



qs[®]

QuintoSenso in Azienda

**L'interlocutore per il miglioramento
del benessere aziendale**

QuintoSenso è

PALESTRA DELLA SALUTE



REGIONE DEL VENETO



Laureati in Scienze Motorie

Personale formato e qualificato, specializzato nella personalizzazione di programmi di allenamento adatti a ciascun soggetto e ad ogni necessità. QuintoSenso è inoltre la prima **Palestra della Salute** certificata della Regione Veneto e struttura cardioprotetta.



Strumenti di Valutazione all'avanguardia

Utilizziamo come sistema di monitoraggio della frequenza cardiaca durante la sessione di allenamento il **MYZONE** e come sistema di valutazione della condizione fisica il **KINVENT** per monitorare postura, equilibrio, mobilità articolare e forza.

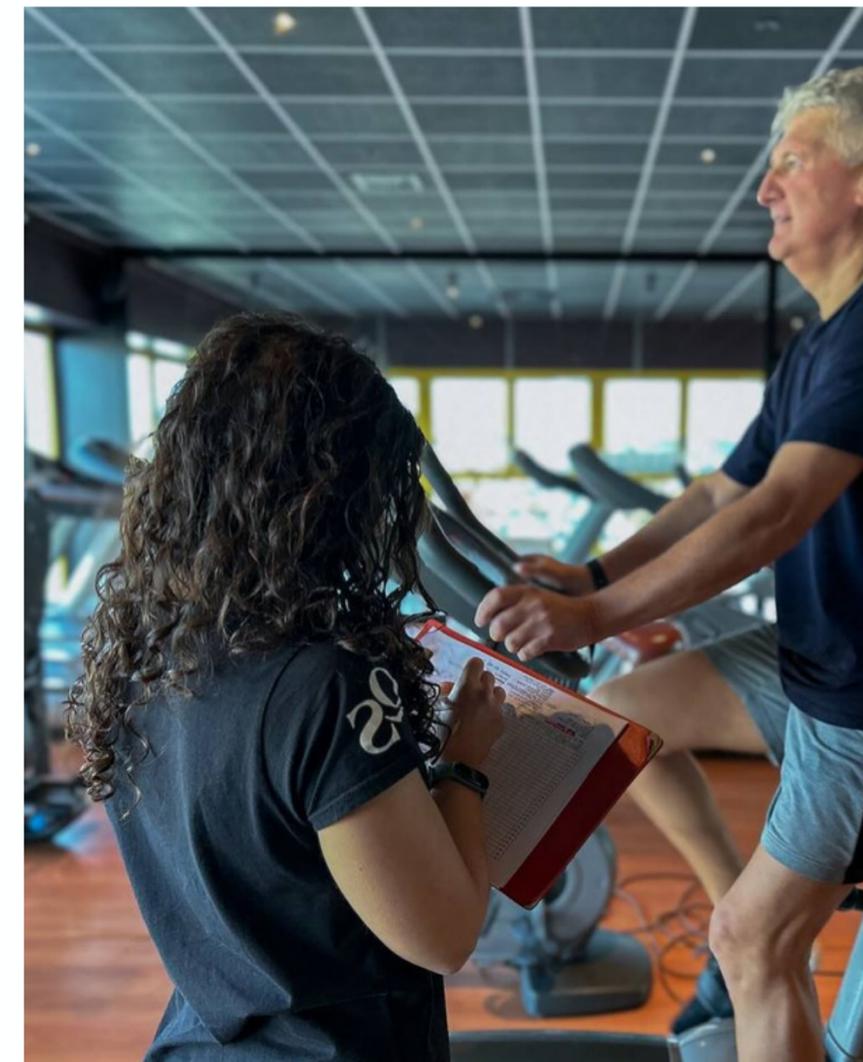
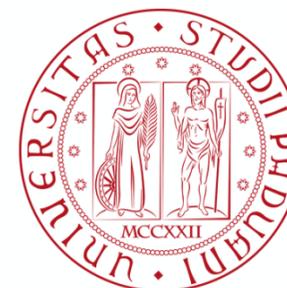


QuintoSenso Medical

Poliambulatorio Medico integrato di continuo supporto e condivisione nella gestione dell'utente con servizi di **CARDIOLOGIA**, **FISIATRIA**, **MEDICINA DELLO SPORT**, **NUTRIZIONE**, **FISIOTERAPIA** e **PSICOLOGIA**.

Direttrice Sanitaria: Dr.ssa Veronica Spadotto

Responsabile Scientifico: Prof. Alessandro Zorzi



Mission

L'OMS dice che 1/3 degli adulti nel mondo non svolge regolare attività fisica e nei giovani la percentuale sale all'80% andando incontro a problematiche cardiovascolari, diabete e obesità, ipertensione, osteoporosi, depressione e ansia.

QuintoSenso promuove l'attività fisica come farmaco portando avanti l'Obiettivo della lotta alla **sedentarietà**.

Vision

Attraverso tutte le nostre attività ci impegniamo ad essere **ambasciatori della Salute**, anche organizzando eventi nel Territorio per divulgare tematiche legate alla Salute e alla prevenzione.



QuintoSenso in Azienda

La politica aziendale nel prossimo futuro prevederà un approccio più determinato nei confronti delle questioni relative alla **Salute** dei collaboratori che operano in azienda.



Metodo QuintoSenso

Abbiamo ideato un Metodo che è composto da cinque ambiti di intervento per migliorare il Benessere personale.



CUORE

Stratificazione del rischio cardiovascolare.

ATTIVITA' FISICA

Personale laureato in Scienze Motorie per allenamenti mirati.

CORPO

Supporto medico specialistico nei percorsi motori e riabilitativi.

NUTRIZIONE

Piani alimentari individuali o elaborazione menù per mense aziendali.

MENTE

Sessioni formative con Mental Coach o incontri e percorsi privati.

Il nostro intervento

QuintoSenso propone interventi Integrati: Teoria e Pratica per il Benessere in Azienda.
Servizi su misura presso le Vostre Sedi e nella Nostra Struttura.

FASE 1: analisi dell'Azienda e fotografia del benessere dei collaboratori

- 1 Valutazione e analisi dell'Azienda o della sezione aziendale**
- 2 Sessioni Formative:**
 - "Cuore in Salute: Nutrizione per un Benessere Cardiovascolare"
 - "La giusta postura: Guida all'Igiene Posturale nel lavoro e i Benefici dell'Attività Fisica per il Benessere Generale"
- 3 Check-up cardiovascolare e posturale:**
 - Analisi del rischio cardiovascolare: esami specifici (ECG, COBAS) analizzati e refertati dai nostri Cardiologi
 - Test posturale con K-FORCE
- 4 Report e condivisione dell'indicatore del benessere dell'organizzazione**



Il nostro intervento

QuintoSenso propone interventi Integrati: Teoria e Pratica per il Benessere in Azienda.
Servizi su misura presso le Vostre Sedi e nella Nostra Struttura.

FASE 2: attività fisica con supporto dei nostri specialisti

- 1 Attività fisica in azienda:**
6 mesi di lavoro con 1 appuntamento a settimana;
- 2 Colloquio con Mental Coach**
Colloquio con Nutrizionista
Colloquio con Fisioterapista
- 3 Monitoraggio e valutazione finale;**
- 4 Ingressi in QuintoSenso.**





GOT QUESTIONS?

Ci siamo!



0422 542313



direzione@quintosenso.it

qs[®]