

THEMAWEEK

NATIONALE Vitaliteits week

JUBILEUM
EDITIE

De Energie van Vitalogie

Het is feest! Van 23 t/m 29 september 2024 vindt de tiende editie plaats van de Nationale Vitaliteitsweek. Tijdens deze jubileumeditie staan we de hele week stil bij de hoofdthema's van vitaliteit. We besteden samen met de overheid, het bedrijfsleven en diverse maatschappelijke organisaties aandacht aan datgene wat ons het meest dierbaar is: vitaliteit.

Investeren in vitaliteit loont aan meerdere kanten. Deze week is een uitgelezen kans om dit met jouw organisatie op een energieke, impactvolle en laagdrempelige manier op de kaart te zetten. In samenwerking met **Vitalogisch** behandelen we elke werkdag een thema dat aansluit bij tien jaar **vitaliteit en energie** op de werkvloer.

Inclusief online Kick-off van Klaas Koster en Tijs Koedam voorafgaand aan de Nationale Vitaliteitsweek!

Inclusief kaartje voor het unieke live event van Vitalogisch op vrijdag 20 september.

Met sessies van **Olympische topsporters**



Maandag
Persoonlijk
Leiderschap Leefstijl



Dinsdag
De Kracht van
Ontspanning



Woensdag
Veerkracht



Donderdag
Psychologische
veiligheid



Vrijdag
De Kracht van
Betekenis



5 ACTUELE THEMA'S

5 ENERGYBOOSTERS

ACADEMY

KICK-OFF

30 LIVE MOMENTEN

Dagelijks interactieve live webinars
op de volgende tijdstippen: 09:00,
11:00, 13:00, 14:00, 16:00, 20:00.

Met 30 live
momenten kun je
altijd meedoen. Zo
volg je **thema's** die
bij jou aansluiten!



"Helder, bruikbaar en direct toepasbaar. Veel tools
ontvangen om te werken aan mezelf"



"Ik ben een stuk bewuster geworden over de balans
tussen werk, mijn omgeving en tijd voor mezelf"



THEMAWEEK



JUBILEUM
EDITIE



Online Kick-off
van Klaas Koster
en Tijs Koedam

5 actuele thema's
met live sessies
op elk moment

Live interactieve
webinars om deel
te nemen

Inclusief kaartje
voor het unieke
live event

Olympische
topsporters in het
programma

100% ontzorging
door ons Customer
Success team

Evaluatierapport
met data, inzicht
en advies

5 microlearning
EnergyBoosters
om te doen

"Vanaf het moment van eerste contact t/m het eind van het programma zijn wij ontzettend goed geholpen. We kregen een kleine to-do list waar we zelf mee aan de slag moesten maar het overgrote deel werd verzorgd en aangeleverd. De communicatie was goed en op een leuke manier gebracht. Uiteindelijk zijn wij zeer positief verrast door het deelnemersaantal en is het programma ontzettend enthousiast ontvangen en beoordeeld. Absoluut een aanrader."

Challenges, EnergyBoosters en de Academy

Door middel van EnergyBoosters, Challenges en de Academy kun je 24/7 aan de slag met de thema's van de **Nationale Vitaliteitsweek**. Daarnaast zijn verkorte webinars terug te kijken met hoofdpunten van de live sessies. Zo kunnen deelnemers altijd alle content raadplegen.

Customer Success Manager

De contactpersoon van je organisatie wordt gekoppeld aan één van onze Customer Success Managers. Dit is je **vaste aanspreekpunt** en begeleidt het gehele programma. Zo hebben we persoonlijk contact, functioneert het programma optimaal en verhogen we deelname.

Deelnemers van de **Nationale Vitaliteitsweek 2023** beoordeelden het programma met een **8,3**.

Webinars: **8,4** Inhoud: **8,3** Gebruik: **8,7**
EnergyBoosters **4,1/5** ★★★★★

Evaluatierapportage: na afloop van de Nationale Vitaliteitsweek ontvang je een evaluatierapport. Deze omvat geanonimiseerde deelnamecijfers en beoordelingen van verschillende programma-onderdelen, inclusief inzichten in populaire tijdstippen en citaten van deelnemers. Op basis van deze data brengen we advies uit over een vervolg van het programma.



Activatie & Communicatie

Ons aanbod om impact te vergroten

We bieden standaard een groot aantal activatie- en communicatiemiddelen aan om impact van de programma's te vergroten. Met meetbare resultaten weten we na afloop van het programma precies waarom en waarmee medewerkers zich hebben aangemeld voor het vitaliteitsprogramma.

Berichten vanuit leidinggevenden

We zien grote impact op **betrokkenheid en deelname van medewerkers** als leidinggevenden vanaf het begin worden meegenomen in het vitaliteitsprogramma. Met reeds door ons opgestelde berichten kunnen managers, leidinggevenden en teamleiders informatie over het programma direct verspreiden onder de medewerkers. Uiteraard doen wij desgewenst aanpassingen en denken we mee over de meest bij de organisatie passende toon in de berichten.



Intranet communicatie

Elke organisatie heeft een specifieke manier om te **communiceren met medewerkers**. Onze verschillende vormen van intranet communicatie is meteen te implementeren en te delen. Uiteraard kijken we hierbij naar de omgeving van de organisatie en passen we hier de communicatie op aan.



Narrowcasting communicatie

Veel organisaties maken gebruik van narrowcasting op locatie. De door ons aangeleverde **narrowcasting communicatie** kun je direct gebruiken en zorgen voor meer zichtbaarheid van de programma's op locatie. Denk bij de mogelijkheden aan het gebruik maken van QR-codes om aan te melden, video's, afbeeldingen en dergelijken.



Interactief drukwerk

Met verschillende vormen van (interactief) drukwerk kunnen wij ook fysiek indruk maken op locatie. Wij leveren digitale bestanden aan voor **inspirerende posters** waarmee medewerkers met een QR-code direct kunnen aanmelden voor het programma, maar er zijn meer opties. Denk hierbij aan StoryCards (interactieve flyers) en een gepersonaliseerd en interactief vitaliteits-magazine voor jouw organisatie..



Video van ambassadeur

Onze programma's worden ontwikkeld in samenwerking met **artsen, specialisten, topsporters en wetenschappers**. Hierdoor hebben wij de mogelijkheid om deze specialisten in te zetten als ambassadeur van jullie vitaliteitsprogramma. Met een persoonlijke video van jullie ambassadeur maken we veel impact.

Inspirerende mailstromen

Voorafgaand en tijdens de programma's maken we gebruik van **inspirerende, motiverende en interessante mailstromen** om deelnemers betrokken te houden. Denk hierbij bijvoorbeeld aan herinneringen voor deelname aan webinars en inhoudelijke en verdiepende berichten. We testen continu de impact van deze mails en passen aan waar nodig.

EnergyPlatform

Het kloppend hart van onze vitaliteitsprogramma's



In ons gebruiksvriendelijke EnergyPlatform komen alle onderdelen van onze vitaliteitsprogramma's samen. Je volgt er interactieve live webinars, maakt uitdagende EnergyBoosters en vindt verdieping in de content van de Academy.

Live Learning

Tijdens onze live sessies met onze experts word je op een interactieve manier meegenomen in het thema. Tijdens de programma's kun je de sessies op **verschillende tijdstippen** volgen zodat er altijd een moment is waarop je kunt. Onze interactieve live webinars werden gemiddeld beoordeeld met een 8.3 in 2023.

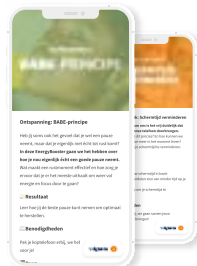


Mini Webinars

Mis je een interactief live moment, dan is er altijd de mogelijkheid om het Mini Webinar van het thema terug te kijken. In maximaal 20 minuten krijg je zo alle **hoogtepunten van het webinar** toch mee.

EnergyBoosters

Deze **unieke microlearnings** zijn ontwikkeld om in maximaal 10 minuten tijd zo veel mogelijk impact te maken. Met video, audio, quizzen en zelfs augmented reality maken wij van deze korte leerlijnen een interactieve maar vooral ook leuke manier van het opnemen van informatie.



Academy

De Academy is gevuld met honderden artikelen, video's, interviews, TED Talks, podcasts, boekentips en columns. **Makkelijk te sorteren op het thema naar keuze**, kun je voor extra verdieping altijd terecht bij deze ijzersterke kennisbank.

Gebruiksvriendelijkheid

EnergyPlatform is gemakkelijk bereikbaar op **zowel desktop als mobiele telefoon**. Met twee drukken op de knop zit je op het platform, dat ook in te stellen is als webapp op het startscherm van je telefoon. Zo is vitaliteit altijd dichtbij.



Coach

De thema's die we in onze programma's behandelen, kunnen ervoor zorgen dat je erachter komt dat je misschien wat extra hulp nodig hebt. Via de **Coach-knop** op het platform kom je gemakkelijk in contact met een medewerker die je helpt met het bewandelen van de juiste weg richting hulp. Dit kan via de vertrouwenspersoon van de organisatie zijn, via de HR-afdeling of via EnergyPlatform zelf. De afspraken over deze **signaleringsfunctie** maken we voorafgaand aan het programma.

Statistieken

We meten tijdens het programma onder andere deelname-percentages, tijd die besteed is op het platform, welke onderwerpen het meest populair waren en via welke route deelnemers zijn aangemeld voor het programma. Ook recensies en ervaringen met de verschillende onderdelen van het programma worden meegenomen in de uiteindelijke **evaluatie** die je ontvangt na elk programma.



Schaalbaarheid

Voor 5 of voor 5.000 medewerkers, de ervaring is hetzelfde. Ons platform is schaalbaar, waardoor we **veel mensen in de organisatie tegelijkertijd** kunnen bereiken.

Veiligheid

Bij ons maak je geen profiel aan. Je logt in met het e-mailadres van je werk en kunt meteen aan de slag. Je hebt de keuze of je **anoniem** meedoet aan de interactieve webinars en kunt je gebruikersnaam altijd aanpassen.

Eigen activiteiten

Er is de mogelijkheid om ook je **eigen activiteiten** op het gebied van vitaliteit op te nemen in EnergyPlatform. Hiermee creëer je meer bereik voor zowel de activiteiten vanuit de organisatie als voor het online gedeelte van het vitaliteitsprogramma.



Nationale Vitaliteitsweek 2023 Resultaten

8,1

Cijfer gehele programma

Deelnemers aan jullie **Nationale Vitaliteitsweek** beoordeelden het volledige programma.

“Fantastisch. Goed georganiseerd. Ben er trots op dat mijn werkgever dit op de agenda zet en ook uitvoert.”
– deelnemer Nationale Vitaliteitsweek 2023

233

Actieve deelnemers tijdens het programma. Hiervan zijn **41% High Performers**: deelnemers die bijvoorbeeld minimaal 2 webinars en 2 EnergyBoosters voltooiden.

8,4

Gemiddelde beoordeling van de **interactieve webinars** door alle deelnemers van de Nationale Vitaliteitsweek.

420

Deelnames aan live webinars

1,8

Aantal webinars per deelnemer

31%

Deelname-percentage

92%

Wil vaker zo'n programma volgen

18MIN

Per sessie op EnergyPlatform

EnergyBoosters

Beoordeeld met **4,5 sterren** ★★★★★

De **EnergyBoosters** in EnergyPlatform zijn in totaal **396x** gemaakt. Dit betekent dat elke deelnemer aan het programma gemiddeld **1,7** van deze *microlearnings* heeft gemaakt. Dit is jullie top 5:

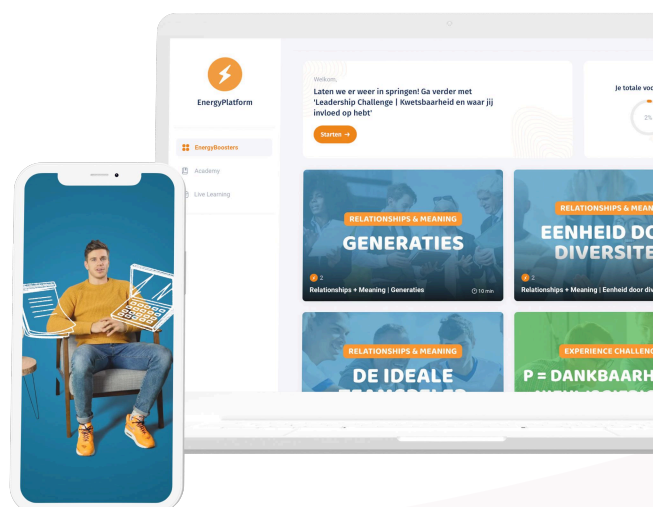
1. GEDRAGSVERANDERING

2. WERKGELUK

3. VEERKRACHT

4. WERK-PRIVÉ BALANS

5. VOEDING



“Afwisselend, leerzame tips en veel **inspiratie**. De webinar tool was goed!”

“De verschillende webinars waren erg **interessant en interactief**.”

“Fijn, dat je alles op **verschillende tijden** kon volgen.”

“Leuk om deze week mee te maken en mee te mogen doen. **Uit elk webinar ga ik wel iets doen.**”

Nationale Vitaliteitsweek 2023

Resultaten

Meest bekeken webinars

Werkgeluk
Maandag 11:00

Voeding & Beweging
Dinsdag 09:00

Veerkracht
Woensdag 09:00

Werk-privé Balans
Donderdag 11:00

**Gedrags-
verandering**
Vrijdag 11:00

MEEST POPULAIRE WEBINAR

Werk-privé Balans

De webinars van thema Werk-Privé Balans waren het meest populair. Hoogste deelname was donderdag om 11:00u.

Vergeleken met

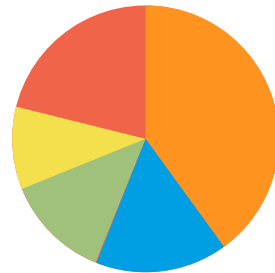
We hebben jullie vergeleken met alle organisaties die mee hebben gedaan met de Nationale Vitaliteitsweek!

EVALUATIE	Organisatie	NVW
Cijfer gehele programma	8,1	8,3
Deelnamepercentage	31%	33%
Aantal webinars per deelnemer	1,8	1,6
High Performers	41%	30%
Wil vaker zo'n programma	92%	84%
Aantal minuten per sessie	18min	15min
Beoordeling EnergyBoosters	4,5	4,2
EnergyBoosters per deelnemer	1,7x	1,8x

Het meest populaire webinar was **Voeding & Beweging**, het meest populaire tijdstip om te volgen was **09:00**. De meest gemaakte EnergyBooster was **Werkgeluk**.

Naar platform via

Deelnemers aan het programma wisten het platform te vinden via de volgende kanalen:



Mail vanuit directie 40%

Intranetbericht 16%

Posters 13%

Video ambassadeur 10%

Overig 21%

Overig 21%

Tijdens het programma 10%
Na het programma 7%
Narrowcasting 4%



Aanmeldingen per thema

Aantal aanmeldingen dagelijks per dag/thema van de **Nationale Vitaliteitsweek**.

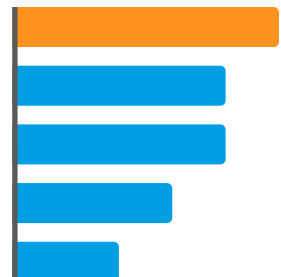
Werk-Privé Balans 68%

Werkgeluk 64%

Veerkracht 64%

Voeding & Beweging 60%

Gedragsverandering 56%



Meer Cijfers

Deelnemers geven aan dat ze naar aanleiding van het programma aan de slag gaan met de balans van **werk-privé** en **voeding** en **bewegen**. Ze gaan meer **taken afmaken** en meer **letten op afleiding**.

Dit valt verder nog op:

- 100% vindt het **belangrijk dat zijn werkgever investeert** in vitaliteit en wellbeing
- Deelnemers zijn geïnteresseerd in verdieping van onderwerpen **gedragsverandering, werk-privé balans, voeding** en **ontspanning**

*“Héél **leerzaam**, dit programma kwam voor mij echt op het goede moment.”*

*“De goede webinars zijn **prikkelend** en geven ruimte voor eigen **reflectie/plan**”*

*“Goed voor het vestigen van mijn **aandacht** op werkgeluk en vitaliteit.”*

*“**Allround programma** met een sterke brug om het in de praktijk te brengen.”*