



Moduł 1. Dobrostan fizyczny	Cena
1.1. Diagnostyka profilaktyczna wykonywana w siedzibie Klienta.	
Badania podstawowe	
<ul style="list-style-type: none">Dyżur pielęgniarki wykonującej badania paskowe	200 zł/h
<ul style="list-style-type: none">Dyżur pielęgniarki wykonującej analizę składu ciała	200 zł/h
Badania paskowe	
<ul style="list-style-type: none">glukoza	8 zł/os.
<ul style="list-style-type: none">lipidogram	60 zł/os.
Badania obrazowe	
<ul style="list-style-type: none">USG	12 000 zł/8 h lub 32 osoby
<ul style="list-style-type: none">Mammografia + kwalifikacja lekarska	Dla Klientów LUX MED. 11 200 zł/dzień (przy maks. 75 badaniach, koszt zbadania każdej dodatkowej osoby wynosi 90 zł; koszt dla Klientów zewnętrznych 13 200zł/dzień.)
1.2. Konsultacje lekarskie i porady specjalistyczne	
Konsultacje dermatologiczne	500 zł/h
Konsultacje dietetyczne	300 zł/h
Konsultacje kardiologiczne	500 zł/h
Konsultacje fizjoterapeutyczne	300 zł/h
Konsultacje ortopedyczne	500 zł/os.
Konsultacje podologiczne z badaniem Podoscanem + wykonanie wkładek ortopedycznych	wycena indywidualna
Trening FMS	250 zł/h
1.3. Seminaria/webinaria	
Jak pokonać grypę i jesienne infekcje	2500 zł/1,5h sesja
ABC w tropikach	3000zł/1,5h sesja
Zdrowa kobieta i zdrowy mężczyzna w XXI wieku	2500 zł/1,5h sesja
Jak dbać o swoją skórę zimą/latem (profilaktyka czerniaka)	2500 zł/1,5h sesja
Profilaktyka chorób wzroku	2500 zł/1,5h sesja
1.4. Szczepienia	wycena indywidualna

Moduł 2. – Zdrowe odżywianie	Cena
2.1. Seminaria/Webinaria	
Food for brain – pokarm dla mózgu	2 500 zł/1,5 h sesja
Zdrowo, szybko, budżetowo – proste zasady, by lepiej się odżywiać	2 500 zł/1,5 h sesja
Zdrowie w pośpiechu – jak zadbać o siebie, gdy brakuje nam czasu	2 500 zł/1,5 h sesja
Dieta dla pracowników zmianowych	2 500 zł/1,5 h sesja
Uwolnij się od cukru	2 500 zł/1,5 h sesja
Dieta w profilaktyce nowotworów	2 500 zł/1,5 h sesja
Jak zamiast jeść zacząć się odżywiać?	2 500 zł/1,5 h sesja
Jak przygotować pełnowartościowy posiłek?	2 500 zł/1,5 h sesja
2.2. Konsultacje z dietetykiem	300 zł/h

Moduł 3. – Aktywność fizyczna	Cena
3.1. Seminaria/webinaria	
Jak zadbać o swoje plecy i nie dać się złamać?	2 500 zł/1,5h sesja
Wpływ aktywności fizycznej na zdrowie	2 500 zł/1,5 h sesja
Jak wykorzystać nowoczesne technologie do wspomagania swojego treningu	2 500 zł/1,5 h sesja
Zdrowie w pośpiechu – jak trenować, gdy brakuje nam czasu	2 500 zł/1,5 h sesja
3.2. Konsultacje z fizjoterapeutą/trenerem medycznym	300 zł/h
3.3. Treningi grupowe	
Sesje treningowe dla pracowników biurowych	wycena indywidualna
Sesje treningowe dla pracowników fizycznych	wycena indywidualna

Moduł 4. – Ergonomia pracy	Cena
4.1. Audyt ergonomiczny stanowisk pracy	5 000 zł
4.2. Konsultacje indywidualne przy stanowiskach pracy	400 zł/h
4.3. Seminarium/webinarium „Jak zaprzyjaźnić się ze stanowiskiem pracy i pracować ergonomicznie”	2 500 zł/h
4.4. Trening ergonomiczny	wycena indywidualna

4.5. Masaże	300 zł/h
-------------	----------

Moduł 5. – Dobrostan psychiczny	Cena
5.1. Warsztaty relaksacyjne	wycena indywidualna
5.2. Seminaria/webinaria	
Równowaga cyfrowa – digital wellbeing	5 000 zł/2h sesja
100 twarzy depresji	5 000 zł/2h sesja
Pokonaj stres – zarządzanie stresem	5 000 zł/2h sesja
Work-life balance	5 000 zł/2h sesja
Nie daj się wypalić – syndrom burn out	5 000 zł/2h sesja
Sen – fakty i tajemnice	5 000 zł/2h sesja
Pierwsza pomoc dla zdrowia psychicznego	5 000 zł/2h sesja
Samoopieka – czyli jak o sobie dbać	5 000 zł/2h sesja
Stres w pracy, jak sobie z nim radzić	5 000 zł/2h sesja
Sztuka odpoczynku	5 000 zł/2h sesja
Profilaktyka onkologiczna	5 000 zł/2h sesja
Zdrowie zaczyna się w głowie – profilaktyka zaburzeń psychicznych	5 000 zł/2h sesja
5.3. Chat z ekspertem zdrowia psychicznego	1 200 zł/1h sesja
5.4. Interwencja kryzysowa	1 500 zł/4h Każda dodatkowa godzina +400 zł
5.5. Opieka psychologa w miejscu pracy	300 zł/1h
5.6. Profilaktyka uzależnień	
Webinarium „W labiryncie uzależnień”	5 000 zł/2h sesja
Cykl „Wolni od dymu”	14 000 zł/ 3 sesje po 120 minut
5.7. Infolinia – telefoniczne wsparcie psychologa	300 zł/1h (przy zamówieniu większej liczby godzin stawka do negocjacji)

W cenniku obowiązują ceny netto.

Dojazd powyżej 30 km od placówki własnej – 2zł/km. Dojazd liczony w dwie strony.

Indywidualne usługi medyczne zwolnione są z podatku VAT.

Grupowe sesje edukacyjne obejmują 23% VAT.

Ceny dotyczą realizacji w wersji polskojęzycznej - wersja anglojęzyczna podlega indywidualnej wycenie.

Wycena wielomodułowa akcji profilaktycznych odbywa się w oparciu o indywidualne ustalenia z Klientem.