

Samenhang tussen uw gezondheid, leefstijl, denken, waarnemen, voelen en doen
Wat wordt er precies gemeten?

Dit zijn de aspecten die de Body & Mind Scan in kaart brengt:

1. De werking van de vitale orgaansystemen als hart, longen, nieren, lever, darmen en de hersenen (stress).

2. De functionaliteit van het bewegingsapparaat en de hormoonhuishouding

3. Parameters als de Body Mass Index, het cholesterol, de bloeddruk, het bloedsuiker, het zuurbasis evenwicht (ivm verzuring), de vochtbalans en het energieniveau.

4. Screening van gezondheidsrisico's

5. Screening van uw leefstijl

6. Uw denkstijl als basis van uw gedrag, met hierin:

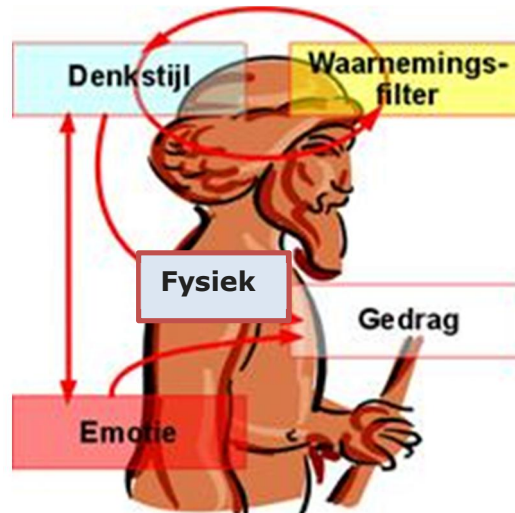
* Proactief of reactief?
Ben ik meer een doener of een denker? Neem ik snel initiatief of overweeg ik eerst verschillende kanten van de zaak?

* Naartoe of weg van?
Word ik geleid door de doelen die ik wil bereiken? Of wil ik vooral problemen oplossen en moeilijkheden voorkomen?

* Interne of externe referentie?
Ga ik af op mijn eigen normen en waarden of ga ik op anderen af om te weten wat goed of fout is?

De Body & Mind Scan

Uw persoonlijke fysieke en mentale screening



- Klantvriendelijk, professionele interpretatie en deskundige advisering
- Gebaseerd op de nieuwste wetenschappelijke inzichten: valide en betrouwbaar
- Persoonlijke, snelle rapportage. Monitoring op effect
- Draagt bij aan duurzame inzetbaarheid

Optimale aandacht voor het welzijn en de inzetbaarheid van u en uw medewerkers is op elk niveau in uw organisatie belangrijk. Zeker gezien de maatschappelijke ontwikkeling waarbij uw medewerkers langer doorwerken en daarmee inzetbaar willen zijn en blijven.

Zelf verantwoordelijkheid nemen voor lichamelijk welbevinden, inzetbaarheid, groei en ontwikkeling is daarbij van groot belang.

Dit vraagt van uw medewerkers dat zij zelf regie nemen op hun eigen loopbaan en inzetbaarheid.

U als werkgever kunt uw medewerkers hierbij faciliteren door effectieve interventies in te zetten. De Body & Mind Scan is daar een voorbeeld van.

Deze hoogwaardige scan, die gebaseerd is op de nieuwste wetenschappelijke inzichten geeft een totale screening van de persoonlijke gezondheid, de leef-, denk-, en de gedragsstijl.

De Body & Mind Scan verhoogt het bewustzijn van persoonlijk welbevinden en gedrag. De scan creëert inzicht en leidt tot praktische handvaten ten behoeve van gerichte en effectieve acties, die aansluiten op de persoonlijke verantwoordelijkheid van uw medewerker ten aanzien van eigen inzetbaarheid.

Het resultaat is voor u zichtbaar in gemotiveerde medewerkers, die actief en duurzaam bijdragen aan uw bedrijfsdoelstellingen.

De Body & Mind Scan is een co-productie van Medica Plus en Bouwer Management & Coaching

* Opties of procedures?
Denk ik meer in keuzemogelijkheden of denk ik meer in stappenplannen?

* Voldoet wel of voldoet niet?
Richt ik mijn aandacht op wat er goed gaat en wat er klopt of richt ik mijn aandacht op wat er niet goed gaat en wat er niet klopt?⁶ Controle binnen of buiten zelf? Heb ik het idee dat ik mijn omgeving bepaal, of denk ik dat mijn omgeving mij bepaalt?

* Handhaving, ontwikkeling of verandering?
Houd ik van stabiliteit, houd ik van geleidelijke verandering of houd ik van snelle verandering?

* Globaal of specifiek?
Denk ik in grote lijnen of let ik op de details?

* Mensen, activiteiten of informatie?
Wat vind ik het belangrijkste? Relaties, handelingen of gegevens?

* Concept, structuur of gebruik?
Ben ik meer bezig met de essentie, met de samenhang of met de toepassing in de praktijk?

* Samen, nabijheid of alleen?
Houd ik van hechte samenwerkingsverbanden, van lossere teams of doe ik het liever helemaal alleen?

* Heden, verleden of toekomst?
Op welke van deze drie tijdsfactoren ben ik het meest gericht?

* Visueel, auditief of kinesthetisch?
Denk ik meer in beelden, meer in geluiden of meer in gevoelens?

Hoe werkt de Body Scan?

De Body Scan screent de functie van de (vitale) orgaansystemen (o.a. hart, longen, darmen en immuunsysteem). Tevens meet het de hersenfunctie (stress), de spieren & gewrichten en de mineralen- en hormoonhuishouding. Daarnaast meet het op een niet-invasieve manier belangrijke parameters als cholesterol, glucose, de bloeddruk & BMI, de vochtbalans, het zuur-base evenwicht (i.v.m. verzuring) en het energieniveau in het lichaam.

De Body Scan is gebaseerd op een innovatieve en wetenschappelijk gefundeerde methode om de risico's van iemands gezondheid op te sporen (Electro Interstitial Scan). In vijf minuten screent dit apparaat middels zes afleidingen (voorhoofd, handpalmen en voetzolen) het lichaam en verschijnt er een grafiek waarbij de gesteldheid van bovengenoemde organen & parameters wordt weergegeven. Het is een snelle en niet-invasieve methode. De resultaten worden digitaal opgeslagen.

Hiermee wordt inzicht verkregen op de risico's op het gebied van de gezondheid.

Hoe werkt de Mind Scan?

De Mind Scan (Mind Sonar) is een methode waarmee denkstijlen gemeten worden.

Deze scan is een soort röntgenapparaat voor het menselijk denken. Het gaat op zoek naar gedragspatronen: de scan geeft inzicht in hoe u denkt.

Dit heeft namelijk een direct effect op dát wat u belangrijk vindt, dáár waar u voor gaat, uw wijze van samenwerken en uw persoonlijk functioneren.

De Mind Scan is een online internet programma. Het legt u vragen en keuzes voor. Zo zoekt het naar patronen in hoe u denkt. Het geeft uw persoonlijke denkstijl weer in dertien facetten of dimensies, ook wel metaprogramma's genoemd. Van die patronen worden grafieken en een rapportage gemaakt, waarbij ook uw reactietijd wordt verwerkt.

De Mind Scan meet uw denkstijl altijd voor een bepaalde situatie (context). Deze context wordt door u aangegeven, zodra u de test start. Een andere situatie kan andere resultaten opleveren. Wij gaan er namelijk vanuit dat u in verschillende situaties heel verschillend kunt denken.

Deze gevalideerde en betrouwbare scan is ontwikkeld in samenwerking met de Universiteit van Nijmegen en het Instituut voor Eclectische Psychologie.

PRAKTISCH

De Body & Mind Scan wordt uitgevoerd door artsen en gecertificeerde deskundigen. Het consult bestaat uit twee delen:

1. De afname van de Body Scan inclusief analyse, uitleg en advisering. De resultaten worden in een persoonlijke rapportage vastgelegd.

2. De afname van de Mind Scan, inclusief interpretatie en een verbinding van de resultaten met uw dagelijkse praktijk. De resultaten worden in een persoonlijke rapportage vastgelegd. Op verzoek is een groepsrapportage mogelijk.

Tijdsduur: 2,5 uur, exclusief de (vooraf) online invulling van vragenlijst en Mind Scan.

De investering bedraagt € 510,- per persoon. Funding vanuit de Zorgverzekeraar behoort tot de mogelijkheden.

De Body & Mind Scan is een co-productie van Medica Plus en Bouwer Management & Coaching

<http://www.medicaplus.nl>
www.Bouwer-ManagementenCoaching.nl