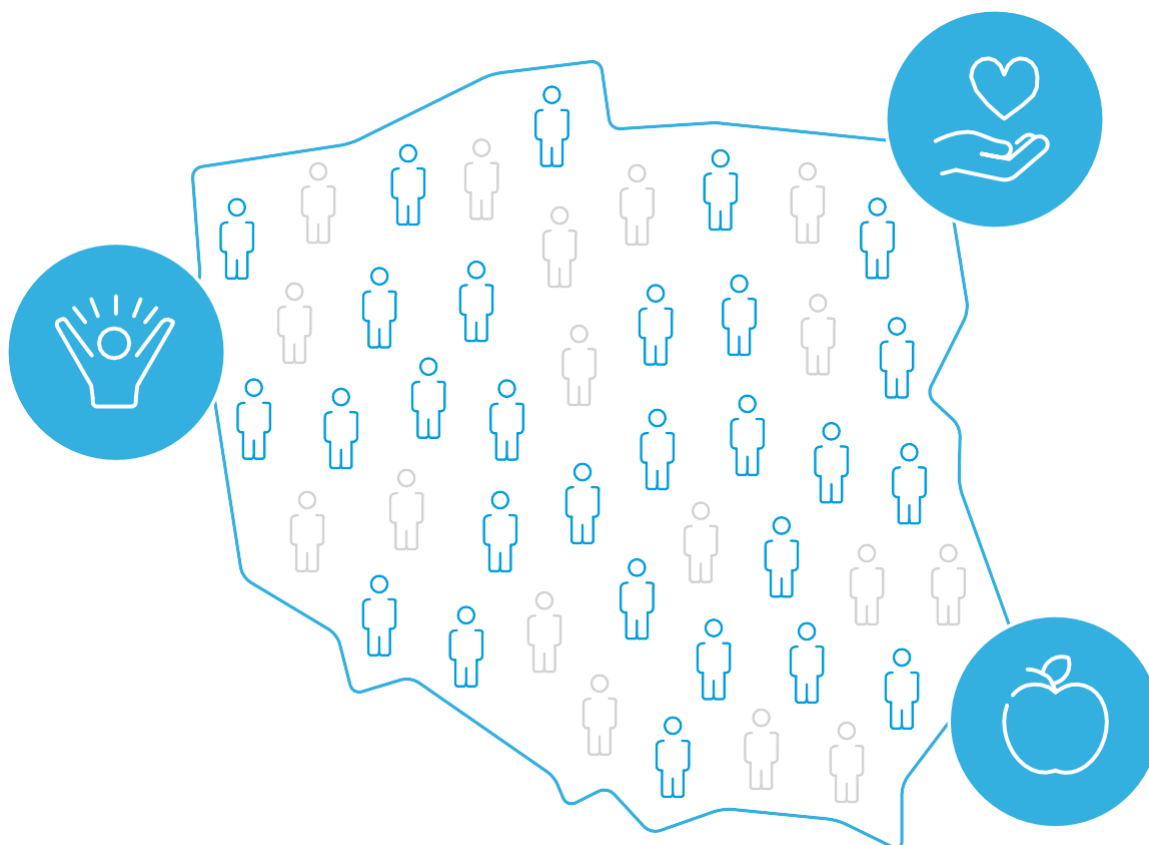
PROGRAMY PROFILAKTYCZNE DLA FIRM



ZDROWIE

Cenimy **zdrowie**

Ponad połowa Polaków wskazuje **zdrowie** jako **najcenniejszą wartość**, a popularność prozdrowotnego stylu życia stale rośnie.



Prywatna opieka medyczna jest **najbardziej pożądanym benefitem w pracy**.



Atrakcyjny pakiet opieki medycznej może pomóc przyciągnąć **nowych, wykwalifikowanych pracowników** i zatrzymać obecnych.



...ale czy o nie dbamy?



Życie „w biegu”

Nie jemy śniadania, cały dzień spędzamy **w stresie**. W przerwie **palimy papierosy**, podjadamy **niezdrowe przekąski**, pijemy **dużo kawy**. Posiłki jemy szybko, często przy komputerze.



Ograniczony budżet i czas

Opieka medyczna jest coraz droższa i nierzadko pochłania znaczną część domowych wydatków. Zdarza się, że **pracownicy rezygnują z usług medycznych lub zakupu leków z powodu braku pieniędzy**.

Do pracy z infekcją

W czasie choroby **mamy obniżoną koncentrację, zarażamy innych i ryzykujemy powikłaniami**. Przez to nieobecności w pracy wydłużają się i dotyczą również współpracowników.

Nieregularne wizyty u lekarzy, brak dostępu do specjalistów, nieprawidłowe leczenie chorób.

To wszystko negatywnie wpływa na stan zdrowia pracowników. Jest również znaczącym wydatkiem dla zatrudniających, którzy pokrywają koszty częstych zwolnień lekarskich.

Chorowanie nie jest tanie. Koszty ponosi zarówno pracownik, jak i pracodawca

Koszty dla pracodawcy

- ⊖ Wyплаты wynagrodzeń za zastępstwa i nadgodziny
- ⊖ Administracyjne koszty obsługi zwolnienia
- ⊖ Konieczność przeszkolenia zastępujących pracowników lub rekrutacji nowych
- ⊖ Opóźnienia w produkcji, realizacji zamówień i obsługi klienta

Straty dla pracownika

- ⊖ Niższe wynagrodzenie
- ⊖ Mniejsza wydajność w pracy
- ⊖ Zaległości w bieżących obowiązkach
- ⊖ Ryzyko powikłań zdrowotnych



Jak zadbać o zdrowie pracowników

- + Zaproponuj dodatkowe świadczenia medyczne
- + Zapewnij programy profilaktyczne
- + Promuj zdrowy tryb życia w miejscu pracy
- + Edukuj w zakresie profilaktyki

Możesz na nas liczyć

Organizujemy akcje promujące zdrowy styl życia wśród pracowników



Pomoc przy stworzeniu planu działania

Od lat zbieramy i analizujemy dane na temat zdrowia Polaków oraz ich potrzeb zdrowotnych. Ułożymy najlepszy plan działania specjalnie dla Twoich pracowników.



Badania w dowolnym miejscu

Do przeprowadzenia akcji wystarczy nam przestrzeń konferencyjna lub biurowa, stoły i krzesła.



Dogodny termin badań

W ciągu ośmiogodzinnego dnia pracy przebadamy od 50 do nawet 500 pracowników (w zależności od wybranego wariantu).



Organizacja zapisów na badania

Tworzymy listę wizyt i badań tak, aby każdy mógł wziąć w nich udział bez konieczności opuszczania miejsca pracy.



Obsługa logistyczna

Dostarczamy wszystkie niezbędne do badań środki medyczne i sprzęty.



Opieka doświadczonego personelu medycznego

Mamy wieloletnie doświadczenie w organizowaniu Stref Zdrowia. Stworzyliśmy zaufany zespół, odpowiedzialny za działania profilaktyczne w całym kraju.



Pomoc lekarzy wielu specjalizacji

Dzięki współpracy z lekarzami różnych specjalizacji możemy przeprowadzać kompleksowe badania.



Promocja wydarzeń wśród pracowników

Zapewniamy plakaty, ulotki, mailing i banery na stronę internetową.

Poznaj **Strefy Zdrowia**,
które najczęściej organizujemy
i dowiedz się, co możemy
zapropionować Twojej firmie.



Profilaktyka ogólna

Chcesz wzmocnić potencjał zdrowotny zespołu?

Podnieś efektywność firmy i zadbaj o swoich pracowników. W ramach programu PZU Zdrowie przebadamy ich w miejscu pracy.

Zakres usług (8 godzin)	Przegląd podstawowy	Profilaktyka ogólna Plus
Porada internisty	+	+
Porada w zakresie pulmonologicznym		+
Porada dietetyczna		+
Analiza składu ciała		+
Porada pielęgniarska z badaniem:		+
poziomu glukozy	+	+
poziomu cholesterolu	+	+
poziomu witaminy D3		+
pomiar ciśnienia krwi		+
pomiar saturacji krwi (wysycenia jej tlenem)	+	+
EKG	+	+
spirometrii	+	+
Ratownik medyczny z pokazem pierwszej pomocy (2 prezentacje po 2 godziny)		+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	85	175



Profilaktyka dermatologiczna

Czy wystarczająco dbasz o swoją skórę?

Skóra stanowi swoistą barierę ochronną naszego organizmu. Gdy zaczynają się na niej pojawiać znamiona, przebarwienia czy inne niepokojące zmiany, pomóc nam może wizyta u dermatologa i szybka diagnoza. Piękna i zdrowa skóra to także odpowiednio zbilansowana dieta i nawodnienie organizmu. To czy wystarczająco dbasz o skórę od środka pomoże Ci sprawdzić dietetyk. Zadbaj o skórę swoich pracowników z PZU Zdrowie.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka dermatologiczna	Profilaktyka dermatologiczna plus	
Porada lekarza dermatologa	+	+	+
Badanie znamion dermatoskopem		+	
Porada dietetyczna		+	
Analiza składu ciała		+	
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+	+	
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	45	135	



Profilaktyka hormonalna

Czy Twoje hormony pracują w pełnej harmonii?

Hormony pełnią rolę kluczowego centrum dowodzenia naszym organizmem, wpływając na samopoczucie, poziom energii oraz odporność na stres. Gdy ta wewnętrzna harmonia zostaje zachwiana, mogą pojawić się sygnały takie jak przewlekłe zmęczenie, spadek formy czy trudne do wyjaśnienia zmiany nastroju. Odpowiednia diagnostyka pozwala na szybkie rozpoznanie potrzeb organizmu i przywrócenie mu właściwego rytmu. Piękno i zdrowie płynące z wnętrza to wynik dbałości o stabilność procesów, które sterują naszą vitalnością na co dzień.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka hormonalna
Porada lekarza endokrynologa	⊕
Porada pielęgniarska z badaniem:	⊕
poziomu glukozy	⊕
poziomu HbA1c	⊕
poziomu TSH	⊕
poziomu witaminy D3	⊕
Porada dietetyka	⊕
Analiza składu ciała	⊕
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	⊕
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	135



Profilaktyka dietetyczna

Otyłość – najgroźniejsza choroba przewlekła.

Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała otyłość za najgroźniejszą chorobę przewlekłą. Nieleczona prowadzi do rozwoju chorób układu krążenia, cukrzycy typu 2, zespołu metabolicznego, zaburzeń hormonalnych, a także zwiększa ryzyko zachorowań na niektóre nowotwory. Pomóż swoim pracownikom w walce z otyłością i zorganizuj dla nich profilaktykę dietetyczną z PZU Zdrowie.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka dietetyczna
Porada dietetyka	+
Analiza składu ciała	+
Warsztaty prowadzone przez fizjoterapeutę o tematyce poprawy kondycji (3 sesje po 2 godziny)	+
Porada pielęgnarska z badaniem:	+
poziomu glukozy	+
poziomu cholesterolu	+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	135



Profilaktyka zdrowia jelit

Czy wystarczająco dbasz o zdrowie swoich jelit?

Jelita stanowią swoiste centrum odporności i fundament dobrego samopoczucia całego organizmu. Gdy ich naturalna równowaga zostaje zachwiana, mogą pojawić się problemy z trawieniem, spadki energii czy mniejsza odporność na codzienne infekcje. Zdrowe jelita to nie tylko brak dyskomfortu, ale przede wszystkim sprawnie działający układ immunologiczny oraz prawidłowe wchłanianie składników odżywczych. To, w jakiej kondycji jest Twój układ pokarmowy, ma bezpośredni wpływ na jasność umysłu i witalność każdego dnia.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka zdrowia jelit
Porada gastrologa	+
Porada psychologa	+
Porada dietetyka	+
Analiza składu ciała	+
Porada pielęgniarska z badaniem:	+
poziomu CRP	+
poziomu witaminy D3	+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	180

Profilaktyka kardiologiczna

Choroby układu krążenia są główną przyczyną zgonów w Polsce. To niemal połowa wszystkich przypadków.

Choroby serca są bardzo poważnym problem cywilizacyjnym, dlatego tak ważna jest promocja prawidłowego stylu życia i profilaktyka. Zorganizuj swoim pracownikom badania oraz specjalistyczne porady, które pomogą wcześniej zdiagnozować choroby i zapobiec długotrwałym nieobecnościom.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka kardiologiczna
Porada w zakresie kardiologicznym	+
Badanie USG Doppler	+
Porada dietetyczna	+
Analiza składu ciała	+
Porada pielęgniarska z badaniem:	+
poziomu glukozy	+
lipidogramu	+
pomiarom ciśnienia krwi	+
pomiarom saturacji krwi (poziomu wysycenia jej tlenem)	+
EKG	+
Karta ryzyka sercowo - naczyniowego	+
Ratownik medyczny z pokazem pierwszej pomocy (2 prezentacje po 2 godziny)	+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	160



Profilaktyka zdrowia kobiet i mężczyzn

Czy wystarczająco dbasz o swoje zdrowie i kondycję organizmu?

Profilaktyka zdrowia kobiet i mężczyzn to fundament utrzymania wysokiej vitalności oraz sprawności na każdym etapie życia. Regularne monitorowanie procesów zachodzących w organizmie pozwala na wczesne rozpoznanie jego potrzeb i skuteczne wsparcie naturalnej energii, która jest nam potrzebna w codziennych wyzwaniach. Świadome podejście do diagnostyki to nie tylko dbanie o komfort, ale przede wszystkim odpowiedzialność za własne bezpieczeństwo i długofalowy dobrostan. Inwestycja w zdrowie to klucz do zachowania stabilnej formy fizycznej i psychicznej przez lata.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka zdrowia kobiet i mężczyzn
Porada w zakresie ginekologicznym	+
Porada w zakresie urologicznym	+
Instruktaż z samobadania piersi/jąder prowadzony przez położną	+
Badania USG piersi/prostaty	+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	165



Profilaktyka nowotworowa

Każdego roku onkolodzy diagnozują przypadki raka u setek tysięcy Polaków.

Nowotwory są drugą – po chorobach układu krążenia – najczęstszą przyczyną śmierci w Polsce. Zorganizuj swoim pracownikom badania i specjalistyczne porady, które pomogą zdiagnozować chorobę we wczesnym jej stadium. Dzięki temu będą mieli większe szanse na szybki powrót do zdrowia.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka nowotworowa	Profilaktyka nowotworowa plus
Badania radiologiczne w zakresie:	+	+
USG sutka	+	+
USG prostaty przez powłoki jamy brzusznej	+	+
USG jamy brzusznej	+	+
USG tarczycy	+	+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	30	60



Profilaktyka zdrowego kręgosłupa

Większość Polaków doświadczyła bólu mięśni w pracy. To przyczyna nawet połowy nieobecności, trwających więcej niż trzy dni.

Siedzący tryb życia i brak ruchu zdecydowanie nie sprzyjają zdrowiu kręgosłupa, natomiast praca fizyczna naraża go na przeciążenia. Nasza oferta koncentruje się przede wszystkim na profilaktyce, która pozwoli uniknąć późniejszego kosztownego i trudnego leczenia.

Zakres usług (8 godzin)	Profilaktyka zdrowego kręgosłupa
Porada dietetyczna	+
Analiza składu ciała	+
Warsztaty prowadzone przez fizjoterapeutę w zakresie zdrowego kręgosłupa (3 warsztaty po 2 godziny)	+
Porada fizjoterapeuty - instruktaż ćwiczeń wzmacniających mięśnie posturalne	+
Opieka Koordynatora Strefy Zdrowia	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	135



Szkolenie z pierwszej pomocy

Statystyki wskazują, że NKZ przeżywa tylko 6 na 100 osób, chyba, że udzieli im się pierwszej pomocy.

Badania wskazują, iż natychmiastowo i prawidłowo udzielona pierwsza pomoc zwiększa prawdopodobieństwo przeżycia osoby poszkodowanej aż 3-krotnie.

Osoby po szkoleniu z pierwszej pomocy są bardziej świadome zagrożeń i zasad bezpiecznego zachowania, co zapobiega wypadkom i urazom w pierwszej kolejności. Umożliwienie odbycia takiego szkolenia jak największej liczbie zatrudnionych świadczy o odpowiedzialności pracodawcy. Gdy zdarzy się wypadek, wzrastają szanse, że odpowiednio przeszkolona osoba będzie w pobliżu i podejmie adekwatne działania, zapobiegając dalszym szkodom, a nawet ratując życie współpracownika lub klienta.

Zakres usług (4 godziny)	Szkolenie z pierwszej pomocy
2 Szkolenia po 2h, 20 osób w grupie	+
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	40



Spotkania ze specjalistami online.

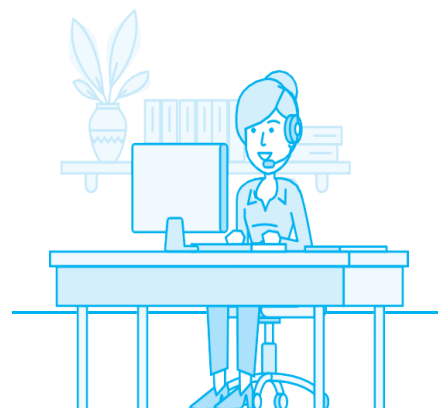
Webinar jest to "wirtualne" spotkanie z ekspertem, które odbywa się na żywo, całkowicie za pośrednictwem Internetu, bez wychodzenia z domu czy biura. Podczas spotkania możesz wysłuchać prezentacji na jeden z poniższych tematów, a także brać w nim aktywny udział, zadając pytania.

Zakres usług (1,5 godziny)	Webinar
„Zalecenia po przebyciu Covid-19” prowadzony przez lekarza internistę	
„Stres w pracy – minimalizacja i zwalczanie” – prowadzony przez psychologa	
„Profilaktyka bólu kręgosłupa” – prowadzony przez fizjoterapeutę	
„Świadome odżywianie” – prowadzony przez dietetyka	
Szacunkowa liczba przyjętych pacjentów	Bez limitu

*Tematy są przykładowe. Istnieje możliwość zorganizowania webinaru na inny zaproponowany temat, zgodnie z potrzebami danego Klienta, w tej samej cenie.

Jak to działa?

- ✓ Napisz do nas na strefyздrowia@pzu.pl,
- ✓ W ciągu kilku dni odpowiemy na Twoje zapytanie,
- ✓ Uzgodnimy szczegóły, ustalimy termin akcji i podpiszemy umowę. Jedna osoba z Twojej firmy będzie odpowiedzialna za kontakt z nami w kwestiach organizacyjnych,
- ✓ Dostarczymy niezbędne materiały do promocji wydarzenia,
- ✓ Przygotujemy miejsce badań i zorganizujemy zapisy,
- ✓ Przeprowadzimy akcję zgodnie z ustalonym zakresem,
- ✓ Po akcji prześlemy Ci raport ze zdjęciami.



ZDROWIE