

Ugglapraktiken AB är ett rikstäckande friskvårdsföretag etablerat 1989.

Satsningar på friskvård stärker ditt företags varumärke och är en viktig motivationsfaktor för personalen.

Bland kunderna märks Ericsson, Alecta, Skandia, Microsoft, Skansen m.fl.



## Ugglapraktikens hälsoundersökning

Våra vanligaste sjukdomar är livsstilsbetingade och skulle i många fall kunna förebyggas. Med en enkel hälsoundersökning får du signaler om du ligger i riskzonen att drabbas.

Med resultatet som hjälp motiveras du till förändringar av livsstil och hälsovanor.

Hälsoundersökningen utförs på din arbetsplats och tar 30 min.

### Innehåll:

- Blodprov (HB, blodsocker, blodfetter)
- Blodtryck
- Vikt
- BMI
- Kroppssammansättning
- Livsstilsformulär (upplevd hälsa, balans, rörelse, mat, vila etc)

Undersökningen är anonym för alla utom deltagaren. Priser, från 680 kr.

Förutom att ge individuell feedback kan resultaten på aggregerad nivå användas som grund för framtida hälsosatsningar på arbetsplatsen.

För frågor eller beställning av hälsoundersökning, kontakta Lotta Whitfield på Ugglapraktiken tel: 08-642 51 62 eller mejl: [lotta@ugglapraktiken.se](mailto:lotta@ugglapraktiken.se)

För Ugglapraktikens utbud av övriga tjänster, kontakta oss gärna för mer information, eller gå in på [www.ugglapraktiken.se](http://www.ugglapraktiken.se) Lönsam friskvård innebär aktiva insatser som bidrar till att främja personalens hälsa genom att stärka och utveckla de mänskliga resurserna - mentala, fysiska och sociala. Satsningar på friskvård är en viktig motivationsfaktor för dagens arbetskraft och stärker bolagets varumärke.