

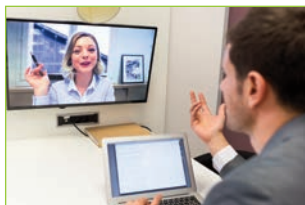


## Afvallen via het werk



'Afvallen via het werk' is een voordelige en efficiënte manier om werknemers te ondersteunen bij duurzaam gewichtsverlies. In dit 12-weken durende programma begeleidt de Enerjoy diëtist groepen van maximaal 12 werknemers naar het ontwikkelen van een gezondere leefstijl én het verliezen van enkele kilo's gewicht.

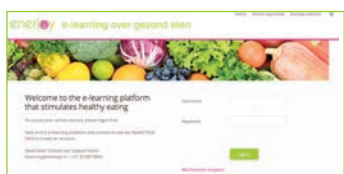
De kracht van 'afvallen via het werk' zit in de intensieve begeleiding. Er is regelmatig persoonlijk contact, op uw bedrijfslocatie of via video chat. Hierbij wordt dieper ingegaan op gedragsverandering en persoonlijke motivatie.



Het programma begint en eindigt met plenaire groepsessies. Zo krijgen collega's de kans om verhalen te delen en elkaar als 'buddy' te ondersteunen. Deze unieke combinatie verhoogt de motivatie en daarmee de slagingskans.



Voor een duurzaam effect is kennis over gezond eetgedrag noodzakelijk. Hiervoor zet Enerjoy haar leerzame en interactieve e-learning over gezond eten in. Dit kan de deelnemer via computer, smartphone of tablet volgen, waar en wanneer hij/zij wil. Lees meer over Enerjoy e-learning op de betreffende productbrochure, of registreer meteen voor de gratis demo via [elearning.ener-joy.nl](http://elearning.ener-joy.nl)



Onderwerpen die in de Enerjoy e-learning behandeld worden zijn o.a.:

- Doelen stellen.
- Gezond eten & drinken.
- Optimaal energieniveau.
- Etiketten lezen.
- Sport & afvallen.
- Slim boodschappen.

### Wat levert het op?

U ondersteunt werknemers op weg naar een gezond eetpatroon en lichaamsgewicht, waardoor ze met meer energie hun dagelijkse werkzaamheden kunnen verrichten. Dit verkleint bovendien de kans op ziekteverzuim.



Vanaf € 272,- per medewerker!



Vraag nu onze uitgebreide informatiebrochure aan!

Stadsring 157a  
3817 BA Amersfoort

info@ener-joy.nl  
www.ener-joy.nl

t: +31(0)33-887 88 40  
Volg ons op social media:

