



# VITALITEIT 'THUIS EN OP HET WERK'

## ONLINE INTERACTIEVE VIDEO LEARNING

Ongeveer 15% van de medewerkers is bewust met gezond leven en werken bezig. Zij schrijven zich in voor fitheidprogramma's en staan vooraan bij events over vitaliteit en gezondheid. Voor hen bestaat deze video uit open deuren. Niks nieuws aan de horizon. Een andere 15% is 'unaware' en is ook niet in beweging te krijgen. Zal de video ook niet gaan bekijken.

De meerderheid daartussen is interessant. Zij bepalen de productiviteit van de organisatie, en met het doorlopen van de video worden ze gedwongen na te denken over hun eigen gewoontepatroon en gezondheidskeuzes.

Organisaties zetten deze Video Learning in om hun vitaliteitsbeleid op de agenda te zetten. Voor laagdrempelige bewustwording én als aanjager voor reeds ingekochte interventieprogramma's.

**Onderwerpen  
variërend van eet- en  
slaapgewoontes,  
beweging, energiek  
je dag beginnen,  
stress en  
ontspanning tot  
koffie, water en  
'gezonde'  
tussendoortjes.**

**Gemiddelde kijktijd:  
20 minuten**

**Makkelijk te  
implementeren**

**Werkt op elk  
gewenst device**

**STUDIO INTERACTIVE**

info@studio-i.nl

www.studio-i.nl