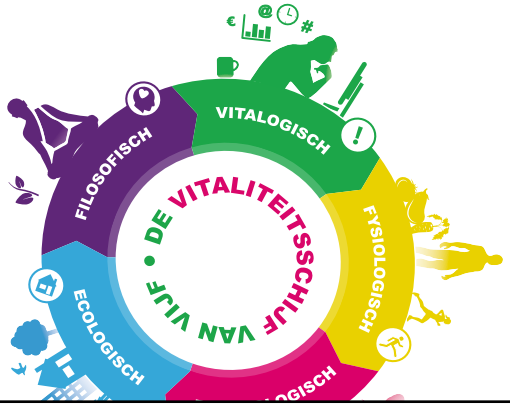
OPLEIDING VITALOOG®



Stichting
Post Hoger Beroeps Onderwijs
Nederland

VITACADEMIE

OPLEIDING VITALOOG®



Wat is een Vitaloog?

Een Vitaloog® is een vitaliteitscoach en vitaliteitsadviseur in één die individuen, teams en organisaties begeleidt naar meer vitaliteit zodat zij (nog) meer resultaat halen uit hun talenten, in hun loopbaan en privéleven.

Voor wie is deze opleiding?

De geaccrediteerde Post-HBO opleiding Vitaloog past helemaal bij jou als je je betrokken voelt bij vitaliteit van organisaties en de duurzame inzetbaarheid van mensen binnen die organisaties. Jij zorgt graag voor duurzame gedragsveranderingen bij mensen zodat zij zich gelukkiger, fitter en meer in balans voelen. Je weet dat naast gezonde voeding en beweging, vitaal leven vooral ook te maken heeft met zingeving en de sociale (werk)omgeving waarin iemand leeft en werkt. De opleiding is onder andere geschikt voor HR-managers/adviseurs, leidinggevenden, trainers & coaches, gezondheidsprofessionals zoals diëtisten, personal trainers en gewichtsconsulenten (met afgeronde HBO opleiding of werkervaring op HBO denkniveau) en een interesse in een integrale aanpak van vitaliteitsmanagement en de duurzame inzetbaarheid van mensen bij organisaties.

Over de opleiding

De eenjarige opleiding tot Vitaloog is de meest innovatieve opleiding betreffende (strategisch) vitaliteitsmanagement en duurzame inzetbaarheid. Een unieke combinatie van consulting, training & coaching en ondernemerschap waarmee je inzicht creëert in alle werk en leefstijl gerelateerde klachten en daar organisaties/cliënten mee wilt helpen om daar structurele veranderingen in aan te brengen.

De vitaliteitsschijf van vijf

Onze leefstijl beïnvloedt ons lichaam, ons denken, ons voelen, onze omgeving en dus ook het gedrag dat we laten zien. Dit besef leidt tot een aanpak vanuit de zogenaamde vitaliteitsschijf van vijf. De opleiding tot Vitaloog geeft je inzicht én de tools om daadwerkelijk mensen (beter) te helpen met een duurzame gedragsverandering. Het leidt tot een bewezen verbetering in de kwaliteit van het (werkende) leven.

MODULE	1	2	3	4	5
Individueel niveau	■	■			■
Team niveau			■	■	
Organisatie niveau			■	■	

Wat leer ik in de opleiding Vitaloog?

Deze opleiding stimuleert jouw zelfleiderschap en helpt je met de juiste kennis en vaardigheden om organisaties en individuele cliënten met vitaliteitsvraagstukken te begeleiden. Je leert werken vanuit een integrale visie op een goede balans van lichaam (fysiologisch), geest (psychologisch), omgeving (ecologisch), en zingeving (filosofisch). Aan het einde van de opleiding Vitaloog mag je de naam Vitaloog® gebruiken en kun je:

- De inzichten en technieken die je hebt geleerd, zowel amplitief, preventief als curatief inzetten op individueel-, team- en organisatieniveau
- Advies en begeleiding geven bij diverse vormen van lichamelijke, psychische en psychosomatische klachten
- In het bedrijfsleven werken in het kader van vitaliteitsmanagement, trainingen en persoonlijke begeleiding geven om onder andere het ziekteverzuim terug te dringen en werkgeluk te vergroten
- Als Vitaloog® zelfstandig een coaching- & adviesbureau starten

Kijk op **vitacademie.nl** voor meer informatie.

De opleiding bestaat uit 20 lesdagen:

Module 1: 5 lesdagen
Module 2: 5 lesdagen
Module 3: 4 lesdagen
Module 4: 4 lesdagen
Module 5: 2 lesdagen

Studiebelasting

De opleiding duurt één jaar. De studiebelasting is 300 uur.

Locatie, data en tijden

Locatie van de opleiding is voornamelijk in Eindhoven. De opleiding start minimaal 2x per jaar en het is in overleg mogelijk om losse modules te volgen. De actuele lesdata- en tijden vind je op onze website onder 'Opleiding Vitaloog'.

Kennismaken en aanmelden

Wil je meer weten over deze opleiding en of het iets voor jou is? Bel of mail ons voor een afspraak en bespreek met een Vitaloog® of deze opleiding voor jou een passende keuze is.

De opleiding bestaat uit 5 modules:

1. Vitalogisch Coachen**: Coach**

   Je traint vaardigheden van het Vitalogisch coachen. Ook als je mensen begeleidt vanwege stress, is de manier waarop je communiceert met je klant belangrijk voor het slagen van het vitaliteitstraject. Je leert niet alleen goed te luisteren en door te vragen, maar je leert ook confronteren en methodisch werken.

2. Voeding, bewegen, ontspanning & coaching: **Leefstijlcoach**

   In deze module staat een duurzame leefstijlverandering centraal. Je leert over gezonde voeding, beweging en ontspanning en hoe dat bijdraagt aan een vitaler en gelukkiger leven. Hoe breng je dit in kaart en hoe maak je het meetbaar? Maar vooral ook, hoe beweeg je mensen naar dit gezonde gedrag? Je gaat met je eigen leefstijl aan de slag en hoe je mensen daarin professioneel kan begeleiden. Deze module bestaat uit 5 lesdagen.

3. Stress-, energie- & talentmanagement: **Vitaliteitsmanager**

   We gaan aan de slag met vitaliteit vanuit het perspectief van de organisatie. Wat betekent vitaliteit voor de medewerker, het team en wat is de rol van de organisatie als het gaat om vitaliteit? We gaan leren om vanuit een vitaliteitsbril organisaties te analyseren: wat zien we, waar zitten knelpunten en wat is nodig om een boost te geven aan de vitaliteit van een organisatie, team of medewerker?
   Vanuit zeer uiteenlopende aspecten, methodieken en werkvormen leren we wat energie is en hoe we deze kunnen aanwenden om stap voor stap richting een organisatie in FLOW te komen. Thema's die in deze module worden behandeld zijn onder meer Stressmanagement, Betrokkenheid – Bevlogenheid – Werkgeluk, Talentmanagement, Vitaal leiderschap en Energiemanagement.

4. Organisatiecultuur & verandering: **Vitaliteitsadviseur**

   Organisatiecultuur, vitaliteitsbeleid, kosten en batenanalyse staan nu centraal. Je leert te werken met de KoBa-Di tool en het meten van het effect van diverse interventies. Ook leer je een realistische berekening te maken van verzuimkosten en opbrengsten van een vitaliteitsprogramma. Daarnaast leer je planning/ procesmatig werken en weet je hoe je de klant procesmatig kunt begeleiden met behulp van een 'road map' (meerjarenplan).

5. Ondernemend gedrag: **Ondernemer**

   Nu staat jouw ondernemerschap centraal. Hoe ziet jouw ondernemend gedrag als succesfactor eruit? Welke vorm van ondernemerschap past het beste bij jouw waarden, drijfveren en gedragsstijl en hoe kun je binnen die gedragsstijl proactief en ondernemend handelen? Hoe krijg je het over de bühne oftewel hoe 'verkoop' jij jouw diensten bij een potentiële opdrachtgever of binnen jouw organisatie? Je leert hoe je mensen letterlijk & figuurlijk in beweging krijgt en open staan voor wat je te vertellen hebt.

VITACADEMIE

OPLEIDING VITALOOG®

- Een geaccrediteerde registeropleiding Post-HBO
- Echte praktijkcases
- Kleine klassen (10-14 deelnemers)
- Twee docenten per groep
- Gastdocenten en expertise uit het werkveld
- Persoonlijke DISC en TMA analyse
- Certificering KoBa-DI tool
- Certificaten per module en erkend einddiploma
- Unieke onderscheidende titel

Kijk op onze website voor meer informatie **vitacademie.nl**

Blijf in verbinding en wordt lid van NGvV

Tijdens of na afronding van de opleiding is het mogelijk om lid te worden van het **Nederlands Genootschap voor Vitalogen**. Dit is een beroepsvereniging van en voor vitalogen in Nederland. Vrijwel alle post-hbo gediplomeerde vitalogen zijn lid.

De vereniging richt zich vooral op de ontwikkeling van de functie van Vitaloog. Daarbij hoort de collectieve belangenbehartiging, het verzorgen van een opleidingsprogramma en het bevorderen van de onderlinge contacten tussen vitalogen door middel van congressen en bijeenkomsten.

Meer informatie hierover vind je op **ngvv.nl**.

Stichting *Post* Hoger Beroeps Onderwijs Nederland

Nederlands Genootschap voor Vitalogen NGvV

Vitalogisch.

TNO innovation for life

NPDI