

Inspiratie naar een gezonde en actieve leefstijl

LifeStyle **Vitae**[®] Leefstijlclub

DE WERKPLEK gezond- en vitaal bedrijven

Activiteit

Werkplek en werkhouding

Routing

Actief werken

Doelstelling

Een gezonde werkhouding en een laag blessure risico.

Werknemers uitnodigen om de actieve interne route te kiezen.

De werkplek inrichten waardoor automatisch meer gestaan en gelopen wordt.

Uitvoering

Advies en afstelling van de werkplek, stoel, PC, zithouding.

De bekende voetstappen naar de trap en, waar mogelijk, een interne mini wandel route uitzetten.

Actieve werkplekken door middel van sta vergadertafels, sta werktafels, sta werkstoelen, zitballen, deskbikes.

