

Online aanbod Het Helende Huis 2021

- De sessies worden i.v.m. Corona online gegeven via Zoom.
- Kleine groepen voor individuele aandacht, max. 10 personen.
Meer deelnemers per beweessessie is bespreekbaar.
- Datum, tijdstip en frequentie in overleg.
- Sessies op locatie zijn mogelijk zodra de Coronamaatregelen worden versoepeld.



Pakket Basis

De basis om kennis te maken met Gezond Werken. Om de variatie in bewegingen te leren kennen en te integreren tijdens het werk.

Serie van 4 sessies van 60 minuten of 8 sessies van 30 minuten.

Pakket Extra

Start met een thema workshop van 60 minuten, gericht op fysieke klachten waar jouw medewerkers mee te maken hebben in de praktijk. Hierna volgt een serie beweessessies om de bewegingen te integreren tijdens het werk.

Thema workshop 60 minuten gevolgd door serie van 4 sessies van 60 minuten of 8 sessies van 30 minuten.

Pakket Persoonlijk

Start met twee thema workshops, afgewisseld met individuele sessies voor iedere werknemer. De thema's worden in overleg bepaald en aangepast aan de fysieke klachten die vaak voorkomen bij jouw werknemers. In de individuele sessie worden bewegingen afgestemd op de persoonlijke, fysieke situatie van de persoon.

Pakket Maatwerk

Wil je zelf een keuze maken uit bovenstaand aanbod, maak een afspraak om alle wensen te inventariseren. Op basis hiervan ontvang je een offerte op maat.

