

Zoek je collega's op en wandel tijdens je werkdag!

Een weeting (Walk your meeting) kan op verschillende manieren.

Je kunt samen met een collega wandelend overleggen, in je eentje 'brainwalken' of bellend overleggen terwijl je een ommetje maakt.

Pak de trap in plaats van de lift.

Kleine moeite toch? Dat kleine beetje extra beweging zal je goed doen.

Een weeting valt zelden in het water. Het regent in Nederland maar 7,5% van de tijd. Ziet de lucht er dreigend uit, raadpleeg de buienradar en pak een paraplu!

Wat doe jij op de Wandel tijdens je werkdag?



#wandeltijdensjewerkdag

Scan de QR code, zet jouw activiteit op de kaart en inspireer elkaar!

**WANDEL
TIJDENS JE
WERK
DAG**