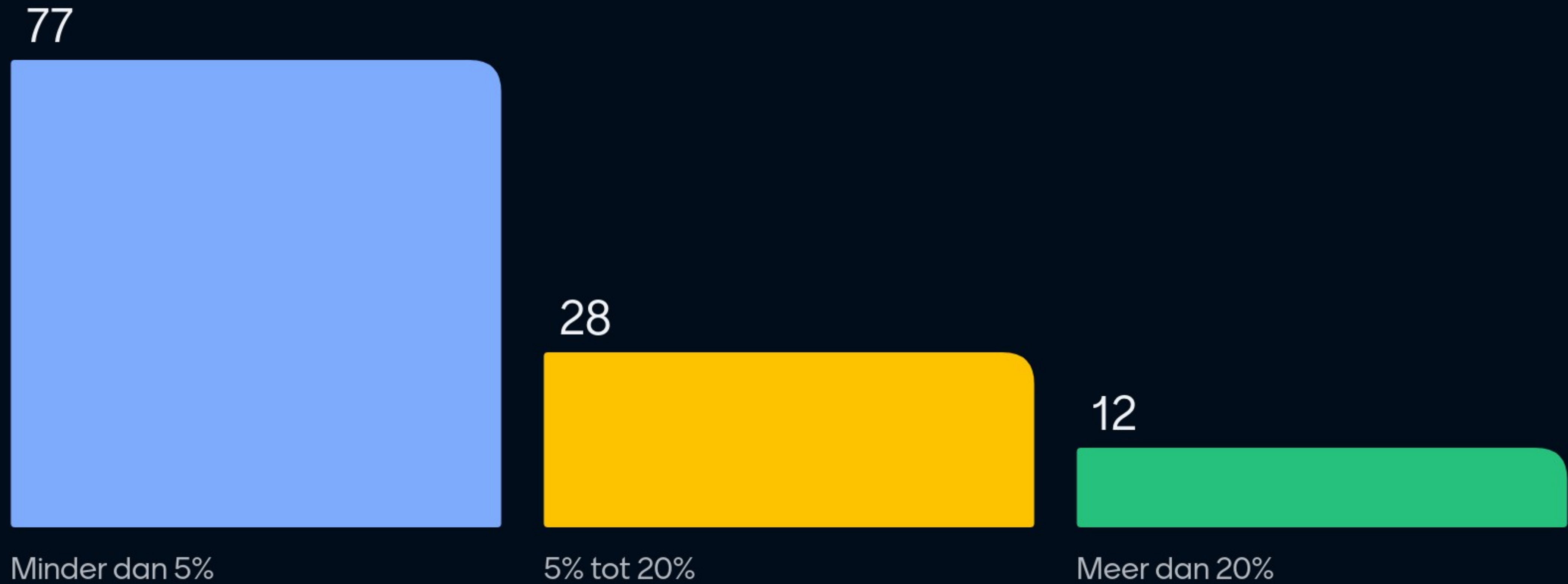


Percentage medewerkers met afstand tot de arbeidsmarkt in jullie organisatie?



Welke bewezen effecten heeft meer bewegen op het werk?



25



126



Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Nudge

Bewustwording

Voorbeeld geven

Laten zien wat het voordeel voor hen is.

Laagdrempelig

Kleine stapjes

Gesprek aangaan

Hun eigen tempo daarin te laten volgen. Pushen heeft geen nut

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Via de kinderen

Voordelen tonen.

Financieel voordeel

Doorvragen en eigen waarden proberen te achterhalen om daarop verder te bouwen

What's in it for them

Vragen stellen, na laten denken

Directe beloning

Niet duurzame keuzes niet aanbieden

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Belonen

Door het ze zelf te laten ervaren

Kleine stapjes

Bewustwording

Opzoek naar hun belang

Dat ze er iets tastbaars voor terug krijgen

Luisteren, samenvatten, omkeervraag stellen

Het goede voorbeeld tonen en laten zien dat het positief effect heeft.

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

De context benoemen en wat het gaat opleveren

Voor bewustwording zorgen

Wat hebben ze er zelf aan?

Beloning geven

Inspireren door storytelling en anders incentives

Makkelijk maken

Impact in kaart brengen van wat er gebeurt als je niks doet

Wijze van aanbieden en opmaak

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Je kan mensen motiveren door de gevolgen te noemen, daarnaast de toegevoegde waarde van de gezonde keuzes te benoemen.

Onbewust bewust maken.

Herhaling

Herhalen en goede voorbeelden geven.

Incentive aan koppelen, ze moeten er direct iets voor terug krijgen

Bewustmaken van risico's en hetgeen het oplevert.

Voorbeeldgedrag
Kleine stappen

Storytelling, het gaat erom hoe je iets over brengt.

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Makkelijk inpasbare
gezonde alternatieven
bieden. Concreet

Dagelijkse voorbeelden

Beloning

Winst op korte termijn

Niet teveel over vertellen,
maar doen!

Er een beloning
tegenover stellen

(Financiële) beloning op
korte termijn.

"What's in it for me? "

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Zorgen dat ze niet het gevoel krijgen betuttelend te worden

Laten zien dat het van belang is maar dit moet wel op een leuke manier gebracht worden met aandacht

Ik hoop vanuit enthousiasme en passie

Zelf laten nadenken over oplossingen

Bewustwording,

Met elkaar in gesprek gaan. Dialoog

Aantrekkelijk presenteren
Voorbeelden voorhanden hebben
Enthousiaste voorlopers

Zorgen dat er ook een voordeel voor ze in zit.

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Eigen ervaring
Geen advies geven
Kleine stapjes

Klein beginnen

Door het woord
duurzaam
gefundamenteerd te
gebruiken

Vooral de doelgroep erbij
betrekken en hen het zelf
laten bedenken

Voorbeelden geven

Met een voordeel actie

Herhalen herhalen
herhalen

Nut en noodzaak vertellen en
direct iets toevoegen om uit
te proberen.

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Kleine stapjes

Herhaling van de boodschap

Geslaagde voorbeelden presenteren
Praktisch stappenplan

Confronteren. Laten zien hoe het anders kan. Risicovol gedrag eruit halen.

Beloning en aanbod

Opbrengst op korte termijn.

Begrijpelijke praktijkvoorbeelden geven en handelen vanuit je diepere waarde.

Succes vieren

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Altijd beginnen met bewustwording. Het positief belonen (incentives).

Korte en lange termijn resultaten tonen. Actief meenemen van collega's / medewerkers dmv informeren.

Door het langzaam te doen en in kleine stapjes te doen en begeleidend

Kleine stapjes

Nut en noodzaak laten zien

Herhalen

Draagvlak creëren, positieve brengen, voordelen benoemen

Lange termijn effecten bekend maken

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Belonen communicatie
eerlijk communiceren

Positief voorbeeld

Voorbeelden

Mensen van begin af aan
betrekken

Gratis aanbieden

Keuze beperken

Bewustwording,
enthousiasme,

Voordelen laten zien

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Goede voorbeelden laten zien

Verleiden en niet dwingen

Goed voorbeeld geven. Goede workshops aanbieden.

Het leuk maken

Aanbieden, makkelijk maken

Kleine stappen en duidelijke voorbeelden

Direct voordeel

Workshops met ervaren

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Laten ervaren, klein beginnen.

Vooruit gedrag

Ervaren of cijfers of maak het sexy

Beloning en samen doen

What's in it for me?

Kleine veranderingen die aansluiten bij startpunt

Kort, duidelijk en. Bondig

Meenemen in je verhaal

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Klein starten

Ze zelf bewust te maken en zelf verantwoordelijk maken

Bewustwording creëren en goed voorbeeld doet goed volgen

Financieel voordeel

Bewustwording

Succesverhalen en verhalen wat als je niet doet.

Het belang en waarom helder krijgen

De lat in het begin niet te hoog leggen

Hoe krijg je mensen gemotiveerd voor verstandige, duurzame of gezonde keuzes?

Makkelijke kleine
stapjes
Enthousiast
mededelen zonder
overtuigen
Praktische
voorbeelden, laten voelen

Er over te praten en uit te
leggen

Het belang en de betekenis
uitleggen van duurzaamheid
met een goede en
aanstekelijke dosis
enthousiasme

Kan beter

Waar lijkt het op in jullie organisatie?

