

Biuro Bezpieczeństwa Pracy i Ochrony
Zdrowia zaprasza pracowników
Uniwersytetu Gdańskiego do udziału w
bezpłatnym programie*

FIZJOPROFILAKTYKA REHABILITACYJNA

Masz dolegliwości związane
z pracą przy komputerze?

Boli Cię:



Weź udział w spotkaniu
grupowym z fizjoterapeutą
i wprowadź dobre praktyki
już dziś!

ZAPISZ SIĘ



Mały upominek
dla każdego

Co zyskasz?

- umiejętność wykonywania ćwiczeń rozciągających
- wzmocnienie mięśni
- obniżenie ryzyka wystąpienia chorób układu krążenia
- zmniejszenie odczuwania bólu
- komfort pracy
- poprawę samopoczucia
- poprawę jakości snu
- zwiększenie poziomu energii
- prawidłową postawę ciała
- zmniejszenie stresu

Zabierz ze sobą

wygodny strój i obuwie

Czas

1 godzina

Grupy

15 osobowe

Termin i miejsce

Nowy Rektorat, 12.12.22r. godz. 11:00, sala 612
Wydział Biologii, 14.12.2022 godz. 11:00, sala C118
Wydział Filologiczny, 19.12.2022 godz. 09:30, sala 359
Wydział Historyczny, 19.12.2022 godz. 11:00, sala 2.61
Wydział Ekonomiczny, 11.01.2023 godz. 09:30, sala 1
Wydział Ekonomiczny, 11.01.2023 godz. 11:00, sala 1
Wydział Matematyki, Fizyki i Informatyki 12.01.2023 godz. 13:30, sala 4.14

Wydział Nauk Społecznych 16.01.2023, godz. 11:00, sala B112
Wydział Oceanografii i Geografii 18.01.2023 godz. 11:00, sala 5
Międzyuczelniany Wydział Biotechnologii 23.01.2023 godz. 11:00, sala 040
Wydział Chemii 25.01.2023 godz. 11:00, sala F16
Stary Rektorat 26.01.2023 godz. 11:00, sala 50
Wydział Prawa i Administracji 30.01.2023 godz. 11:00, sala 0024