



## De vitaliteitscoach

*Omdat plezier in je werk heel wat waard is!*

Stel, je hebt een leidinggevende waarmee je niet zo goed door één deur kan, of er zijn spanningen op de werkvoer. Misschien ben je minder fit de laatste tijd of zit je gewoon niet zo lekker in je vel. Genoeg redenen te bedenken waarom jij soms met tegenzin naar je werk gaat. In dat geval is onze vitaliteitscoach dé persoon die je verder kan helpen!

Met een vitaliteitscoach los je allerlei soorten werkgerelateerde problemen in *no time* op. Dat is belangrijk want het gaat om je baan, je inkomen, je toekomst en je welzijn. Daar kun je niet zuinig genoeg op zijn! Bovendien ben je heus niet de enige. Problemen op het werk zijn aan de orde van de dag, maar je moet er wel iets aan doen. Laat het niet sluimeren, maar maak het bespreekbaar.

### De vitaliteitscoach: voorkomen is beter dan genezen

Een vitaliteitscoach die jou inspireert en waar je enthousiast van wordt. Die jou helpt om je levensstijl een gezonde boost te geven en samen met jou een koers bepaalt voor de toekomst. Met wie je zaken bespreekt die nog niet zo lekker lopen in je leven. Zaken die jou op een later moment in je baan (áls je hier niets aan doet) behoorlijk kunnen opbreken, met alle gevolgen van dien. Voor je het weet, ga je met een rotgevoel naar je werk waardoor verzuim op de loer ligt en later wellicht een burn-out. Dat wil je het liefst voorkomen toch? Pak je problemen daarom aan als ze nog klein zijn!

### De vitaliteitscoach: daar kun je op vertrouwen

De vitaliteitscoach van Nieuwe Sporen is een ervaren coach die als geen ander weet waar je in je werk allemaal tegenaan kunt lopen. Luisteren kan hij als de beste. Hij draagt oplossingen aan en helpt jou om die stapsgewijs uit te voeren. De gesprekken die jullie hebben, zijn absoluut vertrouwelijk. We bekijken samen wat jouw behoeften zijn, welke hulp je nodig hebt en welke stappen je zelf kunt nemen. Plezier in je werk, is heel wat waard!

*"Motivate the mind & the body will follow"*

## Nieuwe Sporen

Nieuwe Sporen is een re-integratiebureau waar preventie hoog in het vaandel staat. We helpen mensen bij het vinden van nieuwe balans tussen werk en levensfase. Elke medewerker is van waarde en voor elke organisatie is het van groot belang dat medewerkers na een werkdag weer voldaan naar huis gaan. Daar vaart iedereen bij! Meer informatie over ons kun je vinden op onze website [www.nieuwesporen.nl](http://www.nieuwesporen.nl).

## Informatie en aanmelden

De gesprekken met de vitaliteitscoach vinden plaats op een locatie naar wens. Voor meer informatie of voor het maken van een afspraak kun je contact opnemen per e-mail: [office@nieuwesporen.nl](mailto:office@nieuwesporen.nl) of telefoon: 024 - 360 70 34.

### Nieuwe Sporen

Sint Annastraat 50  
6524 GE Nijmegen  
[www.nieuwesporen.nl](http://www.nieuwesporen.nl)  
[office@nieuwesporen.nl](mailto:office@nieuwesporen.nl)

▪ Nijmegen ▪ Arnhem ▪ Ede ▪ Den Bosch ▪ Eindhoven ▪ Venlo ▪ Rotterdam ▪ Den Haag

