

Corona zorglijn

Onze leefstijlcoaches geven momenteel aan honderden medewerkers van diverse organisaties advies. In deze onzekere tijden blijken werknemers dit enorm te waarderen! Een telefonisch consult duurt ongeveer een half uur.



Hoe gebruik je deze periode om een goede weerstand te houden, om aan jouw gezondheid te blijven werken?

Hoe werk je efficiënt thuis en hoe combineer je jouw werkzaamheden met bijvoorbeeld kinderen?

Is jouw (thuis)werkplek gezond?

Het telefonisch consult heeft accent op gezonde voeding, beweging, ontspanning en een goede nachtrust.