



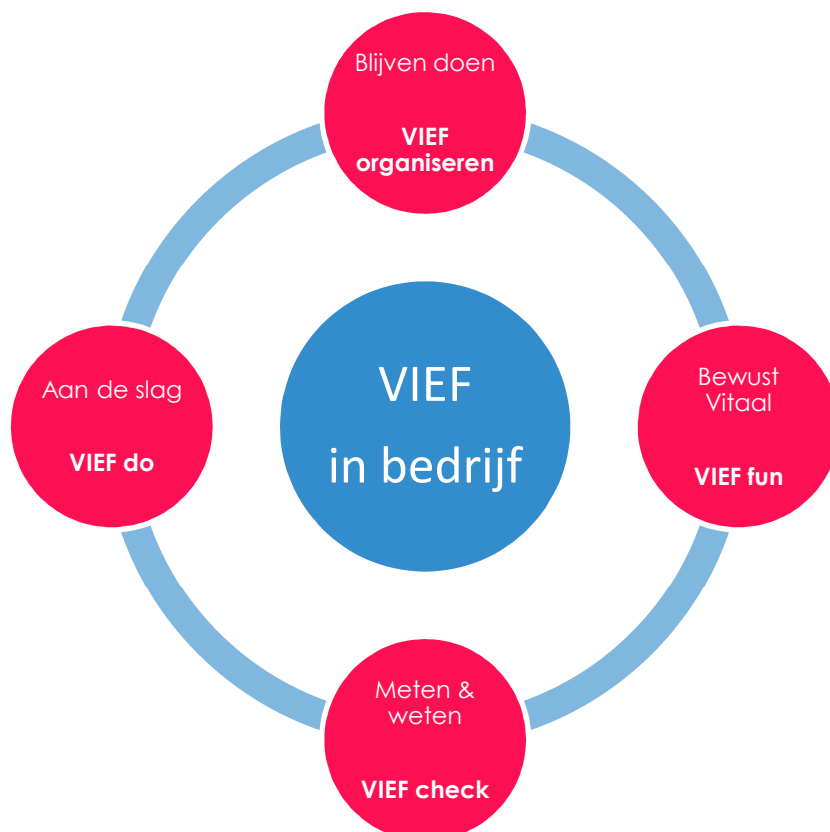
“ energieke en  
vitale mensen  
maken verschil. ”

### Aan de slag met vitaliteit

VIEF is er van overtuigd dat energieke en gezonde medewerkers, die plezier hebben in hun werk, beter inzetbaar zijn. Zij leveren een positieve bijdrage aan het succes en de toekomstambitie van een organisatie. VIEF ondersteunt organisaties bij het vitaliseren van medewerkers en bij het stapsgewijs integreren van vitaliteit in de bedrijfsvoering.

VIEF werkt op een inspirerende wijze samen aan het duurzaam verbeteren van vitaliteit en veerkracht van medewerkers, teams en organisaties. Daarvoor kiest VIEF voor een programma aanpak gericht op energie (vitaliteit & gezondheid) en succes (inzetbaarheid en resultaat). Gericht op de toekomst, stimuleren van eigenaarschap en verbinding zijn kernelementen uit de VIEF aanpak.

Het 'VIEF in bedrijf programma' bestaat uit 4 stappen: VIEF organiseren, VIEF fun, VIEF check en VIEF do.



# VIEF in bedrijf

VIEF in bedrijf richt zich op toekomst: de ambitie van de organisatie en van de medewerker. Vitaliteit, energie en veerkracht zijn nodig om ambities en dromen waar te maken.



## VIEF organiseren

### VIEF organiseren

#### Vitale koers

Door middel van de 'VIEF in bedrijf scan' brengen we de huidige situatie en ambities in kaart. In een werkconferentie met sleutelfiguren van uw organisatie worden de resultaten vertaald in een 'vitale koers'.

#### Vitaal leidinggeven

De leidinggevende heeft een centrale rol bij het integreren van vitaliteit in de organisatie. Met de training "de Vitaliteitsdialoog" ondersteunen we leidinggevendenden bij de wijze waarop zij vitaliteit bespreekbaar kunnen maken en de wijze waarop zij kunnen sturen op vitaliteit, inzetbaarheid en mentale veerkracht. Wij gaan hierbij uit van de principes van 'veeleisend helpen' (maximaal ondersteunen als de medewerker in beweging komt).



## VIEF fun

### VIEF fun

Uw medewerkers inspireren en motiveren voor een gezonde & vitale leefstijl? Met een VIEFENT worden medewerkers geënthousiasmeerd om zelf in actie te komen.

VIEF biedt verschillende vormen van VIEFENTS aan. Zoals bijvoorbeeld een vitaliteitsparade, een gezondheidsdag of losse workshops. Energie, stimuleren en verbinding staan centraal binnen de VIEFENTS.



## VIEF check

### VIEF check

Met een vitaliteitscheck krijgen uw medewerkers inzicht in hun persoonlijke gezondheid & vitaliteit. De checks zijn een goed vertrekpunt voor het verbeteren van de duurzame inzetbaarheid van mensen. De vitaliteitscheck bestaat in de basis uit een digitale vragenlijst en een persoonlijk adviesgesprek met een vitaliteitcoach, gericht op het stimuleren van vitaliteit. De check kan worden aangevuld met een health check. U ontvangt een anonieme groepsrapportage met een vitaliteit- en veranderprofiel.



## VIEF do

### VIEF do

#### Team

Teamprestaties verbeteren? Met de training 'Mentale veerkracht' en het digitale instrument 'Goed Bezig' ondersteunen we teams om vanuit te werken en te leven met passie door mentale veerkracht en verbinding teamresultaten te realiseren.

#### Individuele medewerker

VIEF biedt diverse interventies voor medewerkers om aan de slag te gaan met hun vitaliteit. Bijvoorbeeld: vitaliteitscoaching, energiek eten en bewegen, werk-privé balans, mindfulness, lol in je werk.

Meer informatie?

Neem contact op met VIEF via [info@vief.nl](mailto:info@vief.nl) of bekijk ook eens [www.VIEF.nl](http://www.VIEF.nl).

© 2014