

REB⁰⁰OST

YOUR FIRST AFTER-LOCKDOWN EVENT

GRACIAS.



“ Never let
a good crisis
go to waste ”

- Winston Churchill -

BALANS PRIVÉ
MENTALE LAST
LANG ALLEEN ZIJN
WEINIG SOCIAAL CONTACT



PROFESSIONEEL
NAKENDE ONTSLAGEN
WIJZIGINGEN IN BELEID
IS ONS BEDRIJF NOG GEZOND?



Staan de neuzen nog wel in dezelfde richting nu we stilletjes aan terug van start kunnen gaan en terug naar de toekomst kunnen kijken? Staan onze medewerkers achter onze misschien wel vernieuwde koers of achter onze vernieuwde doelstellingen?

Teamgevoel, positieve energie, zekerheid en (mentale) gezondheid zijn belangrijker dan ooit op dit moment!



ORGANISEER DAAROM

REBOOST
YOUR FIRST AFTER-LOCKDOWN EVENT

De 5 elementen voor een broodnodige REBOOST!





Mentale boost

EEN NOODZAAK NA DE LANGE LOCKDOWN

Kies de mentale boost die uw medewerkers nodig hebben

VEERKRACHT VAN MEDEWERKERS VERSTERKEN

PAUL VAN DEN BOSCH | TOPSPORT COACH VAN O.A. SVEN NYS EN LOTTO SOUDAL

Paul behaalde met zijn atleten Europese- en Wereldtitels in verschillende sportdisciplines. In zijn boeken inspireert hij telkens opnieuw wat het bedrijfsleven kan leren van een sportcoach. Tijdens zijn authentieke speeches gaat Paul in op de noodzakelijke skills om veerkracht in medewerkers en teams te versterken. Verwacht van Paul concrete handvatten om als mens en als organisatie meteen sterker aan de slag te gaan!





Mentale boost

EEN NOODZAAK NA DE LANGE LOCKDOWN

DE KRACHT VAN EEN TEAM

SVEN NYS | EX-TOPSPORTER & TEAMLEIDER BIJ TELENET BALOISE LIONS

Gewezen topsporter Sven Nys en huidig teamleider bij Telenet Baloise Lions kent als geen ander de betekenis van teamwork. Het sterkste team is niet dat team dat enkel successen boekt, maar wél die groep die na enkele tegenslagen samen terug omhoog klimt en zo nóg hogere toppen bereikt! Tegenslagen die als groep verwerkt kunnen worden, brengen je op hoogtes waar je anders nooit geraakt zou zijn. Sport biedt hier een mooi voorbeeld voor de bedrijfswereld: een team samen doen werken om vooruit te geraken werkt overal hetzelfde! Sven deelt zijn ervaringen en geeft je concrete tips om als groep sterker te worden.



HERPROGRAMMAEREN | OP NAAR VERSIE 2.0 VAN JEZELF

ELKE GERAERTS | CEO BETTER MINDS AT WORK & DOCTOR IN PSYCHOLOGIE

Deze bijzondere tijd eist dat we onszelf heruitvinden. “Never waste a good crisis” en daarom gaan we aan de slag om een modus te vinden om wendbaar mee te surfen op de golven van verandering. Immers, mensen die zichzelf goed kunnen herprogrammeren naargelang veranderende omstandigheden zijn flexibeler, omarmen een uitdaging, ervaren meer zelfvertrouwen en minder stress dan diegene die moeite hebben om hun veilige cocon te verlaten. Tijdens deze 45 minuten daagt Elke jou uit je comfortzone en creëert ze een nieuwe en (nog) betere versie van jezelf.



NOG MEER KEUZE: SHUT YOUR EYES TO ENERGISE | EEN NIEUWE VORM VAN LEIDING GEVEN | STRESS VERSLAAN





Let's move

BEWEEG NAAR EEN GEZONDE LEVENSTIJL

30 minuten per dag bewegen zorgt voor een gezondere, actievere en fittere levensstijl. Het belang daarvan is in de huidige crisis nog maar is bewezen, dus laat ons hier vandaag nog mee starten! Een korte sessie waarbij ontspannend bewegen centraal staat.

Bovendien kan deze dag het startpunt zijn van een volledig corporate wellbeing traject om een geïntegreerd en duurzaam gezondheidsbeleid uit te bouwen in uw bedrijf.

Dit traject wordt ondersteund door unieke online en offline activiteiten, interactieve workshops, inspirerende keynotes en gevarieerde sport events. **Alles kan... als het maar beweegt en gezond is!**



ENKELE IDEETJES:

AEROBICS met een Energy Lab coach

OUTDOOR YOGA SESSION met Evy Gruyaert

CORPORATE HEPTATHLON

BOOTCAMP met Aagje Vanwalleghem

ZUMBA SESSION met een Energy Lab coach

MOUNTAINBIKETOCHT met Sven Nys en Thibau Nys

HEALTH-SCAN : Ken het gezondheidsprofiel van jouw medewerkers. Laat je medewerkers testen en begeleiden door onze coaches en ontvang waardevolle inzichten over het gezondheidsprofiel van jouw medewerkers. Want fit maakt fun (en productief).





Action plan

ZET DE NEUZEN IN DEZELFDE RICHTING

Deze REBOOST zorgt er ook voor dat u uw medewerkers opnieuw mee kan nemen in uw verhaal. Er is de mogelijkheid om een eventueel nieuw actieplan uit de doeken te doen of een gewijzigde situatie beter te kaderen.

De invulling is voor u maar kan in overleg met Better Minds at Work. Wij zorgen voor een mooi kader met de nodige technische en logistieke voorzieningen.



Team moment

Elkaar op een andere manier leren kennen staat centraal bij het Team moment. Het is belangrijk om dingen te doen die niet-werk gerelateerd zijn, om zo de medewerkers in een ongedwongen sfeer met elkaar te doen samenwerken. Er zijn verschillende mogelijkheden en ook hier kan zéker op maat gewerkt worden.



AVONTUURLIJK:
Homo Universalis



CREATIEF:
Think Art



SPORTIEF:
Bossaball of
beachvolley workshop



ÉÉN MET DE NATUUR:
Houten lepel snijden
en decoreren



CULINAIR:
Healthy pizza workshop
met Evi Van Acker







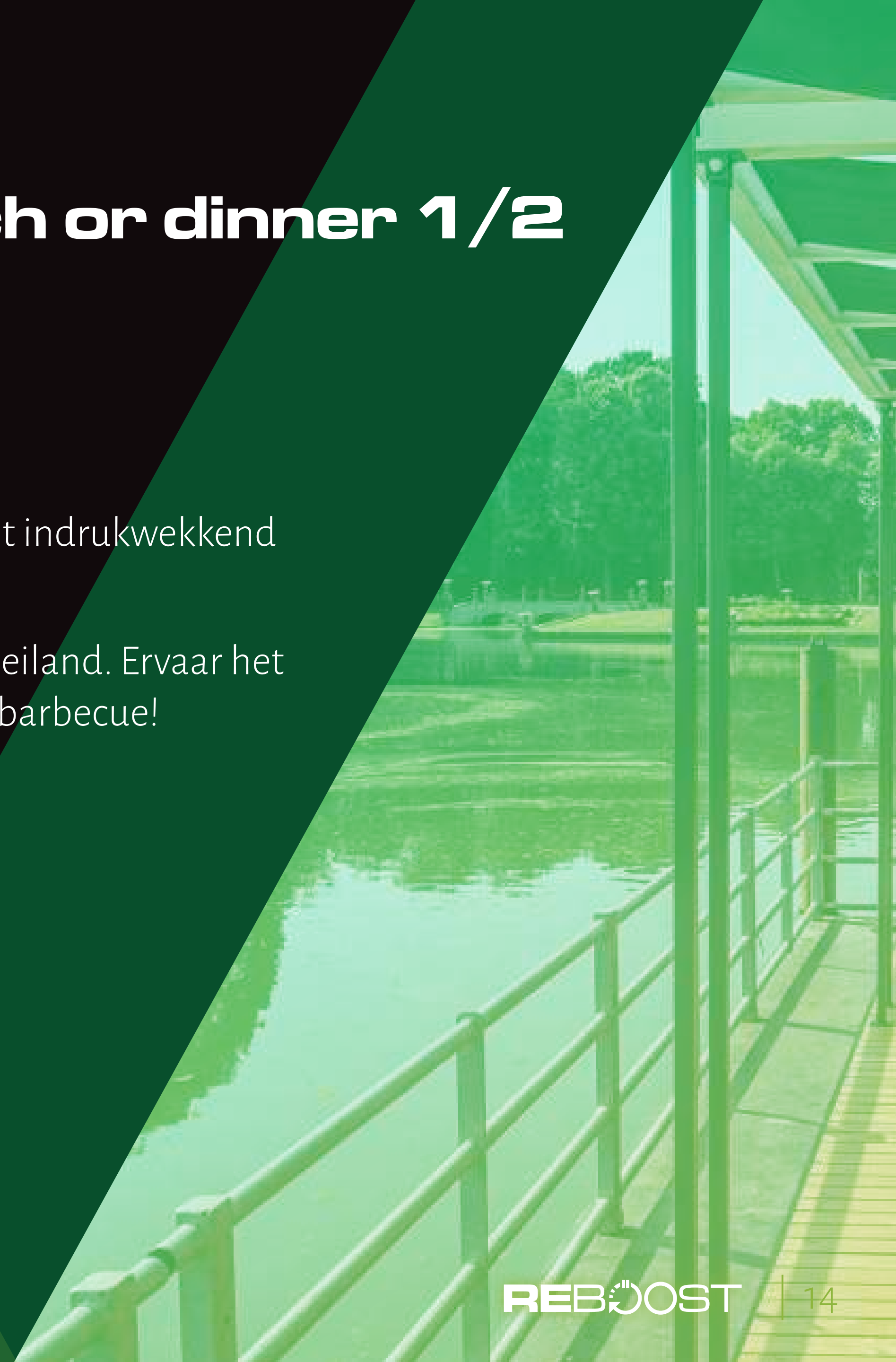
Fun & healthy lunch or dinner 1/2

GEZOND LEVEN IS GEEN DIEET

Afhankelijk van de gekozen locatie zijn er verschillende opties:

De loopbrug van het drijvend restaurant sluit perfect aan op het historisch kader van dit indrukwekkend domein waar we al de hele dag vertoeven.

Stap aan boord en dompel uzelf onder in de bijzondere sfeer van dit paradijselijk mini-eiland. Ervaar het landschap in zijn meest pure vorm en geniet van een heerlijke, maar gezonde lunch of barbecue!





Fun & healthy lunch or dinner 2/2

GEZOND LEVEN IS GEEN DIEET



Tijdens deze lunch trekken we de kaart van gezonde en lekkere voeding!

Voormalig top-zeilster Evi Van Acker boeit iedereen tijdens een korte live-sessie waarbij ze enkele tips meegeeft om door kleine aanpassingen veel gezondere eetgewoonten aan te nemen.

Hoe kunnen we beter de dag afsluiten dan met een lekkere, maar gezonde lunch of BBQ waar uw werknemers nog even samen kunnen napraten en iedereen een REBOOST heeft gekregen om er samen met u terug in te vliegen.



Inspirerende outdoorlocaties

Deze ideale locaties bieden ons de mogelijkheid om in een rustig kader uw medewerkers samen te brengen en geeft ons voldoende plaats om alles te organiseren:

Kasteeldomein in Zottegem met Dinner on the Lake:

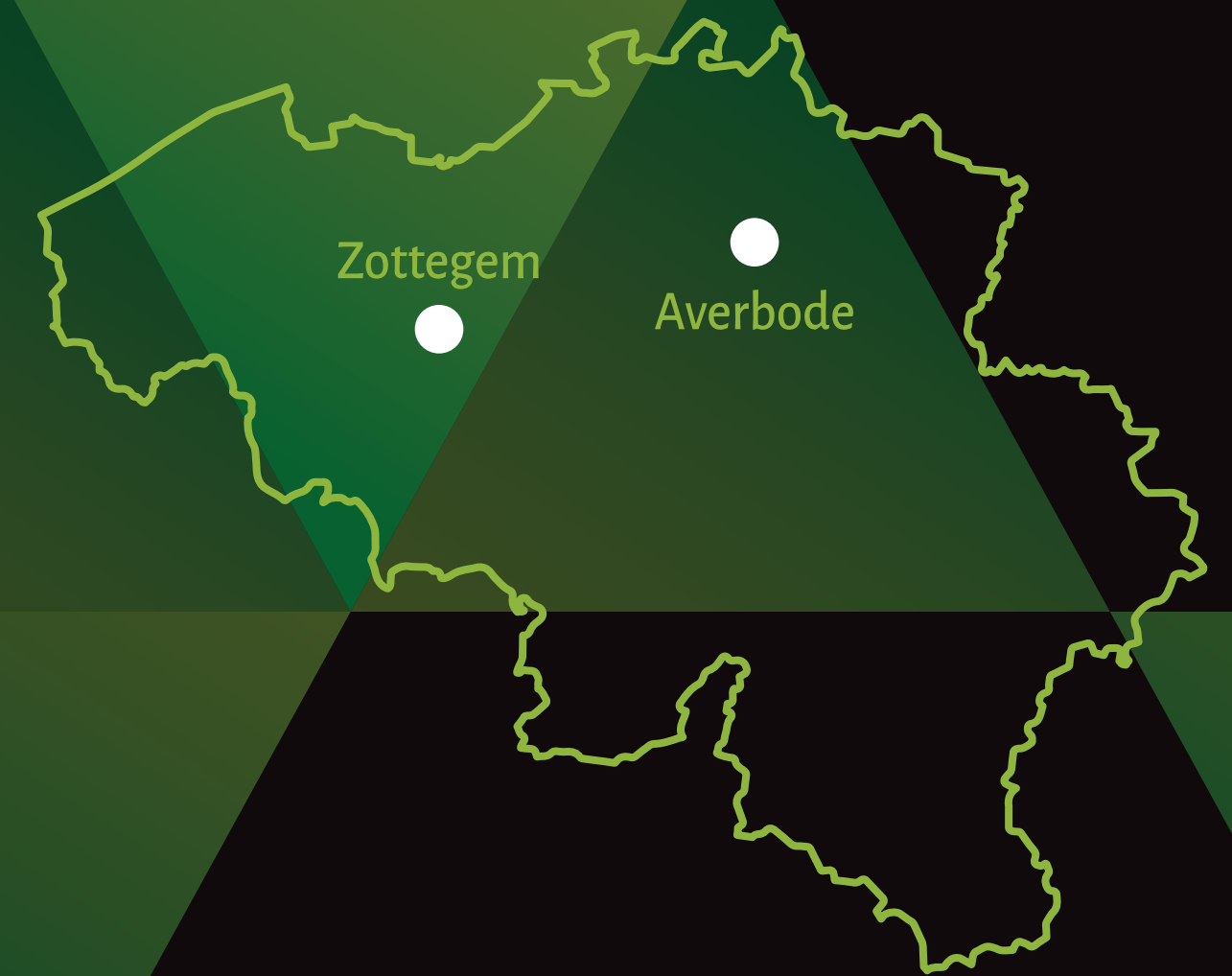
Het Kasteel van Leeuwerghem in Zottegem ontvangt vanaf 1 september ook Dinner on the Lake, zo combineren we een prachtig stukje groen met een uniek concept voor de lunch of het diner

Schitterend privédomein in Averbode:

Dit volledige geprivatiseerde stukje natuur vormt met zijn fantastische centrale vijver een prachtige decor voor uw outdoor REBOOST event

Een locatie naar keuze in de regio van uw voorkeur:

We stellen graag een toplocatie voor in de buurt van uw bedrijf.



Stel zelf uw programma samen

Leg zelf de puzzel zoals hij er voor u het best uitziet.

Samen zorgen we voor een fantastische REBOOST om uw medewerkers klaar te stomen voor de nieuwe uitdagingen waar uw bedrijf mee te maken heeft.



Mogelijke scenario's

HALVE DAG

09u00	Boosting welcome met Vitamine shot
09u30	Mentale Boost workshop by Better minds at work
10u15	Let's move OF Team moment
11u00	Inspireer en motiveer uw medewerkers met uw Action Plan
12u00	Healthy Lunch met Evi Van Acker
13u30	Einde
OF	
13u30	Boosting welcome met Vitamine shot
14u00	Inspireer en motiveer uw medewerkers met uw Action Plan
15u00	Mentale Boost workshop by Better minds at work
15u45	Let's move OF Team moment
16u30	Healthy BBQ met Evi Van Acker
18u00	Einde

VOLLEDIGE DAG

10u00	Boosting welcome met Vitamine shot
10u30	Mentale Boost workshop by Better minds at work
11u15	Let's move
12u00	Healthy Lunch met Evi Van Acker
13u00	Inspireer en motiveer uw medewerkers met uw Action Plan
14u00	Team moment
16u30	BBQ
18u00	Einde

Dat tikkeltje extra

LIVE ACHTERGRONDMUZIEK
TIJDENS HET DINER

NUTTIG OUTDOOR
GADGET GIFT

COMPANY BRANDED
SPORT OUTFIT

INSPIRERENDE VOORAFGAANDE
WEBINAR

AFSLUITEND KAMPVUUR

SMOOTHIE BAR



Budget

Het budget wordt bepaald door de gekozen onderdelen en volledig op maat gemaakt.

Een **half** dagprogramma
(zoals in het voorbeeld)
start vanaf €185,00*

Een **volledig** dagprogramma
(zoals in het voorbeeld)
start vanaf €340,00*

We maken met veel plezier een voorstel op maat
van uw budget en specifieke wensen.

* op basis van 30 personen

Jullie gezondheid en veiligheid is onze prioriteit

De afgelopen tijd zijn we met z'n allen nogmaals met de neus op de feiten gedrukt geweest. Onze gezondheid is het grootste goed dat we bezitten. Voortaan heeft éénieder de verantwoordelijkheid om niet alleen voor zichzelf maar ook voor het welzijn van zijn medemens in te staan. Een credo dat we graag ter harte nemen tijdens het **REBOOST** event en nauwgezet toepassen met **diverse veiligheidsmaatregelen**.

Met het **REBOOST** event kies je namelijk voor een beleving in de échte wereld!

Een omgeving waar jouw emoties en zintuigen kunnen proeven van culinaire prikkels, de interactie met onze inspirerende gastsprekers en de fysieke aanwezigheid van je collega's. Kortom, de functionaliteit van de digitale wereld maakt opnieuw plaats voor menselijk contact. **"Getting back together is the best cure"** om verbinding en menselijke warmte te creëren binnen je bedrijf. Een essentieel onderdeel om iedereen terug op het nieuwe spoor te krijgen richting de toekomst.

Jullie gezondheid en veiligheid is onze prioriteit

1.
SOCIAL
DISTANCE
FACILITEREN

2.
KOORTSSCANNING BIJ
AANKOMST

3.
TER BESCHIKKING
HOUDEN VAN
SNELTESTEN

4.
REGELMATIG
DESINFECTIE VAN
GEVOELIGE
ZONES

5.
INFOGRAPHICS
ON SITE MET
AANDACHTSPUNTEN

6.
TER BESCHIKKING
STELLEN VAN
MONDMASKERS

7.
TER BESCHIKKING
STELLEN
VAN HANDGEL

8.
TER BESCHIKKING
STELLEN VAN
HANDSCHOENEN

9.
VOORZIEN VAN
VOLDOENDE
HANDENWAS FACILITEITEN

10.
HANDSCHOENEN
& MONDMASKERS
MEDEWERKERS
REBOOST
EVENT

Om dit alles in goede banen te leiden geven we prioriteit aan concrete preventiemaatregelen.

Hierbij vindt u alvast de voornaamste maatregelen uit onze **veiligheidsgids** die als leidraad geldt voor een vlekkeloos verloop:

Contact

Guillaume Desmet

Managing Director Gracias

+32 (0)478 33 68 28

Guillaume.desmet@gracias.be

Kristof De Smet

CEO Energy Lab

+32 (0)479 45 99 74

Kristof.desmet@energylab.be

Elke Geraerts

CEO Better Minds at Work

+32 (0)471 20 25 68

elke@bettermindsatwork.com