

Workshop “Vitaliteit op de werkvloer” woensdag 28 november 2018



‘ja’ voor // een vitale toekomst

Gastsprekers

Lectoraat Healthy Region en De Vitale Revolutie



Lectoraat
HEALTHY REGION



Sybren Slimmen



**vitale
revolutie**



Sander van Buren



**vitale
revolutie**

partner van

Gezond in Zeeland



Alles is gezondheid...

**De 13 Zeeuwse
gemeenten**



Lectoraat
HEALTHY REGION

Gezond in Zeeland



Interreg 
EUROPEAN UNION
2 Seas Mers Zeeën
TICC

European Regional Development Fund

Interreg 
EUROPEAN UNION
2 Seas Mers Zeeën
CASCADE

European Regional Development Fund

Interreg 
EUROPEAN UNION
2 Seas Mers Zeeën
SAIL

European Regional Development Fund



Monitoring vitaliteit op de werkvloer



Vitaliteit op de werkvloer

- Zichtbaarheid vitaliteit
- Uitdagen naar (Nudging)
 - gezonde leefstijl
 - maken van gezonde keuzes
 - Beweging
- Werkgever - werknemer



Lectoraat
HEALTHY REGION

Nudging

→ Gedragspsychologische motivatietechniek



Nudging

→ Gedragspsychologische motivatietechniek



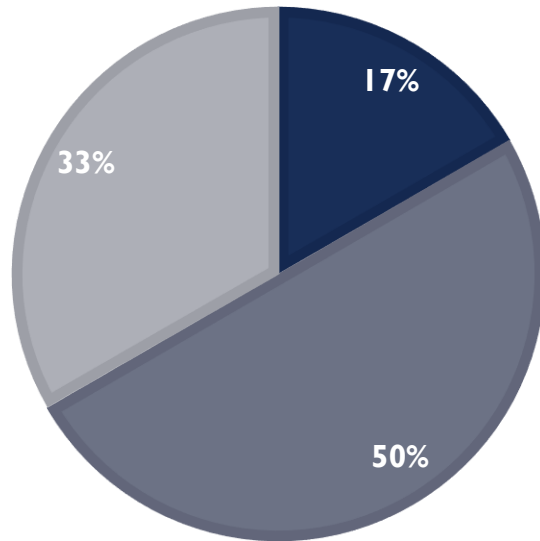
Nudging

→ Gedragspsychologische motivatietechniek



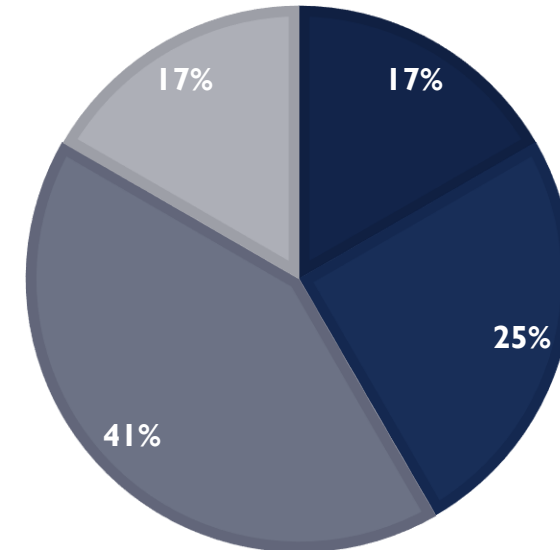
In de organisatie is vitaliteit zichtbaar belangrijk

WERKGEVER



83%

WERKNEMER



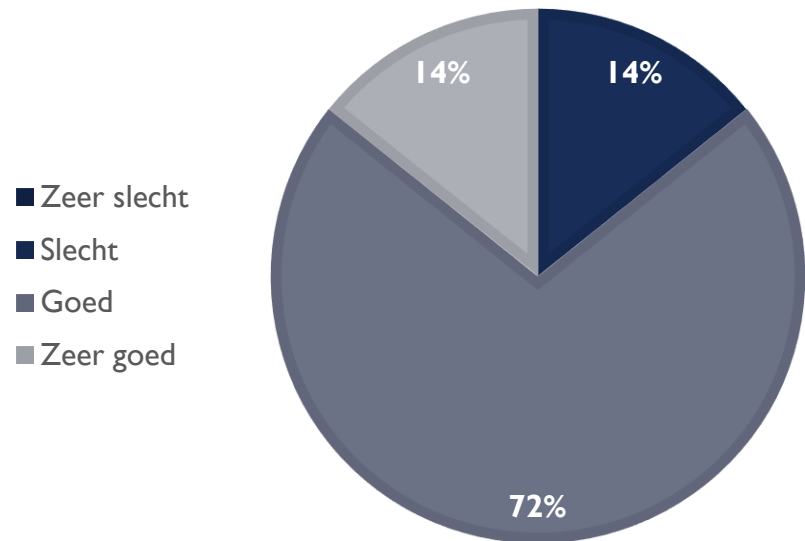
58%

- Zeer slecht
- Slecht
- Goed
- Zeer goed

- Zeer slecht
- Slecht
- Goed
- Zeer goed

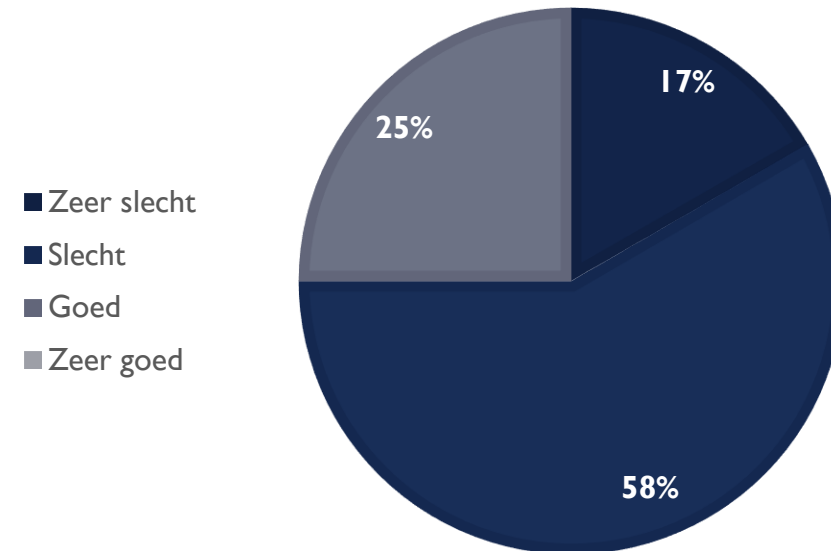
De organisatie daagt mij uit tot gezonde leefstijl

WERKGEVER



86%

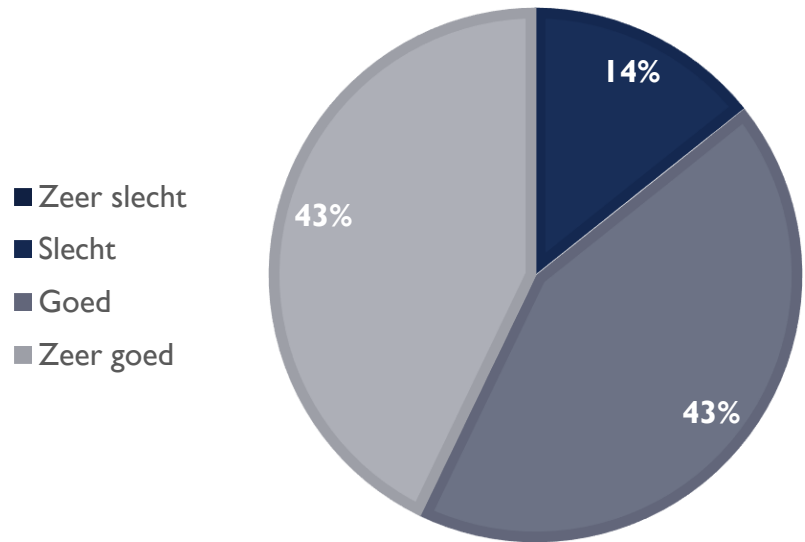
WERKNEMER



25%

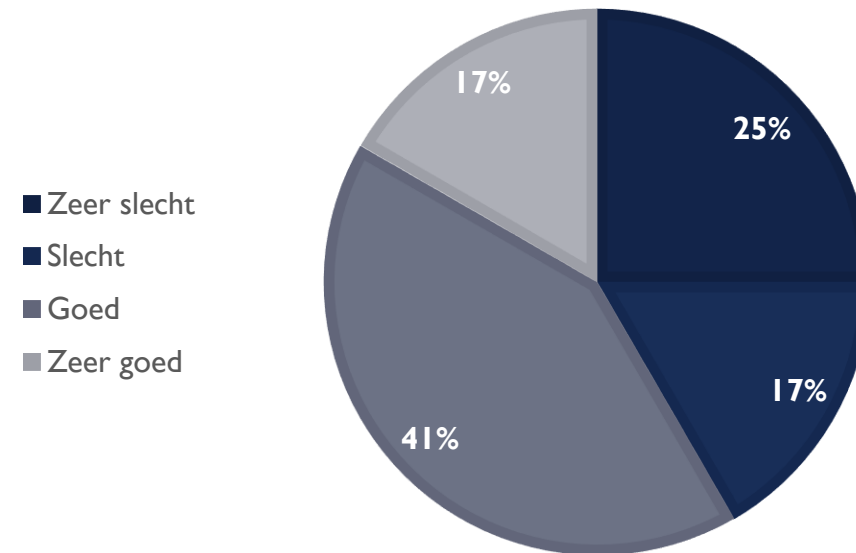
De organisatie daagt mij uit tot het maken van gezonde keuzes

WERKGEVER



86%

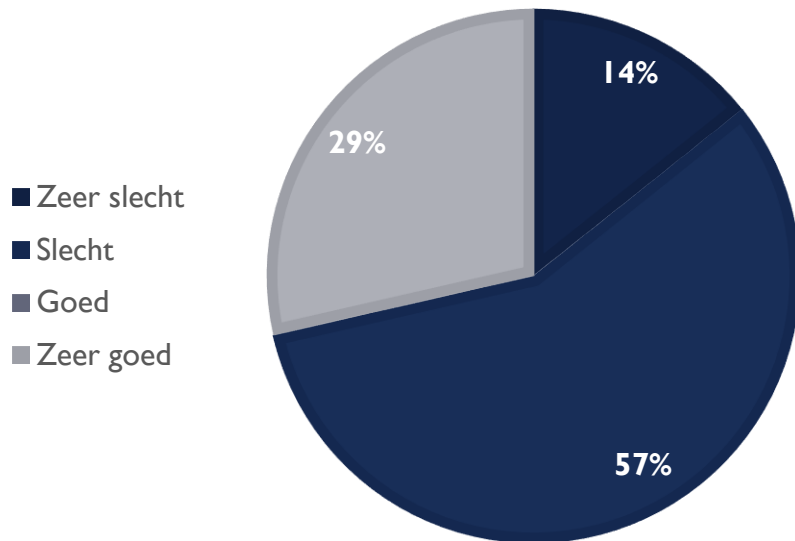
WERKNEMER



58%

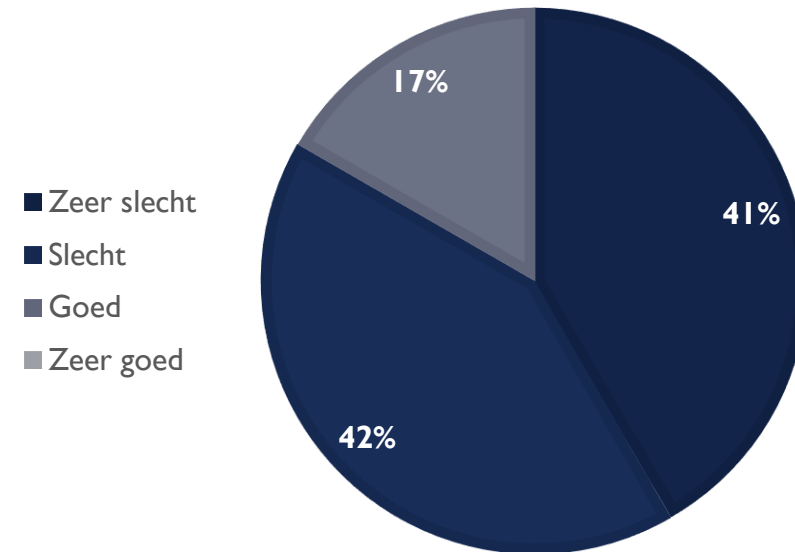
De organisatie daagt mij uit tot sport en bewegen

WERKGEVER



29%

WERKNEMER



17%

Wat is gezondheid?

Dimensies van gezondheid



Gezond gedrag



Slapen



Zingeving



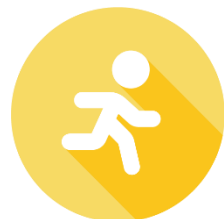
Voeding



Balans



Financieel



Bewegen

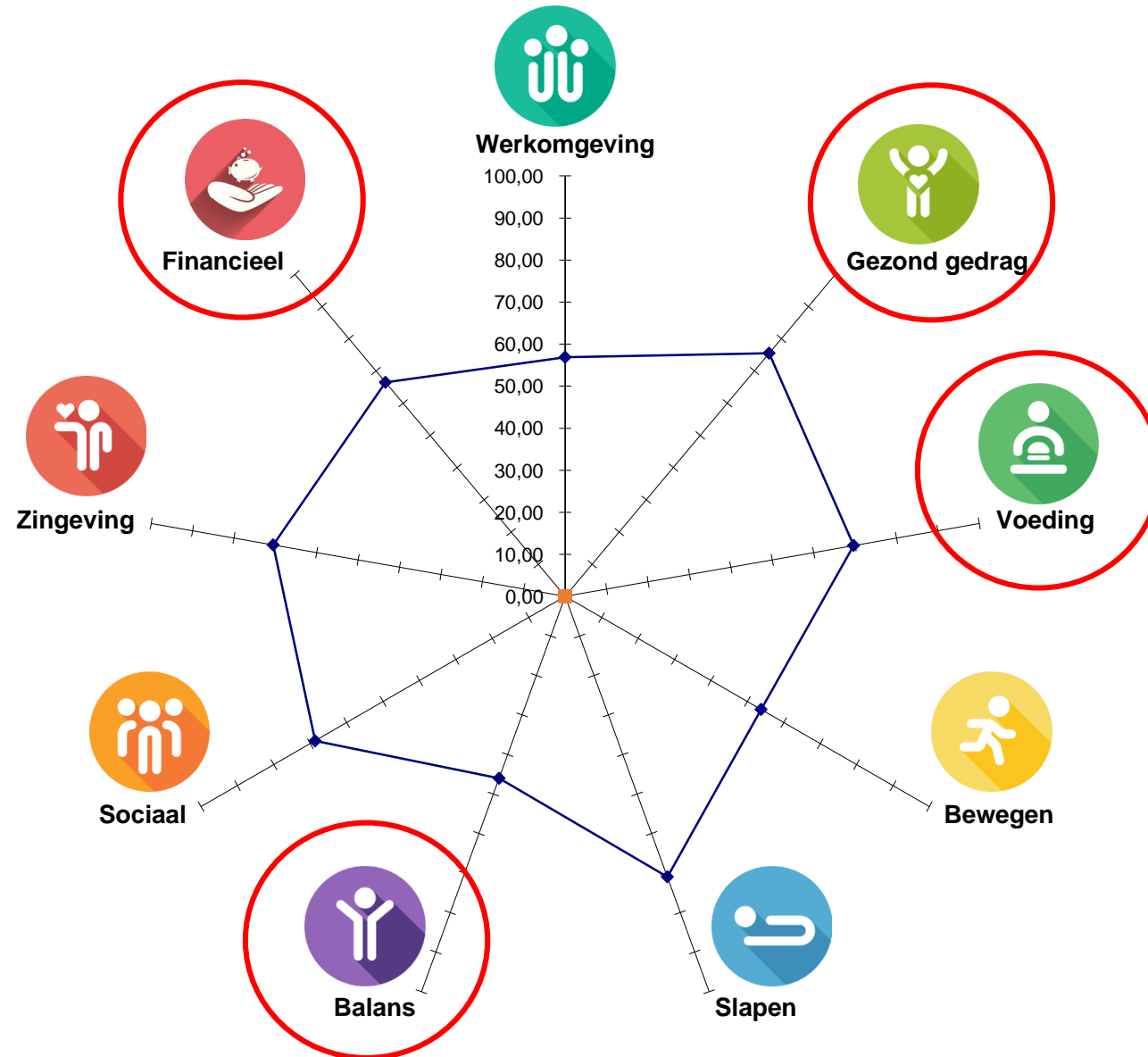


Sociaal



Werkomgeving

Balans





Lectoraat
HEALTHY REGION

ZOOO!

Zorg

Overheid

Onderwijs

Ondernemers



Projecten DVR



**JONGEREN OP GEZOND GEWICHT
(JOGG)**



**DE VITALE REVOLUTIE
DAUWENDAELE**



SAM DE WATERMAN
Sinds september 2017 is op 15



LAAGGELETTERDHEID



ZEEUWSE VITALE UITJES



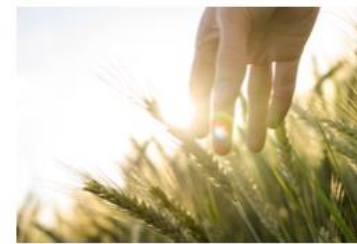
LAAT ZE NIET VERZUIPEN!



MANTELZORG



COOL 2B FIT MIDDELBURG



ALLES IS GEZONDHEID



ZEEUWSE WATERTAPPUNTEN



VITAAL EMERGIS



GEZOND IN ZEELAND

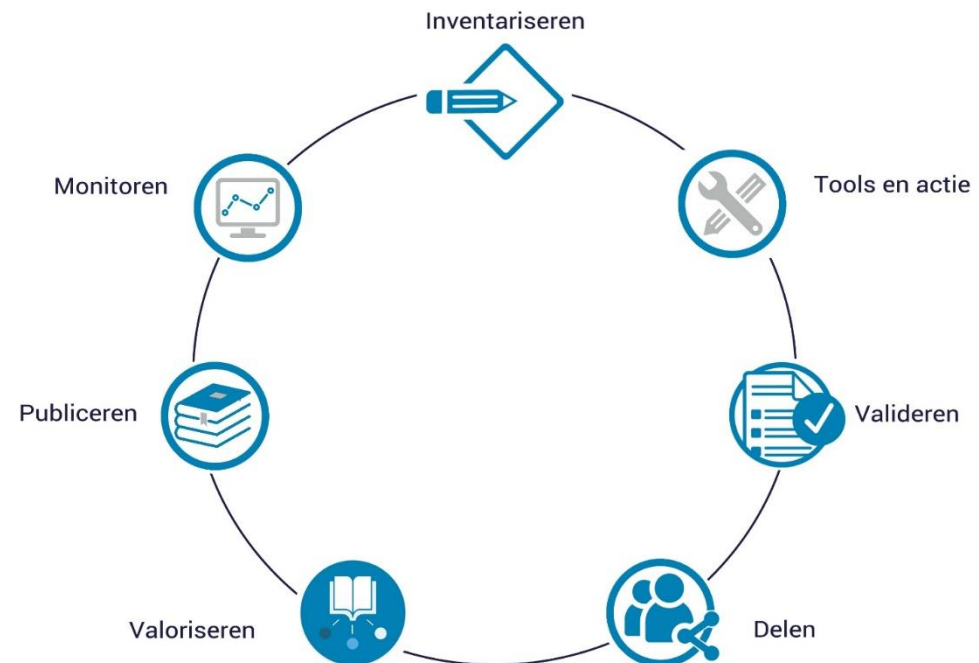
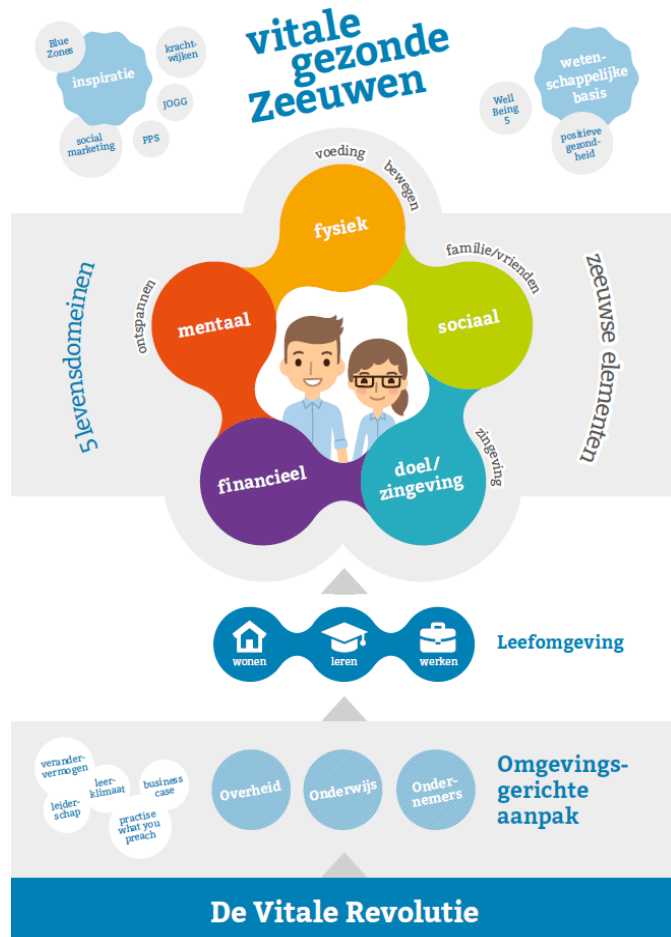
Tijd om aan de slag te gaan

- Maak een tweetal met iemand uit een andere organisatie.
- Bespreek samen de **vijf** belangrijkste aandachtspunten voor een vitale werkvloer in de **toeristische** sector.
- Noteer deze!
- Bereid vervolgens samen een korte pitch voor (30 seconden)

Vitaliteit op de werkvloer in de toeristische sector

- Onregelmatige werktijden
- Hoge werkdruk
- Geen structurele eettijden
- Seizoensgebonden

Vijf Zeeuwse elementen en tools



De Vitale Revolutie Producten

- Uw eigen DVR-bedrijfsscan met 0-meting
- Congressen en seminars met aansprekende thema's
- Side-events (Contacta, Horeca Beurs, Zeeland Beach Classics, ESPA, AIG)
- Makelaarsfunctie binnen zorg, ondernemers, onderwijs en overheid
- Zeeuwse Vitale Uitjes, Sam de Waterman, Er op Uit en de Zeeuwse menukaart
- [Zeeuwse Kennisportal](#)



De Gezond in Zeeland makelaars

GEZOND DE NATUUR IN
Sven van Rijswijk
(Van Rijswijk Project & Advies)
tel. +31 6 34 038 69
project.advies@live.nl

GEZOND BLIJVEN
Sander van Buren
(Vitale Revolutie)
tel. +31 6 268 526 64
sander.vanburen@devitalerevolutie.nl

INFO
www.gezondinzeeland.nl

GEZOND BEWEGEN
Patrick Vader
(SportZeeland)
tel. +31 6 443 634 63
p.vader@sportzeeland.nl

GEZOND ETEN
Wim de Regt
(Mondia scholengroep Walcheren / Food lab Zeeland)
+31 6 819 333 85
w.deregt@mondia.nl

GEZOND RECREËREN
Tatiana Booi
(Impuls Zeeland)
tel. +31 6 868 197 10
tatianabooi@impulszeeland.nl

Gezond in Zeeland is een initiatief van de Provincie Zeeland en vertegenwoordigers uit Zeeuwse natuur- en buitenorganisaties, SportZeeland, Zeeuwse foodsector, Impuls Zeeland, De Vitale Revolutie, HZ University of Applied Sciences (Kenniscentrum Kusttoerisme en Lectoraat Healthy Region) en VVV Zeeland.

Waar liggen de kansen?

- ✓ Gelijkschalen perspectieven werkgever - werknemer
- ✓ “Practice what you preach”
- ✓ Bewustwording belang vitaliteit en gezondheid
- ✓ Health for all: altijd de mogelijkheid voor gezonde keuzes
- ✓ Voorbeelden interventies: bewegen, voeding, stress, sedentair gedrag, openheid en zelfvertrouwen
- ✓ Kijk en verbaas uzelf



Wat kunnen wij u bieden?

1. Een duurzame aanpak te implementeren binnen uw organisatie met als doel gezondere en tevreden werknemers en uiteindelijk tevreden gasten en toeristen;
2. Concreet in kaart te brengen waar u beter en gerichtere gezondere keuzes op de werkvloer kunt maken;
3. Gebruik te maken van de expertise en knowhow binnen de kennispartners uit Zorg, Onderwijs, Overheid en collega Ondernemers (ZOOO's).



een stap extra

// dichterbij een goed idee



Door elke vraag // met elkaar verbonden