

Gezonde voeding heeft een enorme impact op de energie, concentratie, productiviteit en moraal van de werknemers. Werknemers die hier aandacht aan besteden, presteren beter en zijn minder snel en korter ziek.

Uit onderzoek blijft dat gezonde werknemers 10 tot 30% productiever zijn. Het absentieïsme door ziekte kan bovendien 25-50% dalen als werknemers gezond eten en leven. Daarnaast hebben geëngageerde bedrijven die bereid zijn om te investeren in gezond eten op het werk zowel intern als extern een duurzamer imago.

Een greep uit het aanbod:

- Keynote rond alle mogelijke valkuilen waarom het zo moeilijk is om een gezonde leefstijl of gewicht op lange termijn vol te houden of te behouden. Alle mogelijke valkuilen worden vanuit een jarenlange praktijkervaring aangekaart met telkens gerichte oplossingen. Door middel van een praktisch stappenplan worden alle barrières besproken. Inzichten verwerven is cruciaal, net als concreet tot actie overgaan.
- Personeel-gerichte workshops & lezingen rond 'Gezonde voeding versus tijdsdruk', 'Hoe kan ik gezond en lekker eten combineren met een druk gezins- en werkleven?', 'Hoe stel ik op een haalbare manier een gezonde lunchbox samen?', 'Wat zijn gezonde tussendoortjes?' – Wat is realistisch & haalbaar? Hoe hou je alles ook vol?
- Analyse van de bedrijfskeuken & catering. Een implementatieplan wordt opgesteld met alle sterktes, verbeterpunten en suggesties. Wat is financieel gezien ook realistisch?
- Consulting op maat, net als persoonlijk advies.

