



JOUW TEAM IN TOPVORM

VITALITEITBOOST!

Wil jij meer werkplezier op jouw afdeling, de werkdruk verlagen, minder verzuim, minder ongewenst verloop en betere resultaten behalen met jouw team?

Meld je dan aan voor deze unieke **vitaliteitsdag** en geef jouw team een boost!

Wij bieden een unieke combinatie van theorie en praktijk in 1 dag.



Doel

Doel is om de deelnemers te leren hun eigen inzetbaarheid te vergroten en hen een **vitaliteit boost** te geven!

Veel teams hebben te maken met een groot personeelstekort en een afnemende inzetbaarheid van medewerkers. Door medewerkers fit en vitaal te houden en hen te leren wat zij zelf kunnen doen willen we de energie en het werkplezier en daarmee de inzetbaarheid binnen teams vergroten.

Na deze dag zijn de deelnemers in staat om positieve keuzes te maken en hun eigen vitaliteit te vergroten. Je krijgt als leidinggevende tools in handen om dit verder vorm te geven binnen jouw team.

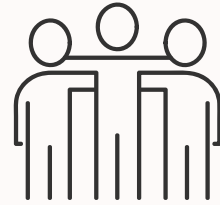
Wat levert het op?

Direct inzicht. Deelnemers leren wat zij zelf kunnen doen om hun eigen vitaliteit te vergroten. Binnen het team ontstaat er;

- »Meer (ver)binding tussen teamleden
- »Een gemeenschappelijke taal over vitaliteit
- »Meer energie
- »Meer plezier & bevoegenheid
- »Een betere samenwerking
- »Betere resultaten

Een unieke teamdag vol nieuwe inzichten en ervaringen.





LEREN DOOR TE DOEN!

Wij zijn ervan overtuigd dat wat je leert over vitaliteit direct toepasbaar is in de praktijk. Je **LEERT** door het vooral te **DOEN!**

In de **ochtend** geven we inzicht in wat vitaliteit precies inhoudt. Wij bieden de deelnemers:

- »inzicht in de verschillende dimensies van vitaliteit.
- »praktische handvatten om aan de slag te gaan met hun eigen vitaliteit en gezondheid.

In de **middag** doorleven deelnemers de thema's van de ochtend door middel van:

- »sport, spel en praktische oefeningen.
- »bruikbare tools die zowel privé als op het werk ingezet kunnen worden.

De middagactiviteiten zijn voor alle deelnemers toegankelijk; iedereen kan meedoen op zijn/haar eigen niveau. We leren van en vooral met elkaar.



Wie zijn wij?

Ron Spruit en Paul de Koning Vitaloog®;

Wij werken, trainen, begeleiden, coachen en adviseren vanuit de overtuiging dat vitaliteit veel meer is dan gezond eten en (meer) bewegen.

Met ruime praktijkervaring als vitaliteitsexperts in verschillende branches hebben wij kennis van de laatste inzichten op het gebied van vitaliteit en duurzame inzetbaarheid.

Afhankelijk van behoefte en de uitdagingen binnen jouw team maken wij een vitaliteitsdag op maat.

Meer weten?

Afhankelijk van jouw wensen en uitdagingen maken wij op locatie een inspirerende vitaliteitsdag op maat. Neem contact op voor een vrijblijvende offerte!

Wil je naast deze vitaliteitsdag meer doen met vitaliteit op de werkvloer?

Ook dat kan; hiervoor ontwikkelen wij bijvoorbeeld vitaliteitsprogramma's met een langere looptijd die het verschil gaan maken. Kijk voor de mogelijkheden (programma's, advies, trainingen, workshops) op de websites van Paul en Ron;

