

tot straks...

WEETING IN ARNHEM GELDERSE POORT MAAKT RUIMTE VOOR BEWEGING

Weeting (walking meeting) maakt overleggen productiever, creatiever en gezonder. Deze routekaart wijst je de weg naar wandelend vergaderen. Neem je overleg mee naar buiten en start ook met weeting.

DIT KAN ALLEMAAL WANDELEND:

- periodiek overleg
- belronde
- brainstorm
- functioneringsgesprek
- sollicitatiegesprek
- lastig vraagstuk oplossen
- break-out sessie workshop
- korte ad-hoc overleggen
- kennismaking



GREEN VERRASSEND DICHTBIJ

Rondje door Park Elderveld, geschikt voor 2 tot 3 personen. Inkorten? Sla vóór het viaduct linksaf.

markante punten onderweg:

1. Viaduct Elderhof
2. Brug
3. Speeltuin Spelderveld

HOOFDRUTE 3KM / SHORTCUT 1,2KM

45-27
MINUTEN



Scan voor digitale navigatie

RONDJE CIRCUIT

Ideaal voor een kort ad-hoc overleg of President's Walk.

HOOFDRUTE 0,75KM / 11 MIN.



RONDJE PARK ZUIDERVELD

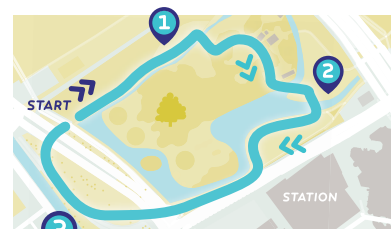
Een groen rondje voor een frisse blik. Let op: route loopt deels over het fietspad.

markante punten onderweg:

1. Ingang park
2. Ingang Park Zuiderveld
3. Jeu-de-boulesbaan

HOOFDRUTE 1,2KM

18
MINUTEN



markante punten verdeeld over de route helpen met oriëntatie en gevoel van tijd.

lopen maakt je productiever, creatiever en gezonder



WERKEN BEWEGING

PRESIDENT'S WALK

Soms heb je geen idee hoelang een gesprek moet duren. Obama had hier een mooie oplossing voor: hij liep met zijn adviseurs net zo lang rondjes om de vijver van het Witte Huis totdat het probleem was opgelost. Goed idee, want na een kleine wandeling ben je creatiever en 70% besluitvaardiger. Hoeveel rondjes hebben jullie nodig? Ook geschikt als belronde.

8
MINUTEN



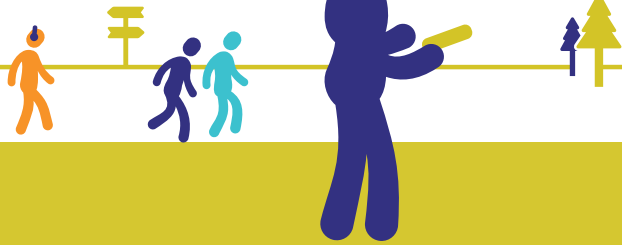
Nederlandse werknemers zitten gemiddeld 9 uur per dag.



Arnhem ligt aan je voeten



Zet je hele afdeling op straat.



zo maak je aantekeningen onderweg

- schrijf onderweg in een notitieboekje of op je mobiel
- gebruik de dictafoon of voice to text app op je mobiel
- noteer aan het eind, samen zittend, de belangrijkste conclusies en acties
- zet direct na het overleg afspraken even op de mail



PARK ZUIDERVELD Arnhem

zullen we ons overleg wandelend doen? prima idee!



loop eens buiten de gebaande paden



WANDELLEN WERKT IN JE VOORDEEL

- bewegen maakt je tot wel 60% creatiever
- wandelen en een groene omgeving zorgen allebei voor minder stress
- bewegen maakt je productiever
- na een wandeling ben je 70% besluitvaardiger
- na een half uur lopen voel je je 23% energiever
- ook een pauzerondje is productief. het 'default-netwerk' van je brein verwerkt informatie.



PRODUCTIEVER • CREATIEVER • GEZONDER

groen is gezond



WEETING

Weeting is een samenvoeging van 'walking' en 'meeting'. Een wandeloverleg om samen iets te bespreken, te leren of te besluiten.

De route inspireert, de buitenlucht houdt deelnemers scherp en lopen maakt je overleg effectiever.

7 tips voor een top weeting

- 1 plan een weeting vooraf
- 2 verspreid vergaderstukken op tijd
- 3 verken de route vooraf een keer (leuke lunchwandeling)
- 4 ga met 2 tot 3 personen wandelen
- 5 trek schoenen aan die lekker lopen
- 6 neem geen zware tas mee
- 7 drink vooraf iets of neem iets mee



GELDERSE POORT Arnhem

deze weetingkaart is een uitgave van:

WERKEN BEWEGING

in samenwerking met haar partners:



WANDELNET Altijd in beweging

bron: weeting.nl