

## **NIEUWSBRIEF**

Zwanenburg, 7 april 2016

### **SAB wordt vitaalste cateraar**

Goede en gezonde voeding aanbieden in bedrijfsrestaurants en in de horeca is vanzelfsprekend voor SAB Catering. Maar we doen er nog een schepje bovenop: samen met BeweegProfs zetten wij ons in de vitaalste cateraar van Nederland te worden.

BeweegProfs, een initiatief van Tijs Koedam en Frans van Leeuwen, wil bedrijven vitaler maken. Hun team leert mensen bewust om te gaan met hun gezondheid. Kennis over een gezonde leefstijl, gezond eten, meer bewegen, mentale balans vinden, niet roken: het zijn allemaal manieren om vitaal te blijven. En dat loont voor werkgevers én voor werknemers.

#### **Vier bouwstenen**

Het unieke vitaliteitsprogramma van SAB en BeweegProfs gaat binnenkort van start bij een grote opdrachtgever in Den Haag. Het bestaat uit vier bouwstenen: Voeding, Ervaar, Beweeg, Balans. De eerste bouwsteen spreekt voor zich, die draait om gezond eten. Bij de bouwsteen *Ervaar* is het 'fun-element' de basis. Dat doen we in het restaurant door bijvoorbeeld een leefstijldiëtist in te zetten, je 'echte' leeftijd te laten meten of je vochtbalans. *Beweeg* gaat over sportieve activiteiten en het letterlijk in beweging laten komen van medewerkers en de organisatie. *Balans gaat* over het evenwicht tussen actie en ontspanning binnen de werk- en thuissituatie.



#### **Fun-factor**

Het vitaliteitsprogramma vraagt niet om topprestaties, maar juist om activiteiten die voor iedereen haalbaar zijn, vertelt Frans van Leeuwen. "Mensen moeten het vooral leuk vinden mee te doen: de fun-factor. We gebruiken moderne coaching-methoden, zoals Whatsapp en een digitaal EnergyPlatform om iedereen te stimuleren mee te doen. Om bijvoorbeeld de trap nemen in plaats van de lift, tussen de middag een lunchwandeling te maken of om een workshop mindfulness te volgen. Op die manier spaar je punten waarmee je een extra workshop volgt of advies krijgt van een personal trainer of diëtist."

#### **Samenwerking met HR**

Bianca Wester, manager commerciële zaken van SAB, onderstreept het belang van deze unieke samenwerking met BeweegProfs. "Voor HR-afdelingen is het een uitdaging om werknemers vitaal te houden. Zo'n integraal vitaliteitsprogramma helpt daar enorm bij. En voor de jonge talenten is zo'n programma een mooi extraatje in het pakket secundaire arbeidsvoorwaarden."

### Ook SAB doet mee

Overigens gaan ook alle 700 medewerkers van SAB meedoen aan het programma. Frans van Leeuwen: “Het programma verbindt, bijvoorbeeld door groepsdoelen te stellen: samen meer dan een bepaald aantal stappen zetten en daarmee een goed doel steunen bijvoorbeeld. Samen afvallen of de ander steunen bij het stoppen met roken. Zo worden we met elkaar steeds gezonder.”

**SAB Catering**  
DE VITAALSTE   
.....  
CATERAAR VAN NL!

---

Meer informatie SAB Catering: [www.sabcatering.nl](http://www.sabcatering.nl)