

VIJF NIEUWE MANIEREN OM UW MEDEWERKERS TE INTERESSEREN VOOR EEN GEZONDE LEEFSTIJL

Alles gaat sneller. En hoe prikkelst u nog uw medewerkers? Is er een manier hoe u uw medewerkers gezond en gemotiveerd houdt? Belangrijk, want gezondere en blijere medewerkers presteren beter en zijn minder vaak ziek. Daarom hebben we vijf nieuwe manieren ontwikkeld om uw medewerkers te interesseren voor een gezonde leefstijl. Van een Virtual Reality ervaring tot het testen van je smaakpapillen in een Blue Zone en een fortune cookie loterij. Zo maakt u uw medewerkers spelenderwijs nóg bewuster van een gezonde leefstijl.

Naast de 3 blue zone-evenementen bieden we u ook de mogelijkheid gebruik te maken van onze koffiebar of een massagestoel. Om uw medewerkers even dat momentje van welverdiende rust te gunnen.



Een **Blue Zone** is een gebied waar mensen langer, gelukkiger en gezonder leven. Met onze **VR-experience** kunnen uw medewerkers zich even in een Blue Zone wanen. En als je raadt in welke zone je je bevindt, maak je kans op één van de twee **Wii Fit Plus** pakketten of één van de drie **workshops** (Energy Lifestyle, Eten is gedrag of Timemanagement en Work-life balance)*.

Kosten per dag (8 uur, 2 VR-brillen, max. 160 personen): **€ 800,-**

Kosten per dagdeel (4 uur, 2 VR-brillen, max. 80 personen): **€ 500,-**

Hoe **smaakt** een Blue Zone eigenlijk? Met deze hippe smoothiebar vestigt u nog meer aandacht op gezonder leven. En als je raadt **welke vruchten** er in de smoothie zitten, maak je kans op één van de twee **Wii Fit Plus** pakketten of één van de drie **workshops** (Energy Lifestyle, Eten is gedrag of Timemanagement en Work-life balance)*.

Kosten per dagdeel (4 uur, 100 smoothies): **€ 850,-**

DE SMAAK VAN BLUE ZONES





Een pot met **fortune cookies** op de afdeling. Dat heeft toch meteen de aandacht van uw medewerkers? In de cookies vind je een pakkende spreuk voor bewuster en gezonder leven én een lotnummer. Zo maak je kans op één van de 200 **Ikigai boeken** van Hector Garcia of één van de vijf workshops Find your purpose*. En het is altijd prijs. Want iedereen krijgt van UMC het unieke digitale boekje Vind je Ikigai in 10 dagen.

Kosten per 4x 50 stuks: € 100,-.

Een barista met mobiele koffiebar op kantoor betekent dat u uw medewerkers aangenaam verrast. De ruimte die dit verrijdbare koffiemeubel inneemt, is bovendien beperkt: 0,70 x 1,80 meter. Hij past door elke gewone deur. De barista met mobiele koffiebar is daarom overal meer dan welkom!

Kosten voor 2 uur (125 kopjes koffie per uur):
€ 450,50

KOFFIE BAR



Massage kan ook zonder masseur. Want een massagestoel kan een massage geven, die een ervaring geeft die veel lijkt op de massage van een menselijke masseur. Een voordeel van een speciale massagestoel is natuurlijk ook, dat deze op elk gewenst moment gebruikt kan worden.

Kosten voor één dag (met mogelijkheid tot verlengen): **€ 75,-, € 40** vaste kosten en **€ 225** transportkosten.

*Op deze winactie zijn de actievoorwaarden van toepassing.