

# PROGRAMA 2023-2024 EMPRESA SALUDABLE

LA SALUD ES LA CLAVE DEL ÉXITO



# EMPRESA SALUDABLE



¿QUÉ ES?



VENTAJAS



PROGRAMA



TARIFAS



CONTACTO

# ¿QUÉ ES?

**BIENESTAR PARA LOS  
TRABAJADORES**

**BUEN CLIMA LABORAL,  
BUENA REPUTACIÓN  
CORPORATIVA**



**RENTABILIDAD PARA LA  
EMPRESA**

**WIN-WIN  
TODOS GANAMOS**

# 4 VENTAJAS

## EMPRESA SALUDABLE



### SALUD

MEJORA SALUD FÍSICA Y MENTAL DEL EMPLEADO, REDUCIENDO ESTRÉS LABORAL Y ENFERMEDADES

*Canva*



### PRODUCTIVIDAD

EMPLEADOS MÁS FELICES QUE SE TRADUCE EN UN MAYOR RENDIMIENTO PERSONAL Y MENOR ROTACIÓN

*Canva*



### RENTABILIDAD

ALTO RETORNO DE LA INVERSIÓN: REDUCCIÓN DEL ABSENTISMO Y BAJAS LABORALES,

*Canva*



### CLIMA LABORAL

MEJORA DEL TRABAJO EN EQUIPO, LA PERCEPCIÓN DEL EMPLEADO SOBRE LA PERTENENCIA A LA EMPRESA

*Canva*

**01**

## **PROMOCIÓN HÁBITOS DE VIDA SALUDABLES**

RUTINAS Y ALIMENTACIÓN PARA CUERPO Y MENTE

**02**

## **GESTIÓN EMOCIONAL**

ADIÓS AL ESTRÉS, ANSIEDAD E INSOMNIO

**FLEXIBLE  
PERSONALIZADO**

**NOS ADAPTAMOS A  
LAS NECESIDADES DE  
LA EMPRESA**

# **PROGRAMA**

**03**

## **OFI- PILATES**

ACERCAMOS EL  
DEPORTE A TU  
CENTRO DE TRABAJO

**04**

## **TALLERES BIENESTAR**

APRENDEMOS A CUIDARNOS

# TARIFAS



## PACK EMPRESA FIT

**199€/mes**

+IVA

INCLUYE: 1 SESIÓN SEMANAL DE  
OFI-PILATES Y 1 TALLER  
MENSUAL DE BIENESTAR



## TALLERES

**99€**

+IVA / TALLER PERSONALIZADO  
DE 90 MINUTOS

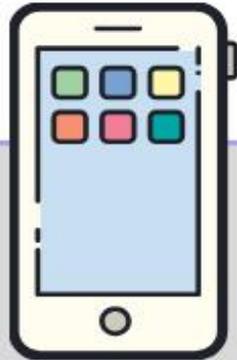


## OFI-PILATES

**39€**

+IVA/SESIÓN 50 MIN

# CONTACTO



**+34 695 91 22 76**



**info@susanadelmar.com**



**www.susanadelmar.com**

