

Organisaties groeien wanneer de mensen erin groeien

Company Vitality helpt organisaties gezondheid structureel onderdeel te maken van hoe mensen werken en groeien. Van losse initiatieven naar een doorlopende aanpak die medewerkers in beweging brengt en doorwerkt op jullie bedrijfsresultaten.



Het programma voor bedrijven

In deze guide lees je hoe het Company Growth Program is opgebouwd, waarom we voor deze aanpak kiezen en hoe we de ontwikkeling binnen jullie organisatie meetbaar maken.

The Company Growth Program

Geen organisatie begint op hetzelfde punt, waarom zou een programma dat wel doen?

Daarom begint het Company Growth Program met een flexibele instroom. We kijken naar wat er al gebeurt, hoe gezondheid binnen de organisatie leeft en hoe groot de bereidheid is om mee te doen met georganiseerde initiatieven. Vanuit daar bepalen we de route naar een jaarlijks terugkerende Growth Cycle.



1. Jullie startpunt

Flexibel en afhankelijk van de huidige situatie

2. The Growth Cycle

Jaarlijks terugkerende structuur

GEZONDE MEDEWERKERS. VITALE TEAMS. STERKE ORGANISATIES.

Dit zijn de principes waardoor losse gezondheidsinterventies samen een beweging worden.

①

Lage drempels

We maken iedere stap toegankelijk, zodat steeds meer mensen bereid zijn mee te doen.

②

Herhaling

We laten belangrijke thema's op verschillende momenten en manieren terugkomen.

③

Persoonlijke relevantie

We bepalen persoonlijke focuspunten, zodat informatie relevanter wordt en sneller tot actie leidt.

④

Meetbaar

We meten niet alleen gezondheid, maar ook wat er binnen de organisatie in beweging komt.

⑤

Exponentiële groei

Hoe meer mensen deelnemen, hoe makkelijker de beweging zich verder verspreidt.

⑥

5 People Principle

Mensen beïnvloeden hun omgeving en nemen zo anderen mee in de beweging.

The Growth Cycle

Company Vitality werkt met een jaarlijks terugkerend programma dat bij bedrijven door heel Nederland de basis legt voor gezonde mensen, duurzame teams en groeiende organisaties.

The Growth Cycle kent twee instapniveaus, aangevuld met modules voor fysiek belastend werk en grotere kantoororganisaties, waar we starten bij directie en management.

Fase 1. Meten & Activeren

Lage drempels, meetbare start en persoonlijke vervolgstappen.

Fase 2. De basis

Herhaling en verdieping op basis van persoonlijke relevantie.

Fase 3. Groei

Gericht verder bouwen op jullie mensen en organisatie.

TWEE INSTAPNIVEAUS →

The Growth Cycle

Het instapniveau sluit aan op de beweging die binnen jullie organisatie al bestaat.



CORE

Voor organisaties waar de verschillen in interesse, gezondheid en bereidheid om deel te nemen groter zijn. De focus ligt op het verbreden van de beweging en het meenemen van steeds meer medewerkers.

PRO

Voor organisaties waar gezondheid al meer leeft en medewerkers actiever bereid zijn om mee te doen. De bestaande beweging maakt het mogelijk om sneller richting verdieping en groei te gaan.

CORE INSTAP →

CORE INSTAP

De Core-instap is gericht op het opbouwen van voldoende bereik, bereidheid en persoonlijke relevantie om een brede beweging te creëren. Gedurende ongeveer vijf maanden verlagen we stap voor stap de drempel naar deelname en maken we iedere volgende stap relevanter en toegankelijker.

Fase 1. Meten & Activeren

*Workshop Gezond Oud Worden → APK /
Health Check*

Fase 2. De basis

*Workshop Focus & Energie → Workshop
Werkdruk & Herstel → BioCheck Meting.*

We zetten verschillende gezondheidsthema's en communicatievormen in om gedurende het programma verschillende groepen medewerkers te bereiken. Iedere activiteit bouwt voort op de vorige en geeft medewerkers een gerichte volgende stap, bijvoorbeeld een meting, workshop of persoonlijke doorverwijzing. Zo vergroten we gedurende het programma niet alleen de deelname, maar krijgen we ook steeds beter inzicht in wat er binnen de organisatie speelt en waar behoefte aan is. Op basis daarvan vullen we fase 3 gericht in. Tijdens de Company Growth Plan-sessie bepalen we hoe jullie instroom naar het programma eruitziet.

PRO INSTAP →

PRO INSTAP

De Pro-instap doorloopt fase 1 en 2 in ongeveer vier maanden. We betrekken deelnemers vanaf de start actief bij hun eigen doelen, waardoor onderdelen kunnen worden gecombineerd en eerder ruimte ontstaat voor verdieping en groei.

Fase 1. Meten & Activeren

*Masterclass Doelen Stellen → Workshop
Gezondheid & Werkdruk →
Combinatiemeting APK & BioCheck*

Fase 2. De basis

Workshop Focus & Energie

We benutten de hogere bereidheid om deelnemers vanaf de start actief bij hun eigen gezondheid en doelen te betrekken. Door zelf doelen te stellen, ontstaat direct persoonlijke relevantie en kunnen de workshops en metingen die volgen gericht worden benut. De gecombineerde Health Check en BioCheck geeft vervolgens persoonlijk inzicht en concrete aandachtspunten voor verdere ontwikkeling. Hierdoor kunnen we fase 1 en 2 compacter doorlopen en meer tijd besteden aan verdieping. De resultaten, doelen en behoeften die gedurende het programma naar voren komen, gebruiken we om fase 3 gericht in te vullen en verder te bouwen op waar binnen de organisatie de meeste ontwikkelruimte ligt. Tijdens de Company Growth Plan-sessie bepalen we of de Pro-instap bij jullie organisatie past.

MODULE FYSIEK

Voor organisaties waarin fysiek belastend werk een groot onderdeel is van de dagelijkse praktijk. Binnen Module Fysiek passen we zowel de inhoud als de opbouw van de Growth Cycle aan op de werkvloer. We starten bij de fysieke belasting die medewerkers dagelijks ervaren en verbreden vanuit daar naar gezondheid, energie en herstel.

Combinatie fase 1 en 2.
Meten & Activeren in de basis

*Werkplek screening & Workshop
belastbaarheid → Fysio → Workshop
Gezond Oud Worden → APK / Health
Check → Workshop Energie & Herstel
→ BioCheck Meting.*

Bij fysiek belastend werk beginnen we bewust bij wat medewerkers iedere dag ervaren: de belasting van hun lichaam tijdens het werk. Dat maakt gezondheid direct herkenbaar en geeft ons een praktische ingang om ook medewerkers te bereiken die minder snel vanuit een algemeen gezondheidsthema deelnemen. Vanuit die fysieke ingang maken we de verbinding met factoren als kracht, gewicht, energie, slaap en herstel. Zo kijken we niet alleen naar de belasting vanuit het werk, maar ook naar wat medewerkers nodig hebben om daar fysiek goed mee om te kunnen gaan. De inzichten uit de werkvloer, fysio en persoonlijke metingen gebruiken we vervolgens om gerichte vervolgstappen te bepalen en fase 3 aan te laten sluiten op wat binnen deze organisatie en medewerkers daadwerkelijk nodig is. Interventies rondom fysiek belastend werk komen regelmatig in aanmerking voor subsidies.

MANAGEMENT MODULE →

MANAGEMENT MODULE

Juist bij grotere organisaties kan het goed werken om eerst klein te starten. Directie en management ervaren tijdens een pilotmaand een verkorte Growth Cycle. Zo bereiden we de bredere uitrol voor en helpt hun eigen ervaring bij de interne promotie.

Combinatie fase 1 en 2.
Versnelde basis en metingen

*Combinatiemeting APK / Health Check &
BioCheck → Persoonlijk Adviesgesprek
→ Interactieve Training*

We kiezen bewust voor een korte, intensieve versie van de Growth Cycle waarin persoonlijke relevantie centraal staat. Door te werken met eigen metingen, resultaten en aandachtspunten ervaren directie en management zelf wat de aanpak hen oplevert. De persoonlijke inzichten nemen we mee in een uitgebreide interactieve training. Hierin komen de belangrijkste thema's uit de eerste twee fases van het programma samen, staan we stil bij hun rol als voorbeeld binnen de organisatie en bespreken we hoe hun eigen ervaring kan worden ingezet voor de interne activatie. Ook mogelijk op aanvraag voor klein MKB.

Laten we eens vergelijken

TRADITIONEEL | COMPANY VITALITY

PMO

Gezondheidscheck
60-90 minuten met
medisch advies
en directe tips.

APK

Gezondheidscheck 30 minuten met waar nodig een medische doorverwijzing,
persoonlijk focuspunt en passende vervolgstap.

Meer informatie betekent niet automatisch meer verandering. Daarom houden we de Health Check bewust compact. Een persoonlijk gesprek van een half uur verlaagt de drempel om deel te nemen en geeft voldoende ruimte om te meten, relevante signalen te bespreken en een passende vervolgstap te bepalen. Op een volgend moment pakken we het focuspunt weer op en zetten we de volgende stap. Verandering vraagt om tijd en herhaling.

Workshop

Een workshop,
training of interventie
over een specifiek
onderwerp.

Growth Cycle

Workshop → Meting → Persoonlijke doorverwijzing → Training → Nieuwe activiteit.

Hoe iemand een workshop ingaat, bepaalt mede wat diegene eruit haalt. Daarom bepalen we tijdens de meting een persoonlijk focuspunt. Zo luisteren medewerkers bij een volgende workshop gericht naar wat voor hen relevant is. Andersom helpen groepsmomenten juist om de drempel naar een persoonlijke meting te verlagen. Medewerkers krijgen meer kennis, weten beter wat ze kunnen verwachten en melden zich daardoor makkelijker aan. Zo versterkt iedere stap de volgende en ontstaat echte groei.

Wat als we eens verder kijken

Als je wilt dat mensen beter functioneren op hun werk, kijk dan niet alleen naar hun werk.

Gezondheid

gezondere keuzes op werk, zorgen voor meer energie na werk.

Privé

wat leidt tot andere keuzes: koken, sporten, wandelen, iets sociaals.

Werk

dit heeft invloed op je energie en stemming in de ochtend, wat je mee neemt naar het werk.

Financieel

een hogere productiviteit en meer interactie op het werk zorgen voor betere resultaten en groei.

Wat als we eens verder kijken dan de werkvloer? Want werk staat niet los van de rest van je leven. Voor de meeste mensen is beter presteren op het werk niet de belangrijkste reden om aan hun gezondheid te werken; zich beter voelen in hun privéleven wel. En wat op het ene vlak verandert, beweegt door in het andere.

Wat kun je verwachten

The Company Growth Program

Programma

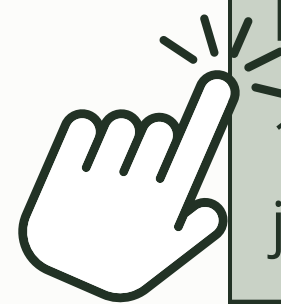
Van startpunt naar Growth Cycle: een jaarlijks terugkerende basis met ruimte voor verdere groei.

Meetbaar

We meten niet alleen gezondheid, maar ook wat er binnen de organisatie in beweging komt.

Startpunt

In een **Growth Plan-sessie** kijken we samen waar jullie nu staan: wat gebeurt er al, hoe leeft gezondheid binnen de organisatie en hoe groot is de bereidheid om mee te doen?



Plan een kennismaking

15 minuten om kennis te maken en jullie Growth Plan-sessie te plannen.