



## De sleutel tot werkgeluk en productiviteit

### Wat is vitaliteit precies?

Vitaliteit is een kracht die dieper gaat dan lichamelijke gezondheid. Het betreft ook mentale gezondheid, plezier in je werk en de energie om op je best te presteren. Een vitale medewerker is betrokken, productief en bestand tegen stress. Flowis helpt organisaties een werkomgeving te creëren waar medewerkers zich ondersteund en gewaardeerd voelen.

### Waarom zou je in vitaliteit investeren?

- 78% van het ziekteverzuim is niet werk gerelateerd: Veel medewerkers hebben te maken met uitdagingen zoals mantelzorg, het combineren van banen of sociale media druk. Daarom vraagt vitaliteit om een persoonlijke aanpak.
- Welzijn verhoogt loyaliteit en productiviteit: Medewerkers die zich goed voelen, presteren beter en blijven langer bij hun werkgever.
- Langetermijneffect: Vitaliteit draagt bij aan een cultuur van duurzame inzetbaarheid, lagere verzuimcijfers en sterkere teams.

### Vier Pijlers van Vitaliteit

- Gezondheid en verzuim: gericht op fysieke en mentale gezondheid om verzuim te verminderen.
- Werkklimaat en verloop: een gezonde werkcultuur bevordert loyaliteit en behoudt talent.
- Mentale veerkracht en persoonlijke ontwikkeling: ondersteuning bij persoonlijke groei en mentale weerbaarheid.
- Productiviteit en betrokkenheid: gelukkige, betrokken medewerkers leveren betere prestaties.

### Belangrijke groepen

- Vrouwen: Specifieke aandacht voor balans tussen werk en privé.
- 50+: Focus op duurzame inzetbaarheid en welzijn op latere leeftijd.
- Young Professionals: Mentale veerkracht en groeikansen.
- Leidinggevend: Vitaliteit als basis voor goed leiderschap.