

VITALITEITS-, BURN-OUT TRAJECT

Ondersteun de gezondheid van jouw medewerkers

INTRODUCTIE

Gezonde medewerkers zijn productiever, melden zich minder vaak ziek, en dragen bij aan een positieve werksfeer. Investeren in de gezondheid en het welzijn van medewerkers leidt tot lagere kosten, hogere efficiëntie en meer loyaliteit binnen het team. Dit vertaalt zich in betere klanttevredenheid, innovaties en uiteindelijk betere bedrijfsresultaten.

Bij Mira Mi Well-Being begrijpen we het belang van vitaliteit op de werkvloer en bieden we een uitgebreid vitaliteitstraject aan, speciaal ontworpen om de gezondheid van uw medewerkers te ondersteunen, zowel bij burn-out als ter preventie van.

WAAROM VITALITEIT BELANGRIJK IS

- 1,6 miljoen werknemers in Nederland hadden in 2022 burn-outklachten (Arboportaal).
- Kosten burn-out: Gemiddeld €60.000 - €80.000 per werknemer per jaar (NCPSB).
- Gezonde medewerkers zijn productiever, melden zich minder vaak ziek en dragen bij aan een positieve werksfeer.

VOORDELEN VAN VITALITEIT

- Minder ziekteverzuim
- Betere werksfeer en motivatie
- Hogere productiviteit
- Betere slaapkwaliteit
- Verbeterd algemeen welzijn
- Meer energie en vitaliteit

HET TRAJECT BESTAAT UIT:

verschillende onderdelen die elkaar versterken en een holistische aanpak bieden voor de gezondheid.

1. Bodydrainage: Verbeterde doorstroming van vloeistoffen in het lichaam voor verhoogd energieniveau en ontspanning.
2. T.E.D. Touch Techniek: Tension & Emotional Detox-massage voor diepe ontspanning en herstel van lichaam en geest.
3. Physioacoustic Sound Therapy: Geluidsgolven om stress te verminderen en slaapkwaliteit te verbeteren.
4. Aromatherapie: Essentiële oliën voor ontspanning en herstel.
5. Voedingssupplementen: Aanvulling om tekorten op te vullen, vooral bij burn-out



VRAAG VRIJBLIJVEND EEN OFFERTE AAN

3 MAANDEN TRAJECT

- Een goede start met intensieve ondersteuning

6 MAANDEN TRAJECT

- Duurzame verbeteringen en structurele ondersteuning

12 MAANDEN TRAJECT

- Langdurige begeleiding voor blijvende vitaliteit en welzijn



MIRIAM DUIJVESTIJN

Oprichter Mira Mi Beauty & Well-Being

E: info@miramibeauty.nl

T: 06-24316949

W: www.miramibeauty.nl

*"Gezonde medewerkers, gezonde onderneming:
Investeer in vitaliteit en pluk de vruchten van
succes."*