

Fit in je vel met de **VITALITEITSCHECK**

Doe mee! En begin **elke dag**
met **een volle batterij!**

In september gaan we binnen Huisman Transport starten met de vitaliteitscheck. Een mooie kans om te ontdekken hoe jij je (nog) vitaler kunt voelen!

In mei heb ik samen met acht ambassadeurs als voorproefje deelgenomen aan deze check. Een aantal van hen heeft de kans aangegrepen om vervolgens aan de slag gegaan met een persoonlijke coach, super! Je kunt ondersteuning krijgen op verschillende gebieden, zoals bewegen, voeding, slaap, omgaan met stress, mentale gezondheid en stoppen met roken.

Nieuwsgierig? Vraag gerust aan je ambassadeur collega's hoe zij de check ervaren hebben.

Harrie

Ambassadeurs

Ewald Buijs, Marco van Dinteren, Rob Hendriks, Mark van Kampen, Coen Mollenberg, Marc van Nistelrooij, Joop Roza, René van Verseveld, Harrie Huisman.



Reacties van onze ambassadeurs

HET INZICHT BIEDT
MOGELIJKHEDEN OM
MIJN LEEFSTIJL TE
OPTIMALISEREN.

IK WIL VITAAL EN FIT
DE TOEKOMST IN. IK
WEET NU WAARAAN IK
KAN WERKEN.

IK WEET NU WAAR IK
STA. IK WIL OOK OP
LATERE LEEFTIJD NOG
DOOR KUNNEN GAAN.

IK BESEF NU HOE IK
FYSIEK EN MENTRAAL
KAN VERBETEREN.

VOLGENS DE CHECK
BEN IK GOED
ONDERWEG QUA
LEEFSTIJL.