

Wie wordt de **fitste** werkgever van De Liemers?
beweeg mee voor het goede doel



Fitchallenge van 1 t/m 31 oktober

Wat gaan we doen?

Fietsen en wandelen, gezond en duurzaam! Mensen voelen zich gelukkiger en zijn productiever als ze zich vitaler voelen. Het stimuleren van (thuiswerkende) medewerkers om lekker te bewegen is actueler dan ooit.

Dit najaar organiseren wij met 'Liemers Vitaal' daarom een challenge waarmee jij als werkgever jouw medewerkers letterlijk in beweging kunt brengen.

We motiveren en stimuleren werknemers om meer te bewegen, hiervoor worden ze beloond. Daarnaast geven we uitleg over vitaliteit op het gebied van voeding, beweging, ontspanning en slapen.

Hoe mooi is het dat de deelnemers samen bewegen en dat ook nog eens doen voor een goed doel: "Hart voor Elkaar in De Liemers"!

Hoe ziet de challenge eruit?

- *De challenge begint op 1 oktober en duurt t/m 31 oktober.*
- *Vanaf 8 september kun je jouw bedrijf inschrijven. Je ontvangt dan een code waarmee jouw medewerkers kunnen inloggen.*
- *De medewerkers kunnen meedoen door de app Its My Life te downloaden en in te loggen met de bedrijfscode.*
- *Tijdens de challenge worden zij uitgedaagd zoveel mogelijk te fietsen, hard te lopen of te wandelen in het woon-werkverkeer, tijdens dienstreizen, maar zeker ook in hun vrije tijd.*
- *Hiermee verdienen ze 'fitcoins'; iedere 10 minuten fietsen of 1.000 stappen wandelen/hardlopen levert 1 'fitcoin' op.*

Wie tijdens de challenge het hoogste gemiddelde aantal 'fitcoins' per medewerker verzamelt, mag zich het fitste Liemerse bedrijf noemen.

Meer informatie over de challenge?

- Deze challenge wordt aangeboden en verzorgd door Liemers Vitaal en door regionale experts op het gebied van vitaliteit: [lees hier meer](#).
- Tijdens de challenge kunnen de deelnemers, op een zelf gekozen moment, leren over vitaliteit op het gebied van voeding, ontspanning, beweging en slapen. Zo stimuleren we ze bijvoorbeeld om minder te zitten op een dag en daarmee een gezondere levensstijl te ontwikkelen.
- Deze challenge maakt gebruik van de communicatiekanalen van jouw organisatie om medewerkers te werven
- De enige investering voor jou als Liemerse ondernemer betreft een geldelijke bijdrage aan ‘Hart voor Elkaar De Liemers’ én een bijdrage aan de organisatie en aan de prijs voor de winnende organisatie.*

*Met de opbrengsten van de deelnemers aan de challenge worden producten en diensten ingekocht bij Liemerse bedrijven. Deelnemers van ‘Liemers Vitaal’ met geldzorgen kunnen deze vervolgens verdienen door (meer) te gaan bewegen.

Aanmelden

Wil jij met jouw organisatie ook de uitdaging aangaan om het ‘fitste bedrijf uit de Liemers’ te worden? Je steunt zo direct het initiatief ‘Hart voor Elkaar De Liemers’ en geeft mensen met geldzorgen een steuntje in de rug (<https://www.liemersvitaal.nl/hart-voor-elkaar-de-liemers>).

De winnaar krijgt, naast eeuwige roem, een verrassende prijs die in het teken staat van fitheid en vitaliteit.

Meld je aan via “<https://www.liemersvitaal.nl/inschrijving-fitste-werkgever-van-de-liemers>”. Voorwaarde is dat je bedrijf gevestigd is in De Liemers en dat je bedrijf minimaal 15 medewerkers heeft*. Heb je zelf geen 15 medewerkers, dan kun je ook samen met een ander bedrijf meedoen.

Voor meer informatie of om je aan te melden kun contact opnemen met Gerjo Schepers van ‘Liemers Vitaal’: bel **06 – 28 56 22 70** of stuur een e-mail meedoen@liemersvitaal.nl.

*de app levert statistieken over het gemiddeld aantal stappen op het moment dat er minimaal 15 deelnemers zijn.