

# VITAAAL IN JE WERK

Praktische 2 daagse incompany training  
inclusief persoonlijke coaching



***"Een praktische training die mensen in beweging zet op een manier die bij hen persoonlijk past."***

***"Ik zie nu dat ik met kleine veranderingen een groot verschil bereik in hoe fit ik mezelf voel."***

## **Herken je deze signalen?**

Hoor jij in jouw organisatie dat medewerkers het lastig vinden om een goede balans te vinden tussen hun werk en privé-leven? Maak jij je als werkgever zorgen over medewerkers die "op het randje" zitten of zie je collega's die prikkelbaar zijn of een kort lontje hebben?

Hoe zorg je als werkgever ervoor dat medewerkers fit, vitaal en met plezier hun werk kunnen blijven doen en minder verzuimen? In deze praktische training gaan we daarmee aan de slag en neemt de medewerker de regie over zijn of haar vitaliteit in eigen hand.