



REMO-FRIT

"Een uitwisseling van ideeën met andere bedrijven is een aanrader."

Waarom doet uw bedrijf mee aan Jobfit KMO?

Iedereen kent het gezegde 'een gezonde geest in een gezond lichaam'. Op de werkvloer leidt deze combinatie tot betere werkprestaties. Wij willen ons als bedrijf hier meer voor inzetten, het biedt voor zowel werknemer als werkgever niets dan voordelen.

Een gezondheidsproject /beleid vraagt specifieke deskundigheid. Hoe zou Jobfit KMO hierbij kunnen helpen?

Vooreerst is een deskundige voorlichting voor al het personeel nodig. Verder is een uitwisseling van ideeën met andere bedrijven een aanrader.

KMO's hebben wellicht beperkte middelen voor gezondheidsactiviteiten of een gezondheidsproject. Toch gaat u van start, hoe zal uw bedrijf dit aanpakken?

Als bedrijf doen we een oproep aan alle personeelsleden om zich hiervoor te engageren. Nadien maken we een werkgroepje, samengesteld uit mannen en vrouwen van verschillende leeftijdscategorieën, dat verantwoordelijk is voor de verdere concrete invullingen. Bedoeling is dat we elke werknemer individueel aanmoedigen om zoveel mogelijk te bewegen, gecombineerd met een gezonde voeding. Hiervoor zullen we flyers en folders verspreiden met de doelstellingen en de geplande activiteiten.

Gezondheidsactiviteiten of een gezondheidsproject moeten aanvaardbaar zijn voor uw medewerkers. Hoe zou een activiteit of project eruit moeten zien zodat dit aanslaat bij uw werknemers?

Personeelsleden aanmoedigen om zoveel mogelijk met de fiets naar het werk te komen, is een mogelijkheid. Verder kunnen we een fietstocht plannen, loopwedstrijden organiseren en hiervoor gezamenlijk trainen. Er kan ook een voetbaltornooi met de verschillende bedrijven uit de buurt georganiseerd worden. We kunnen onze personeelsleden stimuleren om samen deel te nemen aan bestaande sportevenementen, zoals de 10 Miles, de Verrebroek run of de Dodentocht. Werknemers die recreatief aan sport doen zouden hun collega's kunnen uitnodigen om hen aan te moedigen en ze op die manier laten kennismaken met verschillende sporten.

Wat gaat uw bedrijf concreet doen met Jobfit KMO?

We verspreiden een gezonde voedingscurve. Meer fruit te eten hoort er ook bij. We zullen dan ook op regelmatige tijdstippen appels en peren ter beschikking stellen. Het fruit kan zo ook het gebak bij verjaardagen vervangen.