

## Wellnomics Wellbeing software

Wellbeing software is vitaliteits-/pauzesoftware voor het verbeteren van de productiviteit en welzijn van beeldschermwerkers, zowel thuis als op kantoor. Wellbeing software helpt herinneren om tijdens de werkdag regelmatig te bewegen en computerwerk af te wisselen met ontspanning en beweging.

Aanvullend zijn een aantal onderdelen toegevoegd aan het softwarepakket die bijdragen aan meer vitaliteit en welzijn.

### Voordelen van het gebruik van Wellbeing software

- **Pauzes en beweging.** Kom in beweging met wellbeing, de software helpt herinneren en toont Gezond werken tips en HD workouts
- **Persoonlijke instellingen.** De pauzemeldingen zijn naar eigen wens in te stellen voor duur, interval en uitvoering, keuze uit presets is ook mogelijk. Je kunt altijd gewoon door blijven werken.
- **Persoonlijke terugkoppeling.** Uitgebreide persoonlijke terugkoppeling met aanbevelingen voor gezonder werken
- **Zit-sta software** voor het optimaal gebruiken van zit-stabureaus
- **Ergonomie training** gezond werken voldoet aan voorlichtingsplicht werkgever
- **Richt je werkplek goed in** met Online werkplekonderzoek voor thuis en op kantoor
- **Vragenlijsten met persoonlijke aanbevelingen.** Vragenlijsten klachten, werkdruk en werkstress inclusief aanbevelingen voor gezonder werken
- **Wellbeing scoretrend.** Volg of je gezonder bent gaan werken afgelopen maand-kwartaal-jaar
- **Geanonimiseerde managementrapportages;** monitor de vitaliteit binnen de organisatie met objectieve rapportages
- **Wetenschappelijk onderbouwd**
- Keuze uit de genoemde onderdelen is mogelijk, deze kunnen naar wens worden in- of uitgeschakeld.



De effectiviteit van Wellnomics is wetenschappelijk onderbouwd en in de praktijk gevalideerd. Wereldwijd maken meer dan een miljoen werknemers dagelijks gebruik van de software. Beschikbaar voor zowel Windows als Mac, is Wellbeing een bewezen, schaalbare oplossing om duurzame inzetbaarheid te bevorderen en voor geconcentreerd en productief beeldschermwerken.

[Lees hier meer over Wellnomics Wellbeing software](#)