

FITTE WERKNEMERS

JOUW MEDEWERKERS BINNEN EEN MAAND GEZONDER EN VITALER



TIM VAN DIJK
MARC HOGERVORST



WIE ZIJN WIJ

Wij zijn Marc Hogervorst en Tim van Dijk. De oprichters van Fitte Werknemers, een initiatief dat zich richt op het bevorderen van gezondheid en vitaliteit binnen het bedrijfsleven. Met gezamenlijk 30 jaar ervaring in de fitnessbranche hebben wij de ervaring in huis om het verschil te maken.

Marc, eigenaar van Personal Lifestyle Gym, werkt al 25 jaar als personal trainer en 12 jaar als blessurebehandelaar. Sinds 7 jaar werken Marc en Tim samen om zo veel mogelijk mensen te helpen naar een gezond en vitaal leven.



De afgelopen jaren hebben wij diverse opleidingen gevolgd in verschillende takken van gezondheid en vitaliteit. Denk hierbij aan:

- Mylogenics
blessurebehandeling
- Personal Hormonal Profiling
- Slaapcoaching
- Stress- en burn-out coaching
- TOP C personal training

Met Fitte Werknemers willen wij bedrijven helpen om hun werknemers zowel op de werkvloer als in hun privéleven beter te laten functioneren door training, behandeling en advies.

FITTEWERKNEMERS WERKT OOK VOOR JOUW BEDRIJF

Op een moderne werkplek is de gezondheid en vitaliteit van werknemers cruciaal voor het succes van de organisatie. Een slim ingerichte ruimte met constante persoonlijke begeleiding op het gebied van training, voeding, hormonen en pijnklachten, bouwen de basis voor een sterk individu.

Een voedingsplan en trainingsplan wat past bij een persoon bevordert de energie en concentratie en brengt hormonen in balans. Hierdoor verminderd stress en is de kans op uitval kleiner. Doelgericht trainen en/of bewegen verbetert niet alleen de gezondheid, maar ook mentale helder- en weerbaarheid.



Uit onderzoek is gebleken dat 1 op de 4 mensen chronische pijnklachten ervaren. Door pijn zullen werknemers zich eerder ziek melden, of de productiviteit zal aanzienlijk lager liggen tijdens het werk.

Wij bieden hiervoor een oplossing met de Mylogenics behandel methodiek op locatie!

Deze methode is gericht op het direct verminderen van pijn en stijfheid. Wij testen omliggende structuren en beweegpatronen van de pijnklacht om de oorzaak te achterhalen. Na de behandeling geven wij om adviezen om de revalidatie te structuren en de pijnklacht blijvend te verminderen. Uiteraard samen met de sportactiviteit die wij aanbieden.

SROI BIJ INVESTERING

Wanneer wij bij jouw bedrijf langskomen, bespreken we welk plan het beste bij jullie medewerkers aansluit. Dit kan uiteenlopen van periodiek behandelingen op jullie locatie, tot het voorzien van een gehele op maat gemaakte bedrijfsgym met een door ons georganiseerd fitness concept.

Om de bedrijfsgym optimaal te laten functioneren kijken we niet alleen naar het aanbieden van fitness onder begeleiding, maar ook naar optimale openingstijden. Wat zijn optimale openingstijden voor bepaalde afdelingen of individuen? Hier stemmen wij ons concept op af.

Een Fitte Werknemer is natuurlijk essentieel voor een bedrijf!



Gezonde werknemers zijn over het algemeen gelukkiger en dragen bij aan een positieve en energieke werkomgeving en lagere zorgkosten, wat een directe financiële voordelen voor het bedrijf betekent.

Onderzoek heeft aangetoond dat elke euro die geïnvesteerd wordt in gezondheidsbevordering op de werkplek, kan resulteren in een 'social return of investment' van €2,76 per geïnvesteerde €.

Dit rendement is te danken aan de vermindering van ziektekosten, de verhoging van de productiviteit en de verlaging van het ziekteverzuim.

Bron: www.kenniscentrumsportenbewegen.nl

ONS PLAN VAN AANPAK

Allereerst vinden wij het belangrijk om te horen waar de behoeften liggen en welke factoren van gezondheid de aandacht verdienen. Hiervoor gaan we met jullie in gesprek en gebruiken wij onze FitteWerknemers inventarisatielijst.

Na het inventariseren, kunnen wij een plan van aanpak opstellen voor jouw bedrijf. Hierin staat welke mogelijke oplossingen wij bieden voor de besproken behoeften en welke investering hiermee gemoeid is.



Wanneer jullie akkoord zijn met ons voorstel komen wij, in overleg, langs om een intake met de deelnemers af te nemen. Deze intake zal bestaan uit een gezondheidsvragenlijst, InBody lichaamsanalyse, pijncheck en fitcheck.

N.a.v. de resultaten maken wij een maatplan wat past bij jouw werknemers.

**'Do whatever is
necessary to get the job
done'**

CONTACT



Neem vrijblijvend contact met ons
op of kijk op
www.fittewerknemers.nl

Tim van Dijk
tim@fittewerknemers.nl
0646284994

Marc Hogervorst
marc@fittewerknemers.nl
0631769150