

# EAT | Boostez votre équipe avec des aliments sains et réconfortants

## First



Brochures  
Package d'affiches  
numériques  
Affiches

## formule de familiarisation

### Brochures:

- « Conseils pour manger sainement tout au long de la journée »
- « Cholesterol »

### Package d'affiches numériques : « Eau »

### Affiches:

- « Plus de légumes dans votre assiette ! »
- « Ne sautez aucun repas »
- « Mes en-cas préférés »
- « Mangez sainement ! »
- « Buvez 1,5 litre d'eau par jour »

*La formule de familiarisation est une formule gratuite\* que vous pouvez demander via [le formulaire en ligne](#).*

*\* Un prix avantageux est proposé à partir de 10 exemplaires.*

# EAT | Boostez votre équipe avec des aliments sains et réconfortants

Start2



Conférence inspirante  
Ateliers

## formule de base

Conférence donnée par un (ex-)athlète de haut niveau

Ateliers :

- « Une alimentation saine au travail »
- « Mon cerveau mange : alimentation et psychologie »
- « Powerfood »
- « Principes de base pour une journée de travail énergique »
- « Cuisiner sainement »

En concertation avec votre expert Fit4Work, choisissez un ou plusieurs ateliers parmi notre offre. Via [le formulaire de demande en ligne](#), vous pouvez obtenir de plus amples informations à ce sujet ainsi que sur les modalités d'invitation d'un conférencier.

# EAT | Boostez votre équipe avec des aliments sains et réconfortants

4all



Accompagnement sur  
mesure pour votre  
organisation

## accompagnement sur mesure pour votre organisation

Un trajet d'accompagnement Fit4Work adapté à votre organisation, comprenant :

- un **Company Fit Profile** : le profil de santé de votre organisation, présenté dans un rapport pratique
- un **Employee Fit Survey** : un questionnaire individuel en ligne
- **Fitcoins**
- **des défis**
- un **contrôle de politique Stress & Vitality, etc.**

En concertation avec votre expert Fit4Work, nous élaborons un trajet d'accompagnement Fit4Work. Vous pouvez demander de plus amples informations [via notre formulaire de demande en ligne.](#)

# EAT | Boostez votre équipe avec des aliments sains et réconfortants

## One2one



Accompagnement  
individuel

## accompagnement individuel

Un trajet d'accompagnement Fit4Work individuel adapté à votre organisation, comprenant un coaching individuel, des mesures de la condition physique, des e-learning, des conseils sur la résilience, etc.

En concertation avec votre expert Fit4Work, nous élaborons un trajet d'accompagnement Fit4Work individuel. Vous pouvez demander de plus amples informations [via notre formulaire de demande en ligne.](#)