

EVOLVE. Nowy standard zdrowia i wydajności w organizacjach

Longevity studio 10 minut od Ronda Daszyńskiego

EVOLVE to miejsce łączące trening, fizjoterapię, diagnostykę i medycynę personalizowaną. Pomagamy organizacjom budować zdrowsze, bardziej odporne i bardziej wydajne zespoły. Nasze podejście pozwala pracownikom i liderom zrozumieć ich aktualny stan zdrowia, ryzyka oraz konkretne działania, które zwiększą ich codzienną energię i długoterminową efektywność.



Diagnostyka

Precyzyjna ocena stanu zdrowia



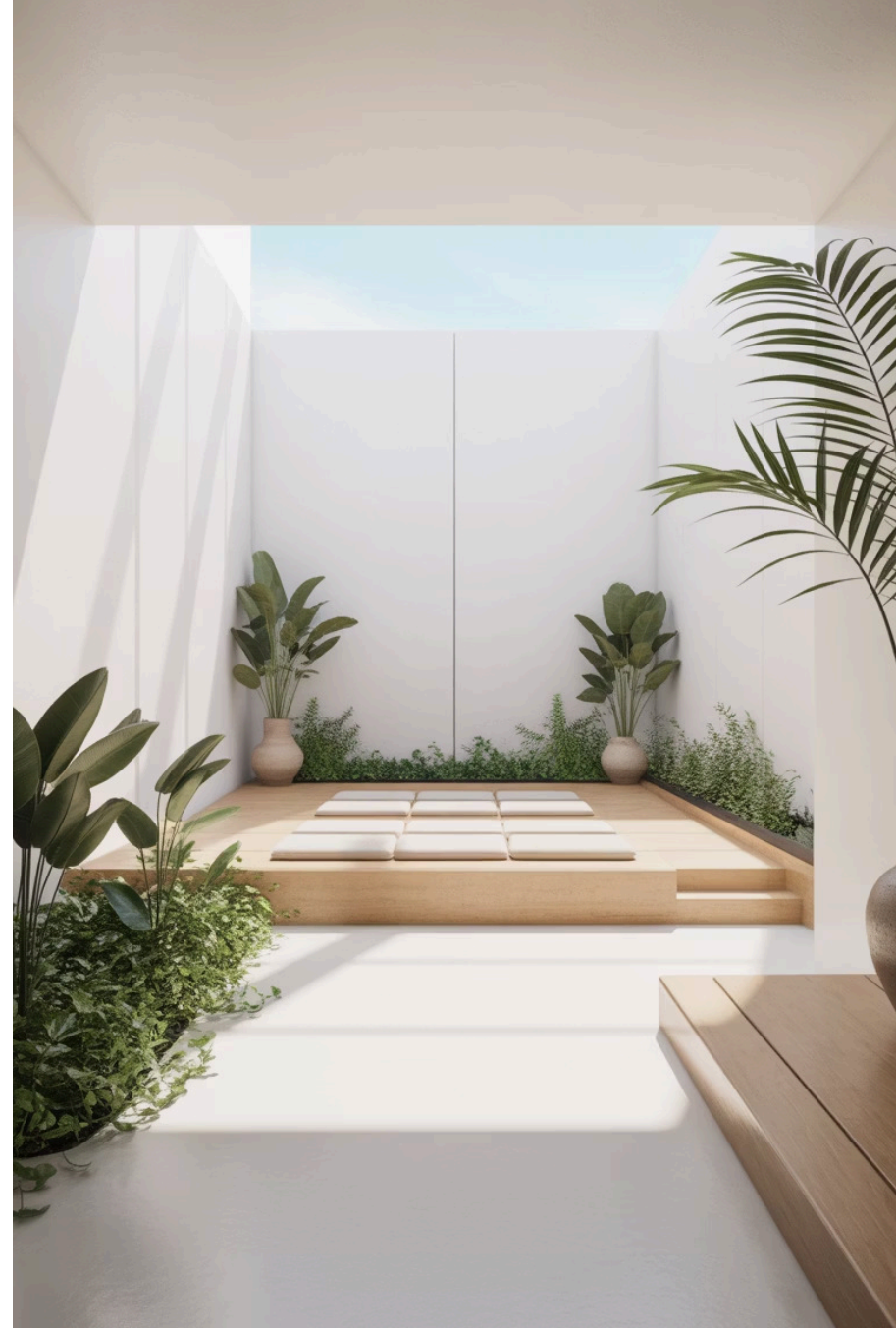
Konsultacje

Spersonalizowane rekomendacje



Trening

Strukturyzowane wsparcie



Trzy ścieżki wsparcia dla Twojej organizacji

Functional Health Check-up

Krótką, angażującą diagnozę dla pracowników



- 15-minutowa indywidualna ocena w biurze
- Tanita, dynamometr siły chwytu, screen funkcjonalny
- Natychmiastowe, spersonalizowane wskazówki

Buduje świadomość, motywację i poczucie odpowiedzialności za zdrowie.

Office Activation Program

Aktywacja zachowań i nawyków w miejscu pracy



- Warsztaty: stres, sen, odżywianie, ergonomia
- Grupowe sesje mobility i stretching
- Wyzwania i mikro-interwencje budujące nawyki

Wspiera energię zespołu i poprawia codzienne funkcjonowanie.

Longevity Leadership Program

Dla menedżerów działających pod wysokim obciążeniem



Dlaczego dla liderów: Lepsza koncentracja i jakość decyzji • Wyższa odporność na stres • Stabilna energia • Wczesne wykrywanie ryzyk • Większa jasność działania

Dlaczego dla firmy: Bardziej przewidywalna realizacja celów • Mniej absencji i wypalenia • Silniejsza kultura przywództwa • Lepsze funkcjonowanie w zmianach • Sygnał inwestycji w talenty

Program obejmuje: Diagnostykę precyzyjną • Konsultacje longevity • Strukturyzowany trening i coaching • Hybrydowe wsparcie oparte o wearables

Dlaczego EVOLVE jest inne niż wszystkie?



Jeden zintegrowany system zdrowia i wydajności

Połączenie fizjoterapii, treningu, diagnostyki i medycyny personalizowanej w jednym miejscu.



Evolve-Life platforma do monitorowania zdrowia w czasie rzeczywistym

- Import danych z wearables (Oura, Apple Watch, Garmin itd.)
- Wyniki biomarkerów i badań
- Parametry metaboliczne, snu i regeneracji
- Trendy i ostrzeżenia o ryzykach zdrowotnych
- Dashboard dla pracownika i raporty dla organizacji



Pomiar tego, co jest naprawdę ważne

- Skład ciała (Tanita)
- Siła i biomechanika
- Profile longevity
- Stres, sen, regeneracji
- Zachowania nawykowe i ich wpływ na wydajność



Realna przewaga dla firm

EVOLVE dostarcza raporty, które łączą:

- dane fizjologiczne,
- jakość pracy i energii,
- ryzyka zdrowotne,
- rekomendacje dla HR i liderów.

Diagnostyka

Advanced health assessments

Dane

Real-time metrics and logs

Coaching

Personalized training plans

Wyniki

Clear outcome visualizations



Mierzymy. Monitorujemy. Udoskonalamy. EVOLVE staje się infrastrukturą zdrowia w Twojej organizacji.

Dlaczego to ma znaczenie

Większość programów wellbeingowych opiera się na działaniach, nie na wynikach. **EVOLVE koncentruje się na zwiększeniu realnej zdolności pracowników i liderów do funkcjonowania na wysokim poziomie — bez przeciążenia.**

Korzyści dla pracowników

- Wyższa codzienna energia
- Mniej dolegliwości bólowych
- Lepsza regulacja stresu
- Stabilniejsza produktywność

Korzyści dla liderów

- Lepsza klarowność myślenia
- Mocniejsza odporność psychofizyczna
- Dłuższy horyzont efektywności

Korzyści dla organizacji

- Mniej nagłych przestojów zdrowotnych
- Silniejsza kultura i retencja
- Wyróżniająca się marka pracodawcy
- Realny ROI z kapitału ludzkiego

 **Następny krok?** Jeśli ten kierunek jest dla Państwa interesujący, chętnie przedstawimy krótkie spotkanie koncepcyjne, podczas którego pokażemy możliwe rezultaty i potencjalną ścieżkę wdrożenia.

Kontakt

Or Hever

CEO & Founder

EVOLVE Life

or.h@move4life.eu

[+48 503-024-458](tel:+48503024458)

Located in Warsaw. EVOLVE Life — redefining health, performance, and longevity.