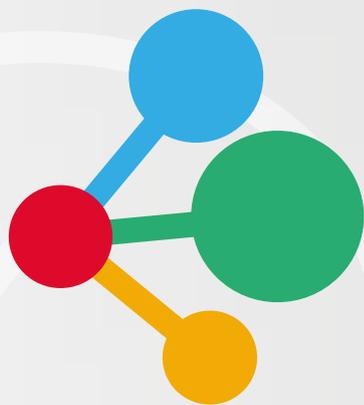


CATÁLOGO Revisa nuestros productos y servicios 2023



Team Balance

Tu partner corporativo



EXPERTOS EN BIENESTAR LABORAL



teambalance.cl



[teambalance.chile](https://www.instagram.com/teambalance.chile)



Team Balance

MISIÓN

Nuestra misión es brindar una experiencia excepcional y personalizada en la cual nos adaptamos a las organizaciones con el fin de apoyarlos **fortaleciendo las relaciones**, generar momentos de conexión y reconocimiento, crear ambientes laborales positivos, motivadores que **además potencien una cultura enfocada en el Bienestar de las personas mediante:**

Preventivos de salud laboral, Coffee Break, Regalos corporativos y Eventos corporativos

VISIÓN

Ser el principal proveedor integral de Recursos Humanos a nivel nacional, posicionándonos como la elección de confianza de nuestros clientes, promoviendo así **entornos de trabajo saludable**, experiencias innovadoras y personalizadas que inspiran la felicidad, sentido de pertenencia, motivación y conexiones humanas.

VALORES

Nuestro equipo se destaca por el compromiso que poseen en entregar excelencia en cada servicio, en la confianza que damos a nuestros clientes, somos un partner 360, que se enfoca en ofrecer **soluciones y calidad en cada experiencia.**

Encuestas de BIENESTAR

El objetivo es conocer necesidades y preferencias de Colaboradores, desde ahí generaremos un plan de acción con actividades orientadas a esos objetivos.



Evaluación NUTRICIONAL

Su objetivo es mejorar la salud y bienestar de los Colaboradores, reducir el absentismo laboral relacionado con problemas de salud, aumentar productividad y energía.

Las evaluaciones se realizan a través de cuestionarios, medición de peso y altura, análisis de la composición corporal.

Esta información puede ayudar a diseñar programas nutricionales personalizados para cada Colaborador.

Programas de PSICOLOGÍA en el lugar de trabajo

Evaluar la salud mental de los Colaboradores y familias para detectar cuales son los desafíos para comenzar a trabajar en cada sesión, además fortalecerá las relaciones interpersonales, mejorará la productividad, reducción del estrés laboral, fomentará el trabajo en equipo y el buen clima laboral.

Sesiones individuales de 30, 45 minutos o una hora



Charlas SALUD Y PSICOLOGÍA en el lugar de trabajo

Educar a los participantes en temas tales como: ansiedad, angustia, crisis de pánico, burnout, entre otros. Además, podemos preparar material de acuerdo con lo que los clientes y equipos necesiten.

Tiempo de duración 45 minutos a 1 hora, sesión de preguntas y respuestas, ejercicios aplicables.



Actividades de CONCIENTIZACIÓN CÁNCER DE PROSTATA

Para concientizar a los hombres de la importancia del autocuidado y prevención de esta enfermedad. No olvidemos que la detección temprana puede salvar vidas.

- Charlas y talleres
- Historia clínica del paciente
- Test de antígeno PSA

Jornada de 10:00 a 15:00 horas 15 minutos por persona.



Actividades de **CONCIENTIZACIÓN** cáncer de mama

Educar e informar a las participantes sobre la salud de las mamas, la manera correcta de palpar, chequeos que se deben realizar, asiste matrona y hace un chequeo manual a las participantes con el objetivo de que puedan conocer su salud mamaria.

Jornada de 10:00 a 15:00 horas 15 minutos por persona.



Pausas **ACTIVAS**

Reducir la fatiga muscular, mejorar la postura, disminuir la probabilidad de lesiones musculoesqueléticas en Colaboradores. Ejercicios de estiramientos, juegos y dinámicas en grupo. Asesoría para que los Colaboradores puedan realizar los estiramientos de manera correcta.

Alienta a los Colaboradores a realizar a adoptar hábitos saludables dentro y fuera del lugar de trabajo. Sesión de una hora, en la cual se puede trabajar por grupo o de manera individual.

Masajes en **CAMILLA**

Actividad diseñada para brindar a los Colaboradores una experiencia de relajación y Bienestar en el lugar de trabajo. Nuestro equipo de Masoterapeutas están capacitados para aliviar la tensión muscular y reducir el estrés.

Los masajes se llevan a cabo en un lugar tranquilo y privado dentro de la organización, poseen una duración de 10 a 15 minutos, se enfocan en áreas específicas del cuerpo (hombros, cuello y espalda), incluye aromaterapia y música relajante.



Meditación

Actividad orientada a enseñar herramientas y técnicas para lograr la relajación y paz interna en el lugar de trabajo.

Se realiza una pequeña introducción se explican los beneficios de su aplicación y se aplican las prácticas. Duración: 1 hora.

Preventivo **OFTALMOLÓGICO** Gratuito

Chequeo visual computarizado screening gratuito, 20% de descuento en la compra de anteojos, asesoría gratuita, garantía un año, pagos: descuento por planilla hasta 3 cuotas y pago directo (tarjeta debito/crédito).

Servicio disponible en Región Metropolitana y otras regiones

