



Waarom De Vitale Werkdag

Vitaliteit staat bij steeds meer organisaties op de agenda als weerwoord op toenemende verzuimcijfers, burn-out percentages en hoge werkdruk. Ook stoeien veel HR managers, ondernemers en vitaliteit- of arbospecialisten met de vraag: hoe dan? Hoe verbeter je de vitaliteit van al je medewerkers en niet alleen van degene met (potentiële) burn-out? En, nog een stap verder, hoe gebruik je vitaliteit als katalysator van groei? Tijdens De Vitale Werkdag ervaar je zelf hoe een werkdag er potentieel ook uit kan zien, hoe dat voelt en leer je het waarom en hoe erachter. Tijdens deze dag laten we je een ander perspectief zien en ervaren. Ook leer je van andere organisaties en eindig je de dag met concrete potentiële stappen voor verbetering. We verwelkomen je graag op De Vitale Werkdag!

Margot, Jeroen & Roy





Op de agenda van De Vitale Werkdag



Een goed begin

Een vitale start van de dag

De noodzaak van vitaliteit

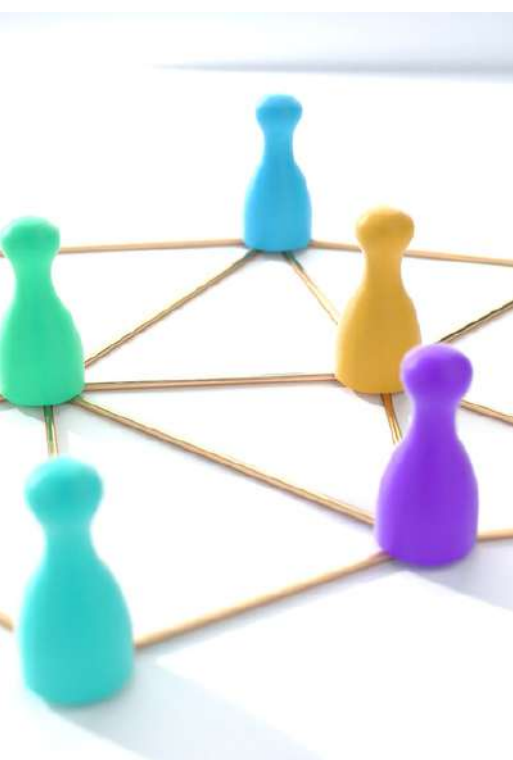
De valkuilen van vitaliteit



Gluren bij de burens

Inspiratie: hoe doen anderen het?

Toepassing: wat leer jij hiervan?



Gezond-tijd voor elkaar

Vitale lunch en wandeling



Diepzeeduiken

Verdiepende clinic over persoonlijke vitaliteit

Verdiepende clinic over financiële vitaliteit



Lonkend perspectief

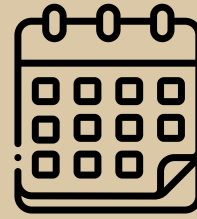
Leer hoe je een nieuwe impuls aan vitaliteit

in jouw organisatie kunt geven





Wanneer



Vrijdag
29 september '23
9:30 - 17:00

Impact van De Vitale Werkdag

- Je leert te voelen hoe het ook kan
- Inspiratie voor een nieuwe vitaliteit impuls in jouw organisatie
- Je gaat inzien waarom het loont om (meer) te investeren in vitaliteit
- Je leert te snappen waarom je huidige aanpak soms faalt
- Inzicht door praktische ervaringsverhalen van best practices en andere deelnemers
- Nieuwe ontmoetingen met gelijkgestemden
- Verdieping in vitaliteit: van beter ademen tot meer uit je salaris
- Praktische handvatten voor optimalisatie
- En...je hebt vooral een hele leuke vitale dag!

Waar



Eigentijdserf
Spreeuwelsedijk 9
Westelbeers



Voor wie Door wie

Voor ondernemers, HR of vitaliteit professionals

- Voor ondernemers of leidinggevenden die willen investeren in vitaliteit als katalysator voor groei
- Voor HR (eind)-verantwoordelijken die de volgende stap willen maken voor de vitaliteit van hun mensen
- Als je je als HR-, vitaliteit- of arbo-specialist actief bezighoudt met de vitaliteit, duurzame inzetbaarheid of welzijn van medewerkers binnen jouw organisatie



Margot van Hoijdonck – Vitaloog & Psycholoog

Als Vitaloog® en psycholoog ben ik ervan overtuigd dat meer vitaliteit op de werkvloer ervoor zorgt dat bedrijven én werknemers floreren en het hen helpt om optimaal te presteren. Met veel plezier en enthousiasme help ik daarom sinds 2019 organisaties bij het ontwikkelen en optimaliseren van vitaliteit. Vanuit mijn expertise en ervaring bij tientallen organisaties (profit en non-profit, variërend van 75 tot 17.000 medewerkers), help ik met het opstellen en implementeren van een maatwerk vitaliteitsplan. Kenmerkend voor mijn aanpak is dat het plan bijdraagt aan de organisatiedoelen en medewerkers er aan mee willen doen.

Jeroen van der Linden – Financieel welzijn expert

Met zijn bedrijf MisterBrightside zorgt Jeroen voor financiële zekerheid en een gelukkiger leven door wensen en dromen te identificeren en (financieel) te realiseren. Financieel gezonde medewerkers zijn productiever, minder vaak ziek en staan gelukkiger in het leven. Mister Brightside combineert de vakgebieden van coaching, financiële planning en pensioen. Met andere woorden het realiseren van (financiële) doelen van relaties door middel van helpen en steunen in goede en in slechte tijden.



Roy Wenting – Trainer in zelfoptimalisatie

Roy Wenting begeleidde duizenden professionals in grote organisaties naar innerlijke rust, veerkracht en groei. Hij gebruikt o.a. mindfulness meditatie, yoga en transformatiecoaching. Roy bracht 3 jaar door in Aziatische communities, kloosters en yogascholen. Als bedrijfskundige slaat hij de brug tussen actuele uitdagingen van professionals en impactvolle technieken voor zelfoptimalisatie. Roy is auteur van het boek Next Level You incl. bijbehorende app en methode.



Op uitnodiging van De Vitale Werkdag

De investering voor De Vitale Werkdag bedraagt normaal gesproken € 595,- ex btw. Gezien je prettige samenwerking of contact met Margot, Jeroen of Roy nodigen we je graag uit om deze dag kosteloos te komen ervaren. Indien je er onverhoopt toch niet bij kan zijn horen we graag van je of je iemand anders uit je organisatie of netwerk voor deze dag kunt aanbevelen. Stem dit dan even met ons af, zodat we hier qua organisatie rekening mee houden.



