



Aanbod Visiom voor werkgevers

Visiom is een bureau van leefstijlcoaches, die minimaal op hbo-niveau zijn opgeleid, verstand hebben van hun vak en zich oprecht betrokken voelen bij de doelen van hun klanten. De organisatie heeft een ruime ervaring met dienstverlening aan werkgevers en werkt door heel Nederland.

Inspireren/informereren medewerkers	Groepsgrootte	
Leefstijlcheck of (positive) healthcheck	Minimaal 10	Op maat samen te stellen
Workshop van 1,5 uur met concreet thema. Bijvoorbeeld: <ul style="list-style-type: none"> ○ Check-up: hoe sta jij ervoor met bewegen & je conditie? ○ Geen tijd en toch gezond eten ○ Slim eten tijdens late diensten en nachtdiensten ○ Echt ontspannen in pauzes en vrije tijd ○ Uit je hoofd komen ○ Een goede nachtrust voorbereiden ○ Fit door de overgang ○ Ontspannen zonder een sigaret nodig te hebben ○ Je stressniveau herkennen en het direct verlagen Themagebieden: <ul style="list-style-type: none"> ● Voeding, bewegen, slaap of ontspannen ● Afvallen & op gewicht blijven ● Fit & energiek zijn ● Meer rust ervaren in de drukte ● Ongezonde gewoontes overwinnen 	8-50	€ 400,- tot 16 personen voor elke persoon meer € 10,-
Abonnement contentpack: elke maand nieuwe informatie over een leefstijlthema naar keuze, vrij te gebruiken binnen de organisatie.	nvt	€ 130 per maand (organisaties met meer dan 250 medewerkers) of € 65 per maand (MKB) o.b.v. jaarabonnement
Aanwezigheid leefstijlcoach, b.v. 1 dagdeel per maand, beschikbaar voor alle vragen en advies over gezondheid en leefstijl	1	€ 300,- per dagdeel van 3,5 uur
Theatercollege vitaliteit, keuzes maken en/of brein&contact door Meijke van Herwijnen en muzikanten	80 of meer	Richtprijs € 1.950,- excl. theaterlocatie
Trainen en coachen medewerkers		
Traject van 3 workshops en 3 individuele coachingsgesprekken van 30 minuten, thema op het gebied van work-life skills in overleg	15-30	€ 240,- per medewerker (minimaal 15 personen in rekening gebracht per traject)
Coaching work-life skills (o.b.v. vitaliteitsvraag/doel medewerker)	1	€ 320,- per 3 maanden (gebaseerd op 4 gesprekken van 45 min.)

Leefstijltraining over een van deze thema's: <ul style="list-style-type: none"> • Afvallen & op gewicht blijven • Fit & energiek zijn • Meer rust ervaren in de drukte Ongezonde gewoontes overwinnen	6-12	€ 600,- per dagdeel van 3,5 uur (vaak omvat een training drie dagdelen)
Online coaching: 13 weken online opdrachten & 1 uur persoonlijke online begeleiding van leefstijlcoach Thema's: <ul style="list-style-type: none"> • Afvallen & op gewicht blijven • Fit & energiek zijn • Meer rust ervaren in de drukte Ongezonde gewoontes overwinnen	1	€ 119,- per traject
Los adviesgesprek 45 minuten	1	€ 95,- voor 45 minuten
Executive training en coaching		
Training 'Samen focussen op leefstijl' voor leidinggevenden (2 dagdelen training + 2 individuele gesprekken over leefstijl i.v.m. voorbeeldfunctie)	4-12	Eerste 4 deelnemers € 470,- p.p., daarna € 370,- p.p.
Adviesgesprek leidinggevende m.b.t. vitaliteitsvraagstukken in het team	1	€ 120,- per uur
Executive coaching (full-service)	1	€ 790,- per executive per maand

Tarieven zijn exclusief BTW en accommodatie/faciliteiten. In de meeste gevallen worden geen of zeer beperkte reiskosten in rekening gebracht. Grotere groepen en opdrachten: tarieven in overleg.

Contactpersoon voor werkgevers: Meijke van Herwijnen, tel. 06-51745600, meijke@visiom.nl
www.visiom.nl