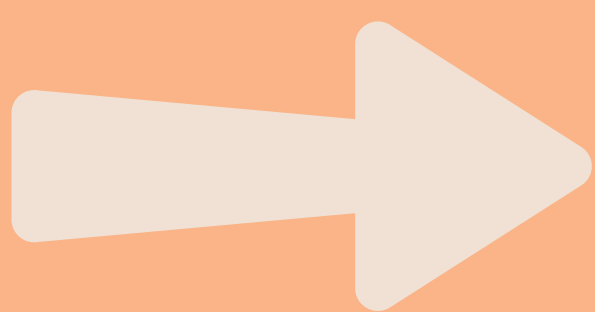


Ticket naar Vitaliteit

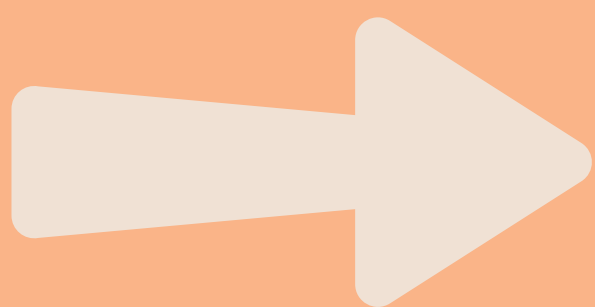
Dé boost voor uw medewerkers op het gebied van leefstijl, mindset en slaap.



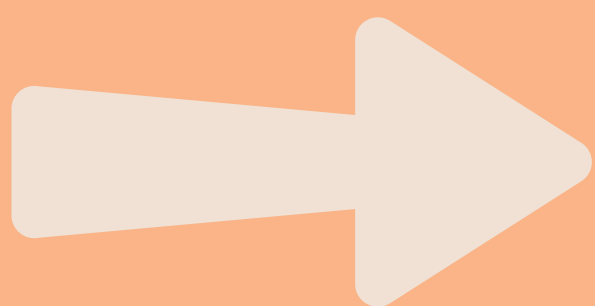
Loopt u ook tegen deze uitdaging aan?



U wilt wel een vitaliteitsweek organiseren maar het ontbreekt u aan de tijd om het te organiseren



Waar haalt u goede ervaren sprekers vandaan?



Hoe zorgt u ervoor dat het betaalbaar blijft?

The background of the image shows a modern office environment. On the left, a large window provides a view of a city skyline with several high-rise buildings. In the foreground, a person is blurred, suggesting movement or a fast-paced work environment. The office furniture includes a white desk with a row of grey binders on top. The overall color palette is warm, with beige and light brown tones.

TICKET NAAR
VITALITEIT

ONTZORGT EN
ONDERSTEUNT U
MET EEN STERK EN
COMPLEET AANBOD

Medewerkers die goed in hun vel zitten

Zijn productiever

Zijn gelukkiger in hun werk

Blijven langer bij uw organisatie werken

Vallen minder snel uit

Zijn duurzamer inzetbaar

Behalen betere resultaten

1,6 miljoen
Nederlanders
hebben burn-out
klachten



Aanbod: Drie inspiratieworkshops in één pakket

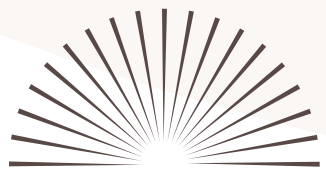
Bruisen van energie

Word meester over je gedachten

Slapen voor succes



Onze sprekers



De sprekers van het ticket naar vitaliteit zijn: Ilse Jaspers, Tamara Willemse en Carinha Uytterhoeven.

Deze drie dames zijn expert op hun vakgebied en geoefende sprekers.

Moeiteloos en enthousiast verzorgen ze een inspirerende workshop die aansluit bij uw organisatie en uw medewerkers.

Ticket naar vitaliteit



"Energieke medewerkers zijn goud waard"

ILSE - STAPSGEWIJZER





Aangenaam Ik ben Ilse

Bedrijven en organisaties die bewust investeren in de vitaliteit en gezondheid van hun medewerkers zijn bij mij aan het goede adres.

Het leven is niet maakbaar maar zeker wel stuurbaar. Dus neem het stuur in eigen handen voor een fitter, blijer en gezonder leven.

OVER ILSE

Eigenaar van Stapsgewijzer

Spreker

Leefstijl trainer

Oersterk leefstijlcoach en
slaapcoach

Leefstijlspreekuur



stapsgewijzer

Inspiratieworkshop

Bruisen van energie

In deze workshop krijg je uitleg over hoe je met simpele leefstijl aanpassingen je energie op een natuurlijk wijze stimuleert.

Je krijgt praktische (leefstijl) tips en enkele oefeningen.



"Je kunt de wind
niet veranderen,
wel de stand van
je zeilen"

TAMARA - MEESTERLIJK CONTACT





Aangenaam Ik ben Tamara

Als je getraind bent in denken in termen als 'wat als, stel nu dat en ja, maar', dan is het lastig om te zien hoe je dat patroon kunt doorbreken. In mijn rol als coach, trainer, en adviseur laat ik zien wat wél werkt.

Mijn missie als mindsetexpert is om deze specialistisch opgeleide professionals meer energie en werkplezier te laten ervaren.

OVER TAMARA

Eigenaar en oprichter
coach- en adviespraktijk
Meesterlijk Contact

Mindset expert

Coach

Trainer

Adviseur

Auteur

Spreker



Inspiratieworkshop

Word meester over je gedachten

Pieker jij je soms ook suf?
En word je daar zelf moe van?
Word meester over je gedachten
en ervaar hoe je met plezier, meer energie
en een positieve mindset
je werk uit kunt voeren.



"51% van werkend
Nederland staat
's ochtends
vermoeid op"

CARINHA - SLAPENVOORJOU





Aangenaam Ik ben Carinha

Als slaapexpert deel ik graag mijn kennis over de ongekende kracht van slaap. Zo wordt het voor iedereen mogelijk om elke dag vol energie op te staan én het maximale uit het leven te halen.

Mijn missie is om heel Nederland uitgerust en energiek te laten ontwaken.

OVER CARINHA

Oprichter slaapcoachpraktijk
SLAPEN VOOR JOU

Slaapexpert

Adviseur bij bedrijven

Samenwerkingen met (ARBO-)
artsen

Spreker



slapen
voor jou

Inspiratieworkshop

Slapen voor succes

In deze workshop maak je kennis met de verborgen kracht van slaap.

Je krijgt concrete adviezen waarmee je direct zelf aan de slag kunt om de kwaliteit van jouw slaap te verbeteren zodat jij met meer energie en helderheid wakker wordt.





GEINTERESSEERD?

BOEK DAN NU UW
TICKET NAAR
VITALITEIT

Neem voor meer informatie contact op



Carinha Uytterhoeven
info@slapenvoorjou.nl
06-51386644