

BODYFULNESS

Werkgericht blended opleidingstraject

Beleidsmatige, opleidingskundige en organisatorische onderbouwing

Inclusief relevante juridische en fiscale aandachtspunten

[Plaats hier het Bodyfulness-logo]

Versie 1.0

Auteur: Ronald Bouter

Organisatie: dOorsprong

Datum: juli 2026

Inhoudsopgave

Werk de inhoudsopgave bij in Word: klik met rechts en kies “Veld bijwerken”.

1. Hoofdstuk 1. Bodyfulness als werkgericht blended opleidingstraject
2. Hoofdstuk 2. Leerdoelen en arbeidsgerelateerde vaardigheden
3. Hoofdstuk 3. Didactische opbouw van het leertraject
4. Hoofdstuk 4. Transfer naar de dagelijkse werkpraktijk
5. Hoofdstuk 5. Borging van het leerproces
6. Hoofdstuk 6. Meetbaarheid en evaluatie
7. Hoofdstuk 7. Organisatorische en beleidsmatige inbedding
8. Hoofdstuk 8. Professionele positionering en afbakening
9. Hoofdstuk 9. Organisatorische en financiële inbedding
10. Hoofdstuk 10. Kwaliteit, governance en methodische ontwikkeling

- Disclaimer
- Colofon

Opmerking voor de vormgever: werk de inhoudsopgave na de definitieve vormgeving bij, zodat paginanummers en klikbare verwijzingen correct worden weergegeven.

Documentstatus

Documenttitel	Bodyfulness – Beleidsmatige, opleidingskundige en organisatorische onderbouwing
Versie	1.0
Auteur	Ronald Bouter
Organisatie	dOorsprong / Bodyfulness
Status	Concept voor grafische vormgeving en publicatie als PDF

HOOFDSTUK 1

Bodyfulness als werkgericht blended opleidingstraject

1.1 Inleiding

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject dat organisaties ondersteunt bij preventie, professionele ontwikkeling en duurzame inzetbaarheid van medewerkers.

Het traject is ontworpen vanuit de overtuiging dat duurzame inzetbaarheid niet alleen wordt beïnvloed door kennis en cognitieve vaardigheden, maar ook door het vermogen van medewerkers om lichamelijke signalen van belasting, spanning en herstel tijdig te herkennen en hier bewust naar te handelen.

Binnen Bodyfulness staat daarom het ontwikkelen van lichaamsbewustzijn centraal. Dit lichaamsbewustzijn wordt niet gezien als een doel op zichzelf, maar als een praktische arbeidsgelateerde vaardigheid die medewerkers ondersteunt bij gezond, duurzaam en professioneel functioneren.

1.2 Doel van het opleidingstraject

Het primaire doel van Bodyfulness is het ontwikkelen van vaardigheden die bijdragen aan het herkennen, reguleren en duurzaam hanteren van fysieke en mentale belasting binnen de dagelijkse werkpraktijk.

Het traject ondersteunt deelnemers bij het ontwikkelen van vaardigheden op het gebied van:

- lichaamsbewustzijn;
- stressherkenning;
- zelfregulatie;
- herstelvermogen;
- energieregulatie;
- aandacht en focus;
- duurzame gedragsverandering.

Deze vaardigheden worden gedurende het traject geoefend, toegepast en geborgd binnen de eigen werkomgeving.

1.3 Werkgericht karakter

Bodyfulness is ontwikkeld voor toepassing binnen organisaties.

Het traject sluit aan bij de dagelijkse werkzaamheden van deelnemers en richt zich op situaties die zich voordoen tijdens het uitvoeren van het werk.

De oefeningen, reflectieopdrachten en coachingsgesprekken worden gekoppeld aan concrete praktijksituaties, waaronder:

- werkdruk;
- samenwerking;
- leidinggeven;

- grenzen stellen;
- concentratie;
- herstel na belasting;
- omgaan met veranderingen.

Hierdoor ontstaat een directe verbinding tussen het leerproces en het dagelijks functioneren binnen de organisatie.

1.4 Blended leerconcept

Bodyfulness maakt gebruik van een blended leerconcept.

Binnen het traject worden verschillende leeractiviteiten geïntegreerd aangeboden:

- persoonlijke coaching;
- ervaringsgerichte sessies;
- praktijkgerichte opdrachten;
- digitale ondersteuning via de Bodyfulness App;
- dagelijkse oefeningen;
- reflectie;
- evaluatiemomenten.

Iedere werkvorm heeft een eigen didactische functie.

Juist de combinatie van deze verschillende leeractiviteiten ondersteunt het leerproces en vergroot de transfer naar de dagelijkse werkpraktijk.

1.5 Leren door ervaren

Een belangrijk uitgangspunt van Bodyfulness is dat duurzame gedragsontwikkeling ontstaat wanneer kennis wordt gecombineerd met ervaring.

Naast uitleg en reflectie krijgen deelnemers daarom de gelegenheid om lichamelijke signalen bewust waar te nemen, te onderzoeken en te verbinden aan hun eigen functioneren.

Binnen Bodyfulness worden hiervoor ervaringsgerichte sessies ingezet als didactische werkvorm.

Deze sessies ondersteunen deelnemers bij het herkennen van signalen rondom spanning, ademhaling, houding, herstel en energieregulatie.

De ervaringsgerichte sessies staan nooit op zichzelf, maar maken integraal onderdeel uit van het totale opleidingstraject.

1.6 Toepassing binnen de dagelijkse werkpraktijk

Een belangrijk uitgangspunt van Bodyfulness is dat nieuwe vaardigheden direct toepasbaar moeten zijn.

Gedurende het traject worden deelnemers gestimuleerd om de aangeleerde vaardigheden dagelijks toe te passen tijdens hun werkzaamheden.

Hierdoor leren zij onder meer:

- signalen eerder herkennen;
- herstelmomenten bewust inzetten;

- belasting beter reguleren;
- grenzen tijdig herkennen;
- aandacht en concentratie herstellen;
- effectiever omgaan met energie gedurende de werkdag.

Het uiteindelijke doel is dat deelnemers deze vaardigheden zelfstandig blijven gebruiken, ook na afronding van het traject.

1.7 Positionering

Bodyfulness is ontwikkeld als een opleidingstraject voor professionele ontwikkeling.

Het programma richt zich op het ontwikkelen van vaardigheden en gedragsverandering binnen de werkcontext.

Bodyfulness is geen medische behandeling, therapie of vervanging van reguliere gezondheidszorg.

Wanneer sprake is van medische of psychische klachten waarvoor behandeling noodzakelijk is, blijft reguliere professionele zorg leidend.

Samenvatting hoofdstuk 1

Bodyfulness is een werkgericht blended opleidingstraject waarin medewerkers arbeidsgerelateerde vaardigheden ontwikkelen rondom lichaamsbewustzijn, stressherkenning, zelfregulatie en herstel.

Door coaching, ervaringsgerichte sessies, praktijkgerichte oefeningen en de Bodyfulness App ontstaat een geïntegreerd leerproces waarin deelnemers nieuwe vaardigheden ontwikkelen, toepassen en borgen binnen hun dagelijkse werkpraktijk.

HOOFDSTUK 2

Leerdoelen en arbeidsgerelateerde vaardigheden

2.1 Uitgangspunt

Het Bodyfulness-traject is gericht op het ontwikkelen van arbeidsgerelateerde vaardigheden die bijdragen aan het gezond, duurzaam en professioneel functioneren van medewerkers binnen hun dagelijkse werkomgeving.

De leerdoelen zijn praktisch geformuleerd en sluiten aan bij situaties die zich tijdens het werk voordoen. De nadruk ligt op het herkennen van lichamelijke signalen, het ontwikkelen van zelfregulatie en het bewust toepassen van deze vaardigheden binnen de eigen werkpraktijk.

De opleiding richt zich nadrukkelijk op het aanleren en toepassen van vaardigheden. Kennisoverdracht vormt daarbij een ondersteunend onderdeel van het leerproces, maar is niet het einddoel.

2.2 Ontwikkeling van lichaamsbewustzijn

Het eerste leerdoel is het vergroten van het lichaamsbewustzijn.

Binnen het traject leren deelnemers lichamelijke signalen bewuster waar te nemen en deze te herkennen als informatie over belasting, spanning, herstel en energieniveau.

Hierdoor ontstaat meer inzicht in de relatie tussen lichamelijke signalen, gedrag en functioneren tijdens de werkdag.

Het doel hiervan is niet het analyseren van klachten, maar het eerder herkennen van signalen die van invloed kunnen zijn op het dagelijks functioneren.

2.3 Herkennen van stress en overbelasting

Een tweede leerdoel is het ontwikkelen van vaardigheden waarmee deelnemers signalen van stress, spanning en overbelasting eerder leren herkennen.

Tijdens het traject oefenen deelnemers met het onderscheiden van verschillende vormen van belasting en leren zij bewust aandacht te besteden aan lichamelijke veranderingen die tijdens de werkdag kunnen optreden.

Hierdoor ontstaat ruimte om eerder passende keuzes te maken rondom herstel, belasting en energieregulatie.

2.4 Zelfregulatie en herstel

Bodyfulness richt zich daarnaast op het ontwikkelen van vaardigheden rondom zelfregulatie.

Deelnemers leren verschillende technieken en werkvormen toe te passen waarmee zij gedurende de werkdag bewust kunnen schakelen tussen inspanning en herstel.

Hieronder vallen onder andere:

- het herkennen van herstelbehoeften;
- het bewust inzetten van korte herstelmomenten;

- het reguleren van lichamelijke spanning;
- het bevorderen van aandacht en concentratie;
- het herstellen van balans gedurende de werkdag.

Deze vaardigheden worden gedurende het gehele traject geoefend en toegepast.

2.5 Grenzen, energie en belastbaarheid

Een belangrijk leerdoel betreft het ontwikkelen van inzicht in persoonlijke belastbaarheid.

Deelnemers leren signalen die samenhangen met belasting, energieverlies en herstelbehoefte eerder herkennen en betrekken bij hun dagelijkse keuzes tijdens het werk.

Daarnaast wordt aandacht besteed aan het herkennen en communiceren van persoonlijke grenzen, passend binnen de professionele werkomgeving.

Het doel hiervan is het versterken van de eigen regie op duurzaam functioneren.

2.6 Toepassing binnen de dagelijkse werkpraktijk

De aangeleerde vaardigheden worden gedurende het traject direct gekoppeld aan de eigen werksituatie.

Deelnemers oefenen met herkenbare praktijksituaties en worden gestimuleerd de geleerde vaardigheden toe te passen tijdens hun dagelijkse werkzaamheden.

Hierdoor ontstaat een voortdurende wisselwerking tussen leren, ervaren, oefenen en toepassen.

De nadruk ligt op het zelfstandig kunnen inzetten van de aangeleerde vaardigheden binnen de eigen werkcontext.

2.7 Beoogde leeruitkomsten

Na afronding van het traject zijn deelnemers in staat om:

- lichamelijke signalen van spanning en overbelasting eerder te herkennen;
- bewuster om te gaan met belasting en herstel gedurende de werkdag;
- technieken voor zelfregulatie zelfstandig toe te passen;
- persoonlijke grenzen tijdig te herkennen en bespreekbaar te maken;
- aandacht, energie en herstel bewuster te reguleren;
- de aangeleerde vaardigheden zelfstandig toe te passen binnen de dagelijkse werkpraktijk.

Deze leeruitkomsten zijn gericht op de ontwikkeling van vaardigheden en professioneel functioneren en vormen de basis voor verdere borging binnen de werkomgeving.

2.8 Relatie met duurzame inzetbaarheid

De leerdoelen van Bodyfulness sluiten aan bij organisaties die investeren in duurzame inzetbaarheid, professionele ontwikkeling en preventie.

Door medewerkers vaardigheden aan te leren die bijdragen aan het herkennen van belasting, het reguleren van spanning en het bewust inzetten van herstelmomenten, ondersteunt het traject de persoonlijke ontwikkeling van medewerkers binnen hun professionele rol.

Het traject is daarmee gericht op het versterken van arbeidsgerelateerde vaardigheden en het bevorderen van duurzaam functioneren binnen de organisatie.

Samenvatting hoofdstuk 2

De leerdoelen van Bodyfulness zijn gericht op het ontwikkelen van praktische arbeidsgerelateerde vaardigheden rondom lichaamsbewustzijn, stressherkenning, zelfregulatie, herstel en belastbaarheid.

Gedurende het traject leren deelnemers deze vaardigheden niet alleen begrijpen, maar vooral toepassen en integreren in hun dagelijkse werkpraktijk. Hierdoor ontstaat een leerproces waarin kennis, ervaring en toepassing elkaar versterken.

HOOFDSTUK 3

Didactische opbouw van het leertraject

3.1 Uitgangspunt

Bodyfulness is opgebouwd volgens een blended didactisch leerconcept waarin verschillende leeractiviteiten elkaar aanvullen en versterken.

Het traject is gebaseerd op de gedachte dat duurzame gedragsontwikkeling niet ontstaat door uitsluitend kennisoverdracht of eenmalige interventies, maar door een combinatie van leren, ervaren, oefenen, toepassen en borgen.

Om die reden bestaat het opleidingstraject uit meerdere samenhangende werkvormen die gedurende het gehele traject op elkaar zijn afgestemd.

3.2 Samenhang tussen de leeractiviteiten

Binnen Bodyfulness vervult iedere leeractiviteit een eigen functie binnen het totale leerproces.

De verschillende onderdelen worden niet afzonderlijk aangeboden, maar vormen gezamenlijk één geïntegreerd opleidingstraject.

Het leerproces bestaat uit:

- persoonlijke coaching;
- ervaringsgerichte sessies;
- praktijkgerichte oefeningen;
- digitale ondersteuning via de Bodyfulness App;
- reflectie- en evaluatiemomenten;
- dagelijkse toepassing binnen de eigen werkomgeving.

Door deze samenhang ontstaat een doorlopend leerproces waarin theorie, ervaring en toepassing elkaar voortdurend versterken.

3.3 Persoonlijke coaching

De coachingsgesprekken ondersteunen deelnemers bij het formuleren van persoonlijke leerdoelen en het vertalen van de opleiding naar de eigen werkpraktijk.

Tijdens de gesprekken wordt gereflecteerd op praktijksituaties, persoonlijke ervaringen en de toepassing van de aangeleerde vaardigheden.

De coaching is gericht op het ondersteunen van het leerproces en het vergroten van de zelfstandige toepassing van de ontwikkelde vaardigheden.

3.4 Ervaringsgerichte sessies als didactische werkvorm

De ervaringsgerichte sessies vormen een integraal onderdeel van het opleidingstraject.

Binnen deze sessies leren deelnemers lichamelijke signalen rondom spanning, ademhaling, houding, ontspanning en herstel bewust waar te nemen en te verbinden aan hun dagelijks functioneren.

De sessies hebben binnen het traject een didactische functie. Zij ondersteunen deelnemers bij het ontwikkelen van lichaamsbewustzijn en zelfregulatie en dragen bij aan het oefenen van de leerdoelen uit hoofdstuk 2.

De ervaringsgerichte sessies worden niet aangeboden als zelfstandige behandeling of wellnessactiviteit, maar uitsluitend als onderdeel van het totale opleidingstraject.

3.5 Praktijkgericht oefenen

Gedurende het traject worden deelnemers gestimuleerd om de aangeleerde vaardigheden dagelijks toe te passen.

De praktijkoefeningen sluiten aan bij herkenbare werksituaties en ondersteunen deelnemers bij het ontwikkelen van nieuwe gewoonten.

De nadruk ligt op kleine, regelmatig terugkerende oefenmomenten die eenvoudig kunnen worden geïntegreerd in de werkdag.

Hierdoor ontstaat een continue verbinding tussen het leertraject en de dagelijkse beroepspraktijk.

3.6 Digitale ondersteuning

De Bodyfulness App ondersteunt het leerproces buiten de begeleide contactmomenten.

De app biedt deelnemers onder andere:

- dagelijkse fysieke en emotionele check-ins;
- korte herstel oefeningen;
- de 55-5 Herstelmethode;
- audio-begeleiding;
- verdiepende content;
- podcasts;
- praktische opdrachten;
- reflectiemomenten.

De digitale ondersteuning heeft als doel het leerproces te verlengen, herhaling te stimuleren en de toepassing van de aangeleerde vaardigheden in de dagelijkse praktijk te ondersteunen.

3.7 Reflectie en evaluatie

Reflectie vormt een vast onderdeel van het opleidingstraject.

Tijdens de verschillende leeractiviteiten worden deelnemers uitgenodigd om ervaringen te verbinden aan hun persoonlijke leerdoelen en dagelijkse werkzaamheden.

Evaluatiemomenten ondersteunen het inzicht in de eigen ontwikkeling en bieden ruimte om het leerproces waar nodig bij te sturen.

Hierdoor ontstaat een cyclisch leerproces waarin ervaring, reflectie en toepassing elkaar voortdurend versterken.

3.8 Didactische uitgangspunten

De didactische opbouw van Bodyfulness is gebaseerd op de volgende uitgangspunten:

- ontwikkelen van praktische vaardigheden;
- ervaringsgericht leren;
- directe koppeling aan de dagelijkse werkpraktijk;
- actieve toepassing gedurende het gehele traject;
- regelmatige herhaling;
- voortdurende reflectie;
- structurele borging van nieuw gedrag.

Deze uitgangspunten vormen samen de methodische basis van het opleidingstraject.

Samenvatting hoofdstuk 3

Bodyfulness maakt gebruik van een geïntegreerde didactische opbouw waarin coaching, ervaringsgerichte sessies, praktijkoefeningen, digitale ondersteuning en reflectie elkaar versterken.

Door de voortdurende afwisseling tussen leren, ervaren, oefenen, toepassen en evalueren ontwikkelen deelnemers vaardigheden die niet beperkt blijven tot de opleidingssituatie, maar onderdeel worden van hun dagelijkse werkpraktijk.

HOOFDSTUK 4

Transfer naar de dagelijkse werkpraktijk

4.1 Uitgangspunt

Het uiteindelijke doel van een opleiding is niet uitsluitend het verwerven van nieuwe kennis of inzichten, maar het daadwerkelijk toepassen van de aangeleerde vaardigheden binnen de dagelijkse beroepspraktijk.

Binnen Bodyfulness vormt deze transfer een centraal uitgangspunt van het gehele leertraject.

Vanaf de start van de opleiding worden deelnemers gestimuleerd om de ontwikkelde vaardigheden direct te verbinden aan hun eigen werkzaamheden, werkomstandigheden en professionele uitdagingen.

Het leerproces vindt daardoor niet uitsluitend plaats tijdens de begeleide bijeenkomsten, maar wordt voortgezet tijdens de dagelijkse uitvoering van het werk.

4.2 Leren binnen de eigen werkomgeving

Gedurende het traject worden deelnemers uitgenodigd om ervaringen uit hun eigen werksituatie als uitgangspunt te nemen voor het leerproces.

Werkdruk, samenwerking, veranderingen, concentratie, leidinggeven, communicatie, herstel en energieregulatie vormen hierbij herkenbare praktijksituaties waarin de aangeleerde vaardigheden kunnen worden toegepast.

Door voortdurend te oefenen binnen de eigen werkomgeving ontstaat een directe verbinding tussen de opleiding en het dagelijks functioneren.

4.3 Van herkennen naar handelen

Een belangrijk onderdeel van de transfer is het ontwikkelen van het vermogen om lichamelijke signalen niet alleen waar te nemen, maar deze ook te vertalen naar passend gedrag.

Binnen het traject leren deelnemers onder andere:

- signalen van oplopende spanning eerder herkennen;
- bewust stil te staan bij lichamelijke reacties;
- herstelmomenten tijdig in te zetten;
- aandacht en energie gedurende de werkdag beter te reguleren;
- persoonlijke grenzen tijdig te herkennen en bespreekbaar te maken.

Hierdoor ontstaat een geleidelijke ontwikkeling van bewustwording naar bewust handelen.

4.4 Oefenen in kleine stappen

Bodyfulness maakt gebruik van korte, praktisch toepasbare oefenmomenten die gedurende de werkdag kunnen worden uitgevoerd.

Deze benadering sluit aan bij het uitgangspunt dat duurzame gedragsontwikkeling vooral ontstaat door regelmatige herhaling in de dagelijkse praktijk.

De oefeningen vragen beperkte tijd, waardoor zij eenvoudig kunnen worden geïntegreerd binnen bestaande werkzaamheden.

Hiermee wordt de drempel voor toepassing zo laag mogelijk gehouden.

4.5 De rol van de 55–5 Herstelmethode

De 55–5 Herstelmethode ondersteunt deelnemers bij het regelmatig onderbreken van langdurige mentale of fysieke belasting.

Door gedurende de werkdag bewust korte herstelmomenten in te bouwen, oefenen deelnemers met het herkennen van belasting, het herstellen van aandacht en het reguleren van energie.

De methode fungeert binnen het traject als een praktisch hulpmiddel om de transfer naar de dagelijkse werkpraktijk te ondersteunen.

4.6 Ondersteuning door de Bodyfulness App

De Bodyfulness App ondersteunt deelnemers bij het zelfstandig toepassen van de aangeleerde vaardigheden.

Door middel van dagelijkse check-ins, korte oefeningen, herinneringen en reflectiemomenten stimuleert de app de regelmatige toepassing van het geleerde buiten de begeleide contactmomenten.

Hierdoor wordt het leerproces niet beperkt tot de opleidingsbijeenkomsten, maar voortgezet tijdens de dagelijkse werkzaamheden.

4.7 Transfer als doorlopend leerproces

Binnen Bodyfulness wordt transfer niet beschouwd als een afsluitende fase van het traject, maar als een doorlopend onderdeel van het leerproces.

Tijdens coaching, ervaringsgerichte sessies, praktijkoefeningen en digitale ondersteuning wordt steeds opnieuw de verbinding gelegd tussen de leerdoelen en de dagelijkse werkpraktijk.

Hierdoor ontstaat een cyclisch proces van:

leren → ervaren → oefenen → toepassen → reflecteren → verder ontwikkelen

Deze werkwijze ondersteunt deelnemers bij het duurzaam integreren van nieuwe vaardigheden in hun professionele handelen.

Samenvatting hoofdstuk 4

Transfer vormt een essentieel onderdeel van het Bodyfulness-traject. Door de voortdurende koppeling tussen leeractiviteiten en dagelijkse werksituaties leren deelnemers de ontwikkelde vaardigheden zelfstandig toe te passen binnen hun eigen beroepspraktijk.

Korte oefenmomenten, de 55–5 Herstelmethode, coaching en de Bodyfulness App ondersteunen dit proces en dragen bij aan de duurzame integratie van nieuw gedrag.

HOOFDSTUK 5

Borging van het leerproces

5.1 Uitgangspunt

Het ontwikkelen van nieuwe vaardigheden vraagt om meer dan een eenmalige leerervaring. Duurzame gedragsontwikkeling ontstaat door herhaling, toepassing, reflectie en voortdurende ondersteuning.

Binnen Bodyfulness is borging daarom geen afsluitende fase van het traject, maar een integraal onderdeel van het totale leerproces. Vanaf de start van de opleiding worden deelnemers ondersteund bij het zelfstandig blijven toepassen van de aangeleerde vaardigheden binnen hun dagelijkse werkpraktijk.

5.2 Continu leren

Bodyfulness gaat uit van het principe dat leren een doorlopend proces is.

Nieuwe inzichten krijgen pas betekenis wanneer zij regelmatig worden toegepast en onderdeel worden van het dagelijks handelen. Daarom worden deelnemers gedurende het traject gestimuleerd om de aangeleerde vaardigheden herhaaldelijk te oefenen binnen hun eigen werkomgeving.

Door deze regelmatige toepassing ontstaat geleidelijk een duurzame integratie van nieuw gedrag.

5.3 De Bodyfulness App als leerondersteuning

De Bodyfulness App ondersteunt deelnemers tussen de begeleide contactmomenten.

De app biedt onder meer:

- dagelijkse fysieke en emotionele check-ins;
- korte herstel oefeningen;
- de 55–5 Herstelmethode;
- audio-begeleiding;
- reflectievragen;
- verdiepende content;
- praktische opdrachten.

De digitale ondersteuning is gericht op het stimuleren van herhaling, het ondersteunen van zelfreflectie en het bevorderen van de zelfstandige toepassing van de aangeleerde vaardigheden.

Binnen het opleidingstraject vervult de app daarmee een didactische ondersteuningsfunctie.

5.4 De 55–5 Herstelmethode

De 55–5 Herstelmethode ondersteunt deelnemers bij het regelmatig inbouwen van korte herstelmomenten gedurende de werkdag.

Door deze methode structureel toe te passen, oefenen deelnemers met het herkennen van lichamelijke signalen, het reguleren van belasting en het bewust creëren van herstelmomenten.

De methode fungeert als een praktisch hulpmiddel om de dagelijkse toepassing van de leerdoelen te ondersteunen en draagt bij aan de borging van het leerproces.

5.5 Reflectie en evaluatie

Gedurende het traject worden deelnemers regelmatig uitgenodigd om stil te staan bij hun eigen ontwikkeling.

Reflectie vindt plaats tijdens coaching, ervaringsgerichte sessies, praktijkopdrachten en digitale ondersteuning.

Door ervaringen te bespreken en te koppelen aan de persoonlijke leerdoelen ontstaat inzicht in de voortgang van het leerproces en de toepassing van de aangeleerde vaardigheden.

Evaluatiemomenten bieden ruimte om de verdere ontwikkeling waar nodig bij te sturen.

5.6 Zelfstandig toepassen

Een belangrijk uitgangspunt van Bodyfulness is dat deelnemers de aangeleerde vaardigheden na afronding van het traject zelfstandig kunnen blijven gebruiken.

Daarom wordt gedurende het gehele traject gewerkt aan het versterken van de eigen regie van de deelnemer.

Het doel is dat deelnemers:

- lichamelijke signalen zelfstandig herkennen;
- passende herstelmomenten bewust inzetten;
- aandacht en energie reguleren;
- grenzen tijdig herkennen;
- de aangeleerde vaardigheden duurzaam integreren in hun dagelijkse werkzaamheden.

5.7 Borging binnen de organisatie

De borging van het leerproces beperkt zich niet tot de individuele deelnemer.

Afhankelijk van de doelstellingen van de organisatie kan Bodyfulness worden ingebed binnen bestaande HR-processen, ontwikkelprogramma's of vitaliteitsinitiatieven.

Hierdoor kan de aansluiting tussen het individuele leerproces en de bredere organisatiedoelstellingen worden versterkt.

De concrete invulling hiervan wordt afgestemd op de context, behoeften en werkwijze van de organisatie.

5.8 De Bodyfulness-leercyclus

De verschillende onderdelen van het traject vormen gezamenlijk een doorlopende leercyclus.

Binnen Bodyfulness wordt gewerkt volgens de volgende opeenvolgende stappen:

Herkennen → Ervaren → Oefenen → Toepassen → Reflecteren → Borgen

Deze cyclus ondersteunt deelnemers bij het ontwikkelen van vaardigheden die niet beperkt blijven tot de opleidingssituatie, maar geleidelijk onderdeel worden van hun dagelijkse professionele handelen.

Samenvatting hoofdstuk 5

Bodyfulness beschouwt borging als een structureel onderdeel van het leerproces. Door coaching, ervaringsgerichte sessies, praktijkoefeningen, de Bodyfulness App, de 55–5 Herstelmethode en regelmatige reflectie worden deelnemers ondersteund bij het zelfstandig blijven toepassen van de aangeleerde vaardigheden.

Hierdoor is het opleidingstraject niet uitsluitend gericht op het verwerven van nieuwe inzichten, maar ook op het duurzaam integreren van nieuw gedrag binnen de dagelijkse werkpraktijk.

HOOFDSTUK 6

Meetbaarheid en evaluatie

6.1 Uitgangspunt

Binnen Bodyfulness vormt evaluatie een integraal onderdeel van het opleidingstraject.

Het doel van de evaluatie is inzicht te verkrijgen in de persoonlijke ontwikkeling van deelnemers gedurende het leerproces. De metingen ondersteunen het leerproces en bieden zowel de deelnemer als de organisatie handvatten om de voortgang van het traject te volgen.

De evaluatie is gericht op ontwikkeling en reflectie en maakt geen onderdeel uit van medische diagnostiek.

6.2 De Vitaliteitsindex (MML)

Binnen het Bodyfulness-traject wordt gebruikgemaakt van de Vitaliteitsindex (MML) als instrument voor nul- en eindmeting.

De Vitaliteitsindex ondersteunt deelnemers bij het in kaart brengen van verschillende aspecten die samenhangen met hun dagelijks functioneren en persoonlijke ontwikkeling.

De meting is ontwikkeld als reflectie- en ontwikkelinstrument en ondersteunt het gesprek over de voortgang van het leerproces.

6.3 Doel van de metingen

De metingen zijn bedoeld om inzicht te geven in de ontwikkeling gedurende het traject.

Afhankelijk van de persoonlijke situatie kunnen onder meer de volgende ontwikkelgebieden worden besproken:

- lichaamsbewustzijn;
- ervaren belasting;
- herstelvermogen;
- energiebalans;
- persoonlijke regie;
- toepassing van de aangeleerde vaardigheden.

De nadruk ligt daarbij op individuele ontwikkeling en niet op het beoordelen van prestaties.

6.4 Nulmeting

Voor de start van het traject vindt een nulmeting plaats.

Deze meting dient als vertrekpunt voor het formuleren van persoonlijke leerdoelen en ondersteunt de deelnemer bij het verkrijgen van inzicht in de eigen uitgangssituatie.

De resultaten vormen de basis voor reflectie gedurende het verdere leerproces.

6.5 Tussentijdse reflectie

Gedurende het opleidingstraject wordt regelmatig stilgestaan bij de ontwikkeling van de deelnemer.

Tijdens coaching, praktijkoefeningen en evaluatiemomenten wordt gereflecteerd op de toepassing van de aangeleerde vaardigheden binnen de dagelijkse werkpraktijk.

Hierdoor ontstaat een doorlopend beeld van de voortgang van het leerproces.

6.6 Eindmeting

Na afronding van het traject wordt een eindmeting uitgevoerd.

De resultaten worden besproken in relatie tot de eerder geformuleerde leerdoelen en de ontwikkeling die gedurende het traject heeft plaatsgevonden.

Hierdoor ontstaat inzicht in de persoonlijke voortgang en de mate waarin de deelnemer de aangeleerde vaardigheden zelfstandig toepast.

6.7 Evaluatie binnen organisaties

Op organisatieniveau kunnen de uitkomsten van het traject worden gebruikt als ondersteuning bij evaluatie en kwaliteitsverbetering, met inachtneming van de geldende privacywetgeving en de afspraken die met de organisatie en deelnemers zijn gemaakt.

De nadruk ligt daarbij op het evalueren van het opleidingstraject en de ervaren ontwikkeling van deelnemers, niet op medische of individuele beoordeling.

6.8 Continue kwaliteitsontwikkeling

De evaluaties leveren niet alleen informatie op voor deelnemers, maar ondersteunen ook de verdere ontwikkeling van de Bodyfulness-methodiek.

Ervaringen uit de praktijk worden gebruikt om het leertraject, de didactische werkvormen en de digitale ondersteuning waar nodig verder te ontwikkelen.

Hierdoor blijft de methodiek aansluiten bij actuele inzichten op het gebied van leren, duurzame inzetbaarheid en professionele ontwikkeling.

Samenvatting hoofdstuk 6

Meetbaarheid binnen Bodyfulness is gericht op het ondersteunen van het leerproces en het inzichtelijk maken van persoonlijke ontwikkeling.

Door middel van een nulmeting, tussentijdse reflectie en een eindmeting via de Vitaliteitsindex (MML) worden deelnemers begeleid bij het volgen van hun ontwikkeling. De evaluatie ondersteunt zowel de deelnemer als de organisatie en vormt tevens een basis voor de verdere kwaliteitsontwikkeling van de methodiek.

HOOFDSTUK 7

Organisatorische en beleidsmatige inbedding

7.1 Uitgangspunt

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject dat kan worden geïntegreerd binnen bestaande HR-, leer- en ontwikkelprocessen van organisaties.

Het traject is ontworpen als een aanvulling op bestaande initiatieven rondom duurzame inzetbaarheid, professionele ontwikkeling en preventie. De inhoud sluit aan bij het ontwikkelen van arbeidsgerelateerde vaardigheden die medewerkers ondersteunen in hun dagelijks functioneren.

De implementatie van Bodyfulness wordt afgestemd op de doelstellingen, organisatiecontext en doelgroep.

7.2 Aansluiting op HR-beleid

Bodyfulness kan onderdeel uitmaken van het bredere HR-beleid van een organisatie.

Afhankelijk van de doelstellingen kan het traject worden ingezet binnen:

- opleidings- en ontwikkelbeleid;
- duurzame inzetbaarheid;
- vitaliteitsbeleid;
- preventieve ontwikkelprogramma's;
- leiderschapsontwikkeling;
- talentontwikkeling;
- onboardingprogramma's;
- programma's gericht op professionele ontwikkeling.

Het traject wordt steeds afgestemd op de leerdoelen en ontwikkelbehoeften van de organisatie.

7.3 Organisatorische implementatie

Voorafgaand aan een traject worden de inhoudelijke en organisatorische uitgangspunten gezamenlijk vastgesteld.

Hierbij kunnen onder andere de volgende onderwerpen aan bod komen:

- doelgroep;
- groepssamenstelling;
- leerdoelen;
- planning;
- communicatiemomenten;
- evaluatie;
- organisatorische inbedding.

Hierdoor kan het traject worden afgestemd op de werkwijze en planning van de organisatie.

7.4 Inzetbaarheid binnen organisaties

Bodyfulness kan afhankelijk van de behoefte worden ingezet voor:

- individuele medewerkers;
- teams;
- afdelingen;
- managementteams;
- organisatiebrede ontwikkelprogramma's.

Daarnaast kan het traject modulair worden toegepast wanneer organisaties specifieke leerdoelen of ontwikkelvragen willen ondersteunen.

7.5 Samenwerking met HR en leidinggevenden

Gedurende de voorbereiding en uitvoering van het traject kan worden samengewerkt met HR-professionals, leidinggevenden en andere betrokken functionarissen.

Deze samenwerking is gericht op een goede organisatorische afstemming en het ondersteunen van de toepassing van het geleerde binnen de dagelijkse werkpraktijk.

De inhoud van individuele coachingsgesprekken en ervaringsgerichte sessies blijft daarbij vertrouwelijk, tenzij hierover vooraf andere afspraken zijn gemaakt en de deelnemer hiervoor toestemming heeft gegeven.

7.6 Relatie met duurzame inzetbaarheid

Veel organisaties investeren in duurzame inzetbaarheid om medewerkers gezond, gemotiveerd en professioneel inzetbaar te houden gedurende hun loopbaan.

Bodyfulness sluit hierbij aan door medewerkers vaardigheden te laten ontwikkelen op het gebied van lichaamsbewustzijn, zelfregulatie, herstel en persoonlijke belastbaarheid.

Het traject ondersteunt daarmee de professionele ontwikkeling van medewerkers en kan een aanvulling vormen op bestaande initiatieven gericht op duurzame inzetbaarheid.

7.7 Positionering binnen de organisatie

Bodyfulness wordt binnen organisaties gepositioneerd als een opleidingstraject.

De nadruk ligt op het ontwikkelen, oefenen en toepassen van arbeidsgerelateerde vaardigheden.

De ervaringsgerichte sessies maken onderdeel uit van het totale leerprogramma en worden uitsluitend ingezet ter ondersteuning van de leerdoelen van het traject.

Hierdoor vormt Bodyfulness geen afzonderlijke welzijns- of ontspanningsactiviteit, maar een geïntegreerd leerprogramma gericht op professionele ontwikkeling en duurzaam functioneren.

7.8 Organisatorische meerwaarde

De organisatorische meerwaarde van Bodyfulness ligt in de combinatie van:

- een werkgerichte opleidingsaanpak;
- ervaringsgericht leren;

- dagelijkse toepassing binnen de werkpraktijk;
- structurele borging;
- evaluatie en kwaliteitsontwikkeling.

Hierdoor kan het traject worden geïntegreerd binnen bestaande leer- en ontwikkelprogramma's, zonder los te staan van het bredere HR-beleid.

Samenvatting hoofdstuk 7

Bodyfulness is ontwikkeld om aan te sluiten bij bestaande HR-processen en opleidingsprogramma's binnen organisaties.

Door de combinatie van een werkgericht opleidingstraject, ervaringsgericht leren, dagelijkse toepassing, borging en evaluatie kan het traject worden geïntegreerd binnen beleid rondom duurzame inzetbaarheid, professionele ontwikkeling en leren & ontwikkelen.

HOOFDSTUK 8

Professionele positionering en afbakening

8.1 Uitgangspunt

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject dat zich richt op het ontwikkelen van arbeidsgerelateerde vaardigheden. De methodiek ondersteunt deelnemers bij het vergroten van hun lichaamsbewustzijn, het herkennen van signalen van belasting en het toepassen van vaardigheden voor zelfregulatie en herstel binnen de dagelijkse werkpraktijk.

De opleiding is gericht op leren, oefenen, toepassen en borgen. Het traject heeft daarmee een opleidingskundig karakter en is ontworpen voor toepassing binnen organisaties.

8.2 Positionering van het traject

Bodyfulness is ontwikkeld als een traject voor professionele ontwikkeling binnen de context van werk en duurzame inzetbaarheid.

De nadruk ligt op het ontwikkelen van vaardigheden die bijdragen aan het professioneel functioneren van medewerkers. De inhoud sluit aan bij leerdoelen op het gebied van lichaamsbewustzijn, stressherkenning, zelfregulatie, herstel en persoonlijke belastbaarheid.

De opleiding is opgebouwd uit samenhangende leeractiviteiten die gezamenlijk één geïntegreerd leerprogramma vormen.

8.3 Ervaringsgerichte sessies

De ervaringsgerichte sessies maken integraal onderdeel uit van het opleidingstraject.

Binnen deze sessies oefenen deelnemers met het bewust waarnemen van lichamelijke signalen die samenhangen met spanning, houding, ademhaling, belasting en herstel.

De sessies vervullen een didactische functie binnen het leerproces en ondersteunen de ontwikkeling van de leerdoelen zoals beschreven in hoofdstuk 2.

Zij worden uitsluitend aangeboden als onderdeel van het totale opleidingstraject en niet als zelfstandige dienst.

8.4 Afbakening ten opzichte van zorg

Bodyfulness is geen medische behandeling, therapie of psychologische interventie.

Binnen het traject worden geen medische diagnoses gesteld en vindt geen behandeling van lichamelijke of psychische aandoeningen plaats.

Wanneer een deelnemer klachten heeft waarvoor medische of psychologische behandeling noodzakelijk is, blijft passende reguliere zorg leidend.

Bodyfulness is ontworpen als opleidingstraject en niet als vervanging van professionele gezondheidszorg.

8.5 Afbakening ten opzichte van wellness

Hoewel binnen het traject aandacht wordt besteed aan ontspanning, herstel en lichaamsbewustzijn, is Bodyfulness geen wellnessprogramma.

De ervaringsgerichte sessies worden niet ingezet met een recreatief of ontspannend doel, maar als didactische werkvorm ter ondersteuning van het leerproces.

De nadruk ligt gedurende het gehele traject op het ontwikkelen en toepassen van arbeidsgerelateerde vaardigheden binnen de dagelijkse werkpraktijk.

8.6 Arbeidsgerelateerde context

Alle leeractiviteiten worden gekoppeld aan de professionele context van de deelnemer.

De praktijkopdrachten, reflectie en coaching zijn gericht op situaties die zich voordoen tijdens het werk, zoals werkdruk, samenwerking, concentratie, energieregulatie, herstel, communicatie en professionele belastbaarheid.

Hierdoor blijft de toepassing van het geleerde direct verbonden aan het functioneren binnen de organisatie.

8.7 Opleidingskundige samenhang

De verschillende onderdelen van Bodyfulness zijn inhoudelijk en didactisch op elkaar afgestemd.

Coaching, ervaringsgerichte sessies, praktijkoefeningen, de Bodyfulness App, de 55–5 Herstelmethode, reflectie en evaluatie vormen gezamenlijk één geïntegreerd opleidingstraject.

De afzonderlijke onderdelen ontleen hun betekenis aan deze onderlinge samenhang en worden niet als losse interventies aangeboden.

8.8 Samenvatting

Bodyfulness is een werkgericht blended opleidingstraject waarin deelnemers arbeidsgerelateerde vaardigheden ontwikkelen rondom lichaamsbewustzijn, stressherkenning, zelfregulatie en herstel.

De ervaringsgerichte sessies, coaching, praktijkoefeningen en digitale ondersteuning vormen gezamenlijk één didactisch leerprogramma dat is gericht op professionele ontwikkeling en duurzame inzetbaarheid.

Het traject is geen medische behandeling, geen therapie en geen wellnessprogramma, maar een opleiding waarin leren, toepassen en borgen centraal staan.

HOOFDSTUK 9

Organisatorische en financiële inbedding

9.1 Uitgangspunt

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject dat organisaties kunnen opnemen binnen bestaande leer-, ontwikkel- en vitaliteitsprogramma's.

De wijze waarop een organisatie het traject organisatorisch en financieel inbedt, is afhankelijk van de eigen beleidskaders, doelstellingen en de geldende wet- en regelgeving.

De beoordeling hiervan vindt plaats binnen de verantwoordelijkheid van de organisatie.

9.2 Organisatorische inbedding

Afhankelijk van de doelstellingen kan Bodyfulness onderdeel uitmaken van bestaande programma's op het gebied van:

- leren en ontwikkelen;
- duurzame inzetbaarheid;
- vitaliteit;
- professionele ontwikkeling;
- leiderschapsontwikkeling;
- talentontwikkeling;
- preventieve ontwikkelprogramma's.

Het traject kan zowel individueel als in teamverband worden aangeboden en wordt afgestemd op de organisatiecontext.

9.3 Mogelijke financieringsbronnen

Organisaties beschikken vaak over verschillende budgetten voor de ontwikkeling van medewerkers.

Afhankelijk van de interne inrichting kan Bodyfulness worden bekostigd vanuit bijvoorbeeld:

- opleidings- en ontwikkelbudgetten;
- budgetten voor duurzame inzetbaarheid;
- vitaliteitsbudgetten;
- persoonlijke ontwikkelbudgetten;
- overige beschikbare HR- of organisatiebudgetten.

Welke financieringsvorm passend is, verschilt per organisatie.

9.4 Fiscale beoordeling

De fiscale behandeling van een opleidingstraject is afhankelijk van de concrete feiten en omstandigheden.

Bij de beoordeling kunnen onder meer een rol spelen:

- de inhoud van het opleidingstraject;
- de leerdoelen;

- de relatie met de dienstbetrekking;
- de wijze waarop de werkgever het traject aanbiedt;
- de geldende fiscale regelgeving.

Bodyfulness doet geen uitspraken over de fiscale kwalificatie van individuele trajecten.

Organisaties wordt geadviseerd hierover, indien nodig, afstemming te zoeken met hun eigen financieel adviseur, salarisadministratie of fiscalist.

9.5 Ondersteuning bij de beoordeling

Ter ondersteuning van organisaties kan Bodyfulness informatie beschikbaar stellen over:

- de doelstelling van het opleidingstraject;
- de leerdoelen;
- de didactische opbouw;
- de organisatorische inbedding;
- de evaluatie- en borgingsmethodiek.

Deze informatie kan organisaties ondersteunen bij hun eigen interne beoordeling en besluitvorming.

9.6 Relatie met opleidings- en ontwikkelbeleid

Bodyfulness is ontwikkeld vanuit het uitgangspunt van leren en ontwikkelen.

De methodiek richt zich op het versterken van arbeidsgerelateerde vaardigheden en sluit daarmee inhoudelijk aan bij organisaties die investeren in de professionele ontwikkeling en duurzame inzetbaarheid van medewerkers.

De wijze waarop organisaties deze investering administratief of financieel verwerken, valt buiten de reikwijdte van deze beleidsmatige onderbouwing.

Samenvatting hoofdstuk 9

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject dat organisatorisch kan aansluiten bij bestaande leer-, ontwikkel- en vitaliteitsprogramma's.

De wijze van financiering en fiscale verwerking is afhankelijk van de interne beleidskaders, de feitelijke situatie en de geldende wet- en regelgeving. Bodyfulness ondersteunt organisaties met inhoudelijke informatie over het opleidingstraject, maar doet geen uitspraken over de fiscale kwalificatie van individuele situaties.

HOOFDSTUK 10

Kwaliteit, governance en methodische ontwikkeling

10.1 Uitgangspunt

De kwaliteit van een opleidingstraject wordt niet uitsluitend bepaald door de inhoud, maar ook door de wijze waarop de methodiek wordt ontwikkeld, uitgevoerd, geëvalueerd en onderhouden.

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject met een vaste methodische structuur, duidelijke leerdoelen en een samenhangende didactische opbouw. De kwaliteit van het traject wordt bewaakt door voortdurende evaluatie, methodische ontwikkeling en het werken volgens vaste uitgangspunten.

10.2 Ontwikkeling van de methodiek

De Bodyfulness-methodiek is ontwikkeld door Ronald Bouter, oprichter van dOorsprong.

Sinds de start van zijn werkzaamheden heeft hij duizenden deelnemers begeleid op het gebied van persoonlijke ontwikkeling, lichaamsbewustzijn, stressregulatie, communicatie en duurzame inzetbaarheid.

De ervaringen uit deze praktijk zijn stapsgewijs vertaald naar een gestructureerde methodiek waarin coaching, ervaringsgericht leren, digitale ondersteuning en dagelijkse toepassing zijn samengebracht in één opleidingstraject.

De methodiek wordt voortdurend geëvalueerd en waar nodig doorontwikkeld op basis van praktijkervaringen, deelnemersfeedback en nieuwe inzichten uit het vakgebied.

10.3 Methodische uitgangspunten

De Bodyfulness-methodiek is gebaseerd op de volgende uitgangspunten:

- lichaamsbewustzijn als basis voor zelfregulatie;
- ervaringsgericht leren;
- toepassing binnen de dagelijkse werkpraktijk;
- ontwikkeling van arbeidsgerelateerde vaardigheden;
- structurele borging van het leerproces;
- voortdurende reflectie en evaluatie.

Deze uitgangspunten vormen gezamenlijk het fundament van het opleidingstraject.

10.4 Kwaliteitsbewaking

Alle onderdelen van het traject worden uitgevoerd volgens dezelfde methodische uitgangspunten.

Om de kwaliteit van de uitvoering te bewaken wordt gewerkt met:

- een vaste didactische opbouw;

- uniforme leerdoelen;
- gestandaardiseerde evaluatiemomenten;
- de Bodyfulness App als leerondersteuning;
- de Vitaliteitsindex (MML) voor nul- en eindmeting;
- periodieke evaluatie van de methodiek.

Hierdoor wordt gestreefd naar een consistente uitvoering van het opleidingstraject.

10.5 Begeleiders

Het traject wordt uitgevoerd door begeleiders die werken volgens de Bodyfulness-methodiek.

Zij zijn bekend met de leerdoelen, didactische uitgangspunten en werkwijze van het traject en passen deze toe binnen de uitvoering van de opleiding.

Door te werken vanuit één gezamenlijke methodische basis wordt de herkenbaarheid en kwaliteit van het leerproces ondersteund.

10.6 Doorontwikkeling

Bodyfulness wordt beschouwd als een methodiek die zich blijft ontwikkelen.

Nieuwe praktijkervaringen, evaluaties en relevante inzichten worden periodiek beoordeeld op hun bijdrage aan de verdere ontwikkeling van het traject.

Wijzigingen worden uitsluitend doorgevoerd wanneer deze aansluiten bij de uitgangspunten en doelstellingen van de methodiek en bijdragen aan de kwaliteit van het opleidingstraject.

10.7 Slotbeschouwing

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject waarin leren, ervaren, toepassen en borgen met elkaar zijn verbonden.

De methodiek ondersteunt organisaties bij het ontwikkelen van arbeidsgerelateerde vaardigheden die bijdragen aan duurzame inzetbaarheid en professioneel functioneren.

Door de combinatie van een duidelijke didactische structuur, praktijkgerichte toepassing, digitale ondersteuning, evaluatie en kwaliteitsbewaking vormt Bodyfulness een samenhangend opleidingstraject dat is ontworpen voor toepassing binnen organisaties.

Samenvatting hoofdstuk 10

Bodyfulness is een methodisch opgebouwd opleidingstraject dat voortdurend wordt geëvalueerd en doorontwikkeld. Door vaste leerdoelen, een geïntegreerde didactische aanpak, kwaliteitsbewaking en een gedeelde methodische werkwijze wordt gestreefd naar een consistente uitvoering en verdere ontwikkeling van de methodiek.

Disclaimer

Dit document beschrijft de beleidsmatige, opleidingskundige en organisatorische opbouw van het Bodyfulness-traject.

De inhoud is bedoeld ter informatie voor werkgevers, HR-professionals, beleidsadviseurs, inkopers en andere betrokkenen die inzicht willen krijgen in de opzet en positionering van het traject.

Aan de inhoud van dit document kunnen geen juridische of fiscale rechten worden ontleend.

De wijze waarop een organisatie Bodyfulness organisatorisch, arbeidsrechtelijk of fiscaal toepast, is afhankelijk van de specifieke feiten en omstandigheden, de geldende wet- en regelgeving en het interne beleid van de betreffende organisatie.

Bodyfulness doet geen uitspraken over de fiscale kwalificatie van individuele trajecten of de toepassing van specifieke wettelijke regelingen. Organisaties wordt geadviseerd om hierover, indien nodig, afstemming te zoeken met hun eigen HR-adviseur, salarisadministratie, fiscalist of juridisch adviseur.

Bodyfulness is ontwikkeld als een werkgericht blended opleidingstraject. Het programma is gericht op het ontwikkelen van arbeidsgerelateerde vaardigheden en is niet bedoeld als medische behandeling, therapie of vervanging van reguliere gezondheidszorg.

Colofon

Titel	Bodyfulness – Beleidsmatige, opleidingskundige en organisatorische onderbouwing
Subtitel	Werkgericht blended opleidingstraject voor duurzame inzetbaarheid en professionele ontwikkeling
Auteur	Ronald Bouter
Organisatie	dOorsprong / Bodyfulness
Versie	1.0
Website	www.bodyfulness.nl
Vormgeving	[naam grafisch ontwerper invullen]

© Bodyfulness / dOorsprong. Alle rechten voorbehouden.