

longevity

CENTER

Longevity Center

*dla firm*

**Longevity Center** jest odpowiedzią na rosnącą potrzebę kompleksowego a jednocześnie **spersonalizowanego** podejścia do zdrowia stworzoną głównie dla klientów biznesowych i ich potrzeb.



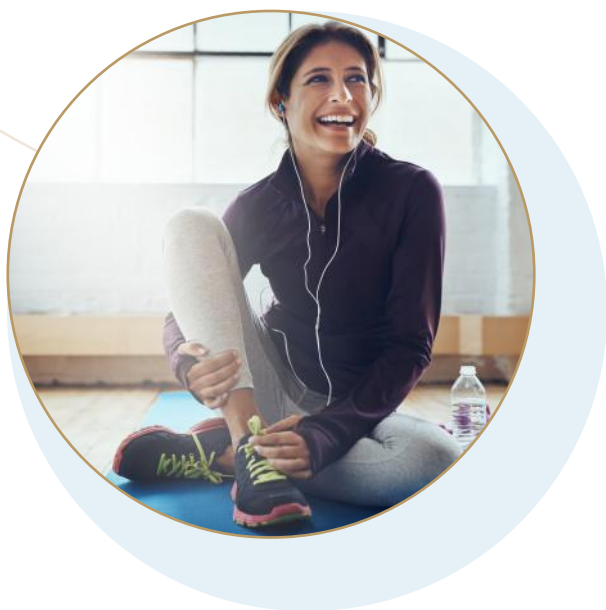
Z badań The Corporate Health and Wellness Association, największego stowarzyszenia na świecie zajmującego się tematyką zdrowia oraz dobrostanu pracowników w korporacjach, wynika, że **85% badanych** wskazuje na konieczność personalizacji tych usług.

Z najnowszego badania firmy Sedlak & Sedlak wynika, że 80% osób na wysokich stanowiskach wskazuje na duże obciążenie pracą, a aż **45% zaczyna się stresować** na myśl o swoim stanie zdrowia.

Z kolei badanie „The Workforce View in Europe 2017” przeprowadzone w 8 krajach (Francji, Niemczech, Włoszech, Holandii, Polsce, Hiszpanii, Szwajcarii i Wielkiej Brytanii) wykazało, iż w Polsce blisko połowa respondentów (**46%**) **doświadcza stresu w pracy** często lub bardzo często, co uplasowało polskich pracowników w czołówce tego rankingu. Koszty absencji spowodowanej stresem są obecnie liczone w miliardach złotych rocznie.

**Longevity Center** jest pierwszym miejscem w Polsce i prekursorem w Europie, gdzie w oparciu o pogłębioną diagnostykę i najnowocześniejszą technologię skupiamy się na interwencjach mających znaczący wpływ na zmianę stylu życia i nawyków, umiejętność radzenia sobie ze stresem, co w efekcie znacząco zwiększa potencjał na osiągnięcie optymalnego stanu zdrowia.

W naszej ofercie znajdują Państwo programy opracowane na podstawie szerokiej diagnostyki obecnego stanu zdrowia oraz stylu życia, a także ocenę wieku biologicznego. Nasze programy skierowane są w szczególności do kadry menadżerskiej i zarządczej, poszukującej możliwości zwiększenia witalności, koncentracji oraz zdrowia psychicznego. Każdy z programów jest kompleksowy, spersonalizowany i trwa od 3 do 12 miesięcy.



## Optymalne zdrowie

Dzięki wsparciu zespołu specjalistów i najnowszych metod diagnozowania dostarcza niezbędne dane i narzędzia do rozwijania zdrowych nawyków, ustalenia optymalnej diety, rodzaju aktywności fizycznej, wzmocnienia odporności na stres, poprawienia jakości i zaburzeń snu oraz funkcji poznawczych.

## Executive wellbeing

Dzięki wsparciu zespołu specjalistów z zakresu: medycyny stylu życia, zdrowia hormonalnego, epigenetyki, psychologii, odżywiania, jakości i zaburzeń snu oraz redukcji stresu otrzymasz spersonalizowany plan zdrowia. Dzięki podwyższeniu sprawności intelektualnej, fizycznej i odpowiedniemu zarządzaniu emocjami, osoba korzystająca z tego pakietu może zwiększyć swój potencjał i efektywność biznesową. Dodatkowo, dzięki wsparciu Executive Coacha będzie łatwiej radziła sobie z wyzwaniami zawodowymi i bardziej harmonijnie łączyła życie zawodowe z prywatnym.





## Odporność na stres

Korzystając z najnowszych zdobyczy nauki i technologii analizujemy wzorce stresowe oraz reakcje organizmu na stres. Pomagamy naszym klientom zarządzać poziomem stresu, tak aby działał na ich korzyść. Istotnym elementem tego programu jest również wdrożenie zdrowych nawyków żywieniowych i behawioralnych.

## Longevity i witalność

Najbardziej rozbudowany program oferowany przez Longevity Center, skierowany do wyższej kadry menadżerskiej. W ramach programu dokonujemy głębokiej analizy potrzeb z uwzględnieniem diagnostyki obecnego stanu zdrowia oraz oceny wieku biologicznego. Na tej bazie tworzymy spersonalizowany program zoptymalizowania zdrowia, poprawy zdolności poznawczych, koncentracji, zwiększenia efektywności i witalności.



## Wiek biologiczny

Wiek biologiczny dokładniej obrazuje stan zdrowia i funkcjonalność organizmu, niż wiek chronologiczny. Zmiana stylu życia (m.in. odpowiednie odżywianie, aktywność fizyczna, sen dobrej jakości i umiejętność radzenia sobie ze stresem) może spowolnić niektóre procesy starzenia, a co za tym idzie zniwelować stany zapalne w organizmie, a w konsekwencji wpływając na znacznie obniżenie wieku biologicznego. Jesteśmy pierwszym ośrodkiem w tej części Europy, który oferuje szeroką gamę biomarkerów do pomiaru wieku biologicznego, a także zapewnia interwencje związane ze stylem życia pod ścisłą kontrolą medyczną.

## Wzmocnij swoją odporność

Program opracowany z myślą o wzmocnieniu odporności i ochronie przed infekcjami. Ocena sprawności układu immunologicznego oparta jest na badaniach pozwalających na wykluczenie wrodzonych i nabytych niedoborów odporności w zależności od wieku czy obecnych dolegliwości. Właściwa zmiana nawyków zdrowotnych oraz dobrze dobrana stymulacja odżywcza to profilaktyka, jak i wspomaganie organizmu w walce o odbudowę bariery ochronnej na poziomie komórkowym.




## Program skrojony na miarę

Po dogłębnej analizie potrzeb, nasi eksperci opracują program w pełni dostosowany do potrzeb Twojej organizacji, kadry menadżerskiej i zarządczej oraz Twoich pracowników.



Po szczegółowe opisy powyższych programów zapraszamy na stronę:

[www.longevity-center.eu](http://www.longevity-center.eu)



*Współpracujemy ze  
światowej sławy  
naukowcami i  
autorami książek o  
zdrowiu.*

## Co zyskuje Twoja organizacja wprowadzając programy **Longevity Center**?



Kompleksowe, spersonalizowane i jedyne w swoim rodzaju programy nakierowane na znaczącą poprawę zdrowia i efektywności kluczowych pracowników.



Niższą absencję i obniżenie kosztów z nią związanych oraz niższe ryzyko wypalenia zawodowego osób objętych programem.



Istotną przewagę konkurencyjną w zakresie benefitów oferowanych kluczowym pracownikom, ponieważ jest to jedyna taka usługa na rynku.



Ważny wyróżnik w procesie budowania pożądanego employer branding.

*Ciesz się swoim  
zdrowiem na  
dłużej*

*Skontaktuj się z nami, z przyjemnością spotkamy się z Tobą w Twoim biurze lub w **Longevity Center** do którego serdecznie Cię zapraszamy.*

[www.longevity-center.eu](http://www.longevity-center.eu)

**longevity**

CENTER



**Longevity Center Sp. z o. o.**  
**ul. Belwederska 9**  
**00-761 Warszawa**

**hello@longevity-center.eu**  
**T: +48 22 400 22 77**  
**+48 884 084 040**  
**www.longevity-center.eu**