



### **Vitale inwoners.**

*Stichting Sociale Duurzaamheid Horst aan de Maas is ontstaan uit RKSv Wittenhorst en HTC en vanuit deze stichting wordt het project Vitaal Meedoen geïnitieerd en gefaciliteerd. De gemeente Horst aan de Maas streeft naar vitale inwoners die allemaal meedoen in de samenleving. Bij het project Vitaal Meedoen ligt de nadruk op bewegen, gezondheid welzijn en sociale betrokkenheid van de deelnemers. Het programma is het hele jaar door actief en deelnemers kunnen flexibel instromen. Basis is het programma "Mijn positieve Gezondheid". Wij zijn voor de uitbreiding van ons team op zoek naar een **gemotiveerde en enthousiaste wandelcoach** die groepen begeleidt bij het verbeteren van hun fysieke gezondheid en leefstijl. Je werkt met diverse doelgroepen, die behoefte hebben aan persoonlijke aandacht en begeleiding om in beweging te komen of te blijven. Jij weet hen op een positieve en uitdagende manier te motiveren.*

Een **wandelcoach** is een coach die wandelingen in de natuur gebruikt als onderdeel van het coaching proces. De functie combineert elementen van traditionele coaching met de voordelen van wandelen en buiten zijn.

### **Belangrijkste taken van de wandelcoach:**

#### **1. Cliënten helpen bij:**

- Loopbaanvragen (richting, balans werk/privé)
- Persoonlijke ontwikkeling (zelfvertrouwen, grenzen aangeven)

#### **2. Voordelen wandel coaching:**

- Gesprekken vinden plaats al wandelend in de natuur.
- Minder formeel en confronterend dan een gesprek in een kantoorruimte.
- Buiten zijn heeft een bewezen positief effect op stemming en gezondheid.

#### **3. Vaardigheden van een wandelcoach**

- Sterke coaching vaardigheden (luisteren, vragen stellen, confronteren waar nodig)

### **Vergoeding:**

- Je krijgt een vergoeding per dagdeel.

### **Info:**

- Voor nadere info functie kun je contact opnemen met Hay Emonts 06-51170323 of [info@vitaalmeedoen.nl](mailto:info@vitaalmeedoen.nl)

- Voor nadere info over vergoeding met Jan Tax, penningmeester 06-18606379