

## Ogólnopolskie Centrum Profilaktyki Narządu Ruchu i Klinika Leczenia Bólu.

### Oferta

Zwracamy się do państwa z ofertą dotyczącą szkoleń i warsztatów dotyczących utrzymania całego personelu, kadry oracowniczej przy zdrowiu (**Ergonomia i Biomechanika Pracy, Rehabilitacja**).

Wyżej wymieniony system szkoleń oparty jest na wieloletnim doświadczeniu wynikającym z doświadczenia zawodowego ja i również ze współpracy i pracy z Uczelniami Wyższymi.

Pragniemy nadmienić, iż jest to unikalny program integracyjny obejmujący wykłady

z dziedziny **ergonomii i biomechaniki**, podnoszące świadomość w dziedzinie prawidłowej postawy i mogących wystąpić skutkach w postaci różnych dolegliwości bólowych a co za tym idzie *ograniczenie zdolności do pracy w postaci częstych zwolnień*.

**warsztaty**, które proponują przeciwdziałanie powstawania dolegliwości bólowych- to zalecane zastawy ćwiczeń w pracy i w domu, które kształtują prawidłowe nawyki i reedukacje postawy, indywidualne dopasowanie ergonomii do warunków pracy w biurze i w domu (praca w systemie zdalnym i hybrydowym).

**Rehabilitacje**, to indywidualne badanie pracownika w sytuacji, kiedy już występują dolegliwości bólowe (ból kręgosłupa, ból stawowe, ból głowy, migreny, zawroty głowy).

#### Cele szkolenia:

1. Zapobieganie
2. Utrzymywanie
3. Poprawa sprawności

Obecnie w dobie pandemii prowadzimy szkolenia w trybie online i hybrydowym z możliwością szkoleń stacjonarnych w zależności od rozwoju sytuacji związanej z pandemią.

Zabiegi rehabilitacyjne odbywają się w formie indywidualnej w ramach konsultacji i zabiegów z kinezyterapii ruchowej (z zachowaniem reżimu sanitarnego).

Obecnie cykl szkoleń odbywa się na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi, gdzie obecnie pracuje prawie 3000 osób i cieszy się dużym zainteresowaniem.

W związku z pracą zdalną, odpoczynkiem audio- wizualnym jak również w wyniku ograniczeń związanych z możliwością przemieszczania jak i braku dostępności do obiektów sportowych, statystycznie rośnie i to w dużym stopniu liczba pacjentów, u których brak ruchu i brak świadomości, prawidłowych nawyków nie tylko sprzyja różnym dolegliwościom w zakresie narządu ruchu

ale przyczynia się w znacznym stopniu (statystyka wśród pacjentów), do powstawiania znacznie wcześniej chorób postępujących jak choroba zwyrodnieniowa stawów i kręgosłupa.

W konsekwencji braku odpowiednich szkoleń z dziedziny Ergonomii, Biomechaniki i Badań profilaktycznych znacznie obniża się zdolność do wydajnej pracy i jej ciągłości.

Koszty związane z profilaktyką są **niewspółmiernie niskie** w porównaniu do kosztami związanymi z leczeniem, długimi zwolnieniami i zależnością socjalną.

Choroby narządu ruchu i brak profilaktyki w znacznym stopniu zwiększają koszty związane z opłatami ZUS w stosunku do instytucji i wypłaty wynagrodzenia.

Proponujemy w naszym integracyjnym szkoleniu **możliwość wyboru między leczeniem a zapobieganiem**, polegające na podnoszeniu świadomości pracownika i eliminowaniu złych stereotypów i wyrabianie prawidłowych nawyków jak również leczenie przyczynowe oparte na rzetelnym badaniu pacjenta a nie na leczeniu objawowym.

Obecnie integracyjny system profilaktyki jest rozpowszechniony na terenie całej Polski i od wielu lat funkcjonuje zarówno na poziomie szkół podstawowych i wyższych, cieszy się dużym zainteresowaniem w firmach, zakładach pracy i instytucjach państwowych.

Zachęcamy Państwa do współpracy.

W przypadku zainteresowania, prosimy o kontakt by uzgodnić szczegóły dotyczące realizacji szkolenia.

Z poważaniem.