

WAAR STAAN WIJ VOOR?

- **Win-win-win!**
De werkgever bespaard kosten. De werknemer ervaart persoonlijke expertise op het gebied van eigen gezondheid. Valère kan met plezier zijn diensten uitvoeren en succes boeken op de algemene gezondheid.
- **Een gezonde medewerker**
is een productieve medewerker. Daarnaast is de pensioenleeftijd is voor velen ver weg, iedereen wil natuurlijk ook na zijn pensioenleeftijd kunnen genieten zonder klachten.
- **Klachtenvrij bewegen**
is niet voor iedereen vanzelfsprekend. Daarom gaat 10% van onze inkomsten naar de RopaRun, waarmee geld wordt ingezameld voor palliatieve zorg voor mensen met kanker.

CONTACT

U kunt vrijblijvend een afspraak met ons maken om te kijken waar wij uw medewerkers en organisatie mee kunnen helpen. Onderaan vindt u onze contactgegevens.

KOSTEN

De kosten vinden plaats op basis van een vooraf verstrekte offerte. Er wordt gebruik gemaakt van een uur tarief. Dit geldt overigens niet voor alle onderdelen die wij aanbieden.

HOE VERDER?

Na beëindigen van het bedrijfsoefentherapie-traject, is het belangrijk dat u de behaalde bewegingswinst vasthoudt en eventueel uitbreidt. Daar bieden wij u met Valère de gelegenheid voor.

Heemstedelaan 139
3523KE Utrecht

06-246 968 54
Skype: jort.akkersmans.valere

WWW.VALERETHERAPY.COM

**YOUR HEALTH
OUR BUSINESS**



WAT DOET EEN BEDRIJFSOEFENTHERAPEUT?

De bedrijfssoefentherapeut zet zich in voor de gezondheid van organisaties en hun medewerkers. Samen met werkgevers en werknemers.

De bedrijfssoefentherapeut werkt aan:

- Een gezonde werkomgeving.
- Het verminderen en herstellen van lichamelijke aandoeningen onder medewerkers.

WAAROM EEN BEDRIJFSOEFENTHERAPEUT?

Het houdings- en bewegingsgedrag in de werksituatie brengt lichamelijke belasting met zich mee. Fysieke overbelasting in het werk kan leiden tot spier-, pees- en gewrichtsklachten, die mensen hinderen of belemmeren in de uitvoering van hun werk. Klachten of blessures, veroorzaakt buiten het werk, kunnen ook zichtbare gevolgen hebben.

Denk hierbij aan ziekteverzuimkosten zoals kosten voor vervanging, loonkosten en verlies van productiviteit. De bedrijfssoefentherapeut helpt u deze kosten te voorkomen.



WERKWIJZE

1. Samen met de werkgever en werknemer worden oorzaken van problemen opgespoord en onderzocht.
2. Bedrijfssoefentherapie met een effectieve aanpak van aanwezige lichamelijke klachten of ongemakken.

Bij vroegtijdige signalering kunnen snelle interventies plaatsvinden en verergering van de klachten voorkomen worden.

PREVENTIE

Preventie van lichamelijke problemen als rug- nek- of schouderklachten begint met het optimaal inrichten van de werkplek. Het (werkplek)onderzoek wordt door de bedrijfssoefentherapeuten van Valère op locatie uitgevoerd, waarbij met o.a. checklists en foto-opnames een inventarisatie wordt gemaakt, die wordt vastgelegd in een rapport met adviezen.



OPLOSSINGEN OP MAAT

Aan de hand van het gemaakte rapport worden de bevindingen doorgesproken en bekeken hoe een optimale inrichting te bereiken is. Daarnaast wordt er preventief gezocht naar praktische oplossingen, voor het gehele bedrijf en de individuele medewerkers, zoals:

- **Begeleiding van medewerkers** door functionele training op de werkplek.
- **Gezond werken** gericht op beeldschermwerk of specifieke belastende werkzaamheden zoals tillen, duwen en of trekken.
- **Voorlichtingen en trainingen** aan groepen over lichamelijke belasting in de werksituatie.
- **Stoelmassages.**