



GILL

Gezond in Lichaam en Leefstijl

Aan de slag met een **gezonde leefstijl!**



GILL, je digitale buddy

om cliënten te motiveren naar een gezonde leefstijl!

GILL, je E-buddy om jou te helpen je cliënt meer inzicht te geven in zijn/ haar lichamelijke conditie en stappen naar een gezondere leefstijl te zetten.

Om een digitale buddy succesvol te implementeren is het belangrijk dat er specifieke kennis is en dat het leuk en zinvol is om mee te werken.

Daarom hebben wij gave trainingen ontwikkeld. Van advies en implementatie vraagstukken tot mooie verdiepingstrainingen van motivatietechnieken en leefstijlonderwerpen voor cliënten en medewerkers!

Wat zou jullie helpen tot succes?

Onderdelen leefstijl training

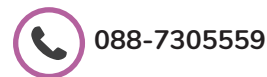
- **Leefstijl Kick-Off training**, 1 dagdeel. Blik op eigen vitaliteit, kennis vergroten en verbeterideeën bepalen voor succesvolle implementatie.
- **Samen focussen op leefstijl**, 3 dagdelen voor meer kennis en verdieping op leefstijlonderwerpen & motivatievaardigheden.
- **Diverse workshops**: Eet je Fit, beweeg je sterk, Fitted brein, slapen, mindfulness, energiemangement, yoga, FitStop, leefstijl-vitaliteitscoaching voor medewerkers.

Live of online.

Vanaf € 85,- per deelnemer bij min. 10 deelnemers

Excl. BTW

Maatwerk? Neem dan snel even contact op!



088-7305559



info@stichtinggill.nl

Waar helpt Stichting GILL je nog meer mee..



Draagvlak

Advisering & projectbegeleiding

Wij willen dat iets echt gaat werken! Wat je aandacht geeft groeit.

Hoe krijg je de volle aandacht voor somatiek en leefstijl? Hoe verbind je dit met beleid zoals Duurzame Inzetbaarheid, Rookvrije zorg, Positieve gezondheid. Wij adviseren en begeleiden daar graag bij. Neem contact op voor het bespreken van de mogelijkheden

Onze samenwerkingspartners:



minddistrict

iholland
hogeschool



Charly Green

www.stichtinggill.nl