

En verder...

Hoe gezond is uw bedrijf? Doe een check

Hoe gezond is de leefstijl van uw medewerkers? Is er behoefte aan bedrijfssport? Wij brengen het voor u in kaart.

Wat is nu gezond? Zorg voor kennis en bewustwording

Met onze workshops, beweegdag of gezonde lunchbijeenkomst maken wij kennis begrijpelijk en toepasbaar.

Gezonde aandacht? Leuk om cadeau te doen

Een Snackbox met gezond lekkers, een smakelijke lunchmand of een 'Op Stap-pakket' met stappenteller. Zo wenst u uw personeel of klanten heel persoonlijk veel gezondheid toe!



Belangstelling?

026-4463736

info@personeelinvorm.nl

www.personeelinvorm.nl

Een Gezond Bedrijf met Personeel in Vorm



Investeer in uw personeel

1 dag SnackAttack
12 weken voedingsprogramma
Bedrijfssport
of een week vol gezondheid

Gezond eten + Bewegen + Fun = Vitale werknemers & Minder verzuim



Gezond eten werkt

Wie gezond eet voelt zich fit en heeft voldoende energie. Goede voeding verkleint het risico op overgewicht en op gezondheidsklachten als hart- en vaatziekten en diabetes.



Bedrijf in beweging

Werknemers die regelmatig bewegen voelen zich fitter en hebben minder last van rug-, nek- of schouderklachten. Bewegen is ook belangrijk voor een gezond gewicht.



Plezier is de motor

Enthousiasme en plezier zijn nodig om de leefstijl te veranderen en om het vol te houden. Het gaat om smaakvol eten, aantrekkelijke voorlichting en leuke en goed in te passen beweegactiviteiten.



Op weg naar een gezonde leefstijl



Gezond in Vorm: *iedereen kan gezond eten*

Bij dit voedingsprogramma staan bewustwording en het maken van gezonde keuzes centraal. Onze EetWijzers helpen op een leuke manier te kiezen binnen het voedingsaanbod.



Kantine Check: *gezond kunnen kiezen*

Met ons advies zorgt u voor een gezond aanbod in uw bedrijfsrestaurant. Door onze opvallende icoontjes zien uw werknemers in een oogopslag wat de beste keuze is.



SnackAttack: *weg met de ochtenddip en middagtrek*

Tussendoortjes zijn vaak dikmakers en minder gezond. Met onze SnackAttack besteedt u hier op een aansprekende manier aandacht aan.



Bedrijfssport: *voor een actieve leefstijl*

Sporten op een aantrekkelijke manier stimuleren door een abonnement bij een sportcentrum of fitness binnen uw bedrijf. Wij adviseren en begeleiden u graag.



Bewegen op het werk: *fit en fun*

Wij maken bewegen leuk. Door laagdrempelige en uitdagende programma's. Organiseer de 10.000 stappencompetitie of krijg iedereen in beweging met één van onze Fun Sports.