

Dzień dobry na poznanie 4 głównych obszarów MultiLife!

Każdy z obszarów MultiLife obfituje w konkretne kursy, usługi i benefity.

Ich zawartość tworzona jest przez ekspertów MultiLife przy zachowaniu najwyższych standardów merytorycznych.

Rozwój

Kursy językowe ESKK

Kursy zawodowe
i rozwojowe Youniversity

E-booki i audiobooki Legimi

Zdrowie

Konsultacje Telemedi

Badania profilaktyczne

Konsultacje z trenerem

Kurs jogi online

Yes2Move (ćwiczenia online)

Odżywianie

MultiLife Diet

Konsultacja z dietetykiem

Psychologia

Konsultacje z psychologiem

Aplikacja mindfulness (Focusly)

Kurs mindfulness

Kursy oddychania

GO ON aplikacja muzyczna



Rozwój

Kursy językowe online ESKK

Twoi pracownicy zaczną posługiwać się wymarzonymi językami szybciej niż myślisz! Wszystkie lekcje będą prowadzone przez kompetentnych lektorów. W cenie otrzymają także audiobook.

Kursy rozwojowe i motywacyjne Youniversity

Po sukces z otwartą głową! Z kursami YOUNIVERSITY każdy raz dwa przyswoi ogrom praktycznych umiejętności związanych z relacjami, biznesem i przedsiębiorczością.

E-booki i audiobooki Legimi

Chcesz podarować pracownikom także relaks w towarzystwie historii ich ulubionych autorów? Dzięki Legimi będą mogli czytać i słuchać tyle, ile zapragną - mając dostęp do 160 tys. tytułów, w tym nowości i bestsellerów.

Zdrowie

Konsultacje telemedyczne

Zagwarantuj pracownikom spokój ducha i stałą opiekę nad zdrowiem!

W MultiLife czekają na nich szybkie i nielimitowane konsultacje online z lekarzem rodzinnym.

Badania profilaktyczne

Warto mieć wyniki pod kontrolą! Każdy pracownik dostaje od nas 10 pakietów badań do wyboru, możliwość korzystania z nich 2 razy w roku, co 6 miesięcy, oraz szybki dostęp do wyników online.

Konsultacje z trenerem

Zespół marzy o lepszej kondycji, ale brakuje im motywacji? Nasz trener przygotuje indywidualne plany i będzie czuwał nad postępami! Każdy pracownik zyska od 1 do 4 konsultacji w miesiącu (do podziału między trenera i dietetyka).

Kurs jogi od podstaw

Głęboka harmonia z własnym ciałem na co dzień? Pracownicy mają szansę doświadczyć sprawnej sylwetki i umysłu uwolnionego od natłoku myśli, dzięki lekcjom jogi online - z certyfikowaną instruktorką, dla początkujących i praktykujących.



Odżywianie

Kreator Diety MultiLife Diet

Pracownikom brakuje czasu na planowanie zdrowych posiłków? Teraz mogą wybierać z pośród 16 indywidualnych planów dietetycznych uwzględniających indywidualne wymagania, by poczuć się dobrze i zyskać energię do życia!

Konsultacje z dietetykiem

Każdy współpracownik ma także możliwość konsultacji swojego sposobu odżywiania z naszym dietetykiem nawet 4 razy w miesiącu, aby zadbać o swoje zdrowie, witalność i samopoczucie na dobre!





Psychologia

Konsultacje z psychologiem

Widzisz w Zespole potrzebę dzielenia się wątpliwościami, lękami, obawami? Ważne, aby po drugiej stronie stał profesjonalista. Zapewniamy regularne wsparcie psychologa co miesiąc. Każdemu pomoże odkryć jego prawdziwy potencjał!

Aplikacja do medytacji Focusly

Potrzebujesz szybkiego i skutecznego sposobu na redukcję stresu dla Pracowników? Podaruj im ponad 1000 nagrań i artykułów opracowanych przez certyfikowanych ekspertów, kursy wprowadzające do praktyki medytacji różnych nurtów, programy psychoedukacyjne i rozwojowe, praktyki uważności dla dzieci i dorosłych oraz muzykę relaksacyjną.

Kurs zdrowego oddychania

Świadomy oddech to sposób, aby poczuć się lepiej zintegrowany/a ze sobą i z otoczeniem! Daj szansę Pracownikom na jego reedukację w oparciu o sprawdzoną metodę Buteyki.

Aplikacja muzyczna GO ON

Platformy streamingowe z setkami muzycznych przebojów mają wielu zwolenników. Tutaj w pakiecie Twój Zespół zyskuje dostęp do ulubionej muzyki, której można słuchać w dowolnym miejscu i czasie.

Dzień dobry na pakiety MultiLife dopasowane do Twoich potrzeb!

Masz trzy różne pakiety do wyboru, by dostarczyć sobie preferowany zakres usług.

MultiLife Extra

MultiLife Basic

MultiLife Active&Relax



Pakiet Extra

Pakiet Basic

Pakiet Active&Relax

Rozwój

Kursy językowe ESKK j. niemiecki, angielski, hiszpański, włoski, francuski, norweski, chiński	2 języki z 7 na rok	1 język z 3* na rok *niemiecki, angielski, hiszpański	Nie
Kursy zawodowe i rozwojowe Youniversity	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp	Nie
E-booki i audiobooki od Legimi	Tak – nielimitowane	Tak – nielimitowane	Tak – nielimitowane
Kino	Nie	Nie	Tak – jeden darmowy bilet raz na 2 miesiące

Odżywianie

MultiLife Diet 16 planów dietetycznych	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp	Nie
Konsultacje z dietetykiem	Tak – od 1 do 4 razy w miesiącu	Nie	Nie

Psychologia

Konsultacje z psychologiem	Tak – raz w miesiącu	Nie	Nie
Aplikacja mindfulness (Focusly)	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp	Nie
Kurs mindfulness	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp
Kursy oddychania	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp
GO ON aplikacja muzyczna	Tak – Q1/2023	Nie	Nie

Psychologia

Badania profilaktyczne w placówkach Diagnostyka 10 różnorodnych pakietów badań, 2 razy w roku, szybka dostępność wyników online *zależnie od typu badania	Tak – Q1/2023 2 razy w roku* *co 6 miesięcy	Nie	Nie
Kurs Jogi online	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp	Tak – pełen dostęp
Konsultacje telemedyczne (Telemedi) Możliwość odbycia e-konsultacji w dowolnym momencie: czat, video, telefon. Nielimitowany dostęp do e-konsultacji z lekarzem ogólnym (medycyna rodzinna, internista)	Tak – Q1/2023 Nielimitowany dostęp do e-konsultacji internisty	Nie	Nie
Konsultacje z trenerem	Tak – od 1 do 4 razy w miesiącu	Nie	Tak – od 1 do 4 razy w miesiącu
NextBike	Nie	Nie	Tak
Yes2Move – ćwiczenia online	Tak	Tak	Tak

49,90 PLN

29,90 PLN

29,90 PLN