



Moduł 1. Dobrostan fizyczny	Cena
<i>1.1. Diagnostyka profilaktyczna wykonywana w siedzibie Klienta.</i>	
Badania podstawowe	
• Dyżur pielęgniarki wykonującej badania paskowe	250 zł/h
• Dyżur pielęgniarki wykonującej analizę składu ciała	250 zł/h
Badania paskowe	
• glukoza	8 zł/os.
• lipidogram	60 zł/os.
Badania obrazowe	
• USG	12 000 zł/8 h lub 32 osoby
Badania wzroku	Nowości w ofercie od 2024
Badanie wzroku (5 rodzajów badań) + interpretacja	1250zł/h (8h lub 48 osoby)
Badania stomatologiczne	Nowości w ofercie od 2024
Badania scannerem 3D + konsultacja stomatologa	1850zł/h (6h lub 24 osoby)
<i>1.2. Konsultacje lekarskie i porady specjalistyczne</i>	
Konsultacje dermatologiczne	800 zł/h
Konsultacje pielęgniarki dermatologicznej	450zł/h (nowość od 2024)
Konsultacje dietetyczne	350 zł/h
Konsultacje kardiologiczne	600 zł/h
Konsultacje fizjoterapeutyczne	350 zł/h
Konsultacje podologiczne z badaniem Podoscanem + wykonanie wkładek ortopedycznych	wycena indywidualna
Trening FMS	350 zł/h
<i>1.3. Seminaria/webinaria</i>	
Profilaktyka onkologiczna dla kobiet i mężczyzn	2800 zł/1,5h sesja
Jak pokonać grypę i jesienne infekcje	2800 zł/1,5h sesja
ABC w tropikach	3000 zł/1,5h sesja

Zdrowa kobieta i zdrowy mężczyzna w XXI wieku	2800 zł/1,5h sesja
Jak dbać o swoją skórę zimą/latem (profilaktyka czerniaka)	2800 zł/1,5h sesja
Profilaktyka chorób wzroku	3000 zł/1,5h sesja
<i>1.4. Szczepienia</i>	wycena indywidualna

Moduł 2. – Zdrowe odżywianie	Cena
<i>2.1. Seminaria/Webinaria</i>	
Food for brain – pokarm dla mózgu	2 800 zł/1,5 h sesja
Zdrowo, szybko, budżetowo – proste zasady, by lepiej się odżywiać	2 800 zł/1,5 h sesja
Zdrowie w pośpiechu – jak zadbać o siebie, gdy brakuje nam czasu	2 800 zł/1,5 h sesja
Dieta dla pracowników zmianowych	2 800 zł/1,5 h sesja
Uwolnij się od cukru	2 800 zł/1,5 h sesja
Dieta w profilaktyce nowotworów	2 800 zł/1,5 h sesja
Jak zamiast jeść zacząć się odżywiać?	2 800 zł/1,5 h sesja
Jak przygotować pełnowartościowy posiłek?	2 800 zł/1,5 h sesja
<i>2.2. Konsultacje z dietetykiem</i>	350 zł/h

Moduł 3. – Aktywność fizyczna	Cena
<i>3.1. Seminaria/webinaria</i>	
Jak zadbać o swoje plecy i nie dać się złamać?	2 800 zł/1,5h sesja
Wpływ aktywności fizycznej na zdrowie	2 800 zł/1,5 h sesja
Jak wykorzystać nowoczesne technologie do wspomagania swojego treningu	2 800 zł/1,5 h sesja
Zdrowie w pośpiechu – jak trenować, gdy brakuje nam czasu	2 800 zł/1,5 h sesja
<i>3.2. Konsultacje z fizjoterapeutą/trenerem medycznym</i>	350 zł/h
<i>3.3. Treningi grupowe</i>	
Sesje treningowe dla pracowników biurowych	wycena indywidualna
Sesje treningowe dla pracowników fizycznych	wycena indywidualna

Moduł 4. – Ergonomia pracy	Cena
<i>4.1. Audyt ergonomiczny stanowisk pracy</i>	wycena indywidualna

4.2. Konsultacje indywidualne przy stanowiskach pracy	400 zł/h
4.3. Seminarium/webinarium „Jak zaprzyjaźnić się ze stanowiskiem pracy i pracować ergonomicznie”	2 800 zł/h
4.4. Trening ergonomiczny	wycena indywidualna
4.5. Masaże	400 zł/h

Moduł 5. – Dobrostan psychiczny	Cena
5.1. Warsztaty relaksacyjne	wycena indywidualna
5.2. Seminaria/webinaria	
Cyfrowa Równowaga: klucz do zdrowia i produktywności	
100 twarzy depresji	
Pokonaj stres – zarządzanie stresem	
Work-life balance	
Nie daj się wypalić – syndrom burn out	
Sen – fakty i tajemnice	
Pierwsza pomoc dla zdrowia psychicznego	
Samoopieka – czyli jak o sobie dbać	
Stres w pracy, jak sobie z nim radzić	
Sztuka odpoczynku	
Profilaktyka onkologiczna	
Zdrowie zaczyna się w głowie – profilaktyka zaburzeń psychicznych	
5.3. Chat z ekspertem zdrowia psychicznego	1 200 zł/1h sesja
5.4. Interwencja kryzysowa	1 500 zł/4h Każda dodatkowa godzina +400 zł
5.5. Opieka psychologa w miejscu pracy	wycena indywidualna
5.6. Profilaktyka uzależnień	
Webinarium „W labiryncie uzależnień”	3 600 zł/2h sesja

Cykl „Wolni od dymu”	10 800 zł/ 3 sesje po 120 minut
<i>5.7. Infolinia – telefoniczne wsparcie psychologa</i>	wycena indywidualna

Moduł 6. – Firmowy Bilans Zdrowia	Cena
Raport	1000 zł (zapraszamy do zapoznania się z pełną ofertą raportów i tworzonych na ich podstawie strategii)

W cenniku obowiązują ceny netto.

Akcje realizowane w godzinach wieczornych, w weekendy i dni wolne od pracy – płatne dodatkowo 30% od stawki cennikowej

Dojazd powyżej 30 km od placówki własnej – 2zł/km. Dojazd liczony w dwie strony.

Indywidualne usługi medyczne zwolnione są z podatku VAT.

Grupowe sesje edukacyjne, raporty obejmują 23% VAT.

Ceny dotyczą realizacji w wersji polskojęzycznej - wersja anglojęzyczna podlega indywidualnej wycenie.

Wycena wielomodułowa akcji profilaktycznych odbywa się w oparciu o indywidualne ustalenia z Klientem.