

fit4 work

GO FOR GOLD



Fitte werknemers, sterke resultaten? Dat kan met Fit4Work!

Te weinig beweging. Te veel tijd op een comfortabele bureaustoel. Of een brein dat al te vaak overuren klopt. Allemaal factoren die ervoor zorgen dat werknemers tegenwoordig sneller lijken uit te vallen dan domino-steentjes in een wereldrecordpoging. België kampt met een hoog ziekteverzuim. Daarom **gaat er heel wat productiviteit verloren** door afwezigheid. IDEWE wil jou als werkgever helpen om het tij te keren. Samen ontwikkelen we een **structureel gezondheidsplan** dat maximaal inzet op **alle factoren die het welzijn van je werknemers beïnvloeden**.

Ons streefdoel?

In **kleine, haalbare acties** de mentale en fysieke gezondheid van je werknemers een stevige boost geven. IDEWE helpt je een gezondheidsbeleid op te zetten via

een **Company Fit Profile** (bedrijfsgezondheidsprofiel in een rapport) en **Employee Fit Survey** (individuele digitale vragenlijst voor werknemers). Zo worden de werkpunten meteen duidelijk. En die pakken we aan met **leuke challenges of individuele coachings**. Of via **inspiratiesessies** met een (ex-)topatleet als keynote speaker, ideaal om werknemers te motiveren. Wil je hen extra stimuleren? Beloon elke inspanning met fitcoins in de Fitcoins-app.

Onze IDEWE-ambassadeur en olympisch schaatser Bart Swings heeft zijn schouders alvast onder de Fit4Work-campagne gezet. Nu jij nog. Go for gold!

Want: een gezonde geest in een gezond lichaam werkt.

EAT

Boost je team met gezond feel good food

Wist je dat we op kantoor ruim een derde van ons dagelijkse voedsel nuttigen? Tijd om de werkvloer om te toveren tot een gezonde oase! Want verantwoord (én lekker) eten op het werk is een win-win: energieke werknemers, betere resultaten én minder ziekte-dagen.



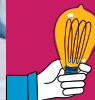
Aan de hand van leuke initiatieven en workshops creëer je blijvende gezonde gewoontes.



MOVE

Zet je werknemers in beweging

We bewegen te weinig. Die sedentaire levensstijl merken we ook op de werkvloer. En dat heeft een sterke impact: gezondheidsproblemen bij je werknemers en dus meer druk op je organisatie. Laten we daarom een inhaalbeweging doen!



Samen scheppen we een omgeving waarin iedereen weer goesting krijgt om te bewegen. En dat doen we niet enkel op kantoor, maar ook thuis en onderweg.





VITALITY

Geef meer aandacht aan levenskracht

Met onze Fit4Work-experts aan boord krijgen je werknemers een beter inzicht in hun eigen gezondheid. We geven hen de tools in handen om gelukkiger, stressbestendiger én met meer energie in het leven te staan.



Laat je inspireren door een keynote van een (ex-)topatleet, neem deel aan workshops of laat je organisatie op maat begeleiden en til zo de werklust en het algemene welbevinden van je werknemers naar een hoger niveau!





SMOKE

Stimuleer een rookvrije werkomgeving

Stoppen met roken is vaak makkelijker gezegd dan gedaan. Rokers hebben hulp nodig, want op eigen houtje lukt het meestal niet. Een simpel rookverbod op de werkvloer is niet genoeg. De oplossing: begripvolle sensibilisering en betere ondersteuning voor wie probeert te stoppen.



Met een slim, positief rookbeleid zet je de trek in een sigaret een hak!



Ook aan de slag gaan met Fit4Work van IDEWE?

Scan de QR-code of surf naar info.idewe.be/fit4work en ontdek de programma's in detail.

Meer info? Stuur ons een e-mail via Fit4Work@idewe.be



fit4♥
work

Regionale kantoren Groep IDEWE

Contacteer ons - Wij helpen je graag verder!

Antwerpen

Tel. 03 218 83 83
antwerpen@idewe.be

Hasselt

Tel. 011 24 94 70
hasselt@idewe.be

Namur

Tel. 081 32 10 40
namur@idewe.be

Brussel

Tel. 02 237 33 24
brussel@idewe.be

Leuven

Tel. 016 39 04 38
leuven@idewe.be

Roeselare

Tel. 051 27 29 29
roeselare@idewe.be

Charleroi

Tel. 071 23 99 11
charleroi@idewe.be

Liège

Tel. 042 29 71 91
liege@idewe.be

Turnhout

Tel. 014 40 02 20
turnhout@idewe.be

Gent

Tel. 09 264 12 30
gent@idewe.be

Mechelen

Tel. 015 28 00 50
mechelen@idewe.be

In samenwerking met

