



# jobfit kmo

Gezond eten en bewegen op het werk

**vigez**  
thuis in gezond leven.

**FEVIA**  
Vlaanderen  
Federatie Voedingsindustrie

Met steun van de  
Vlaamse overheid 

## Jobfit KMO voor de voedingsindustrie

FEVIA Vlaanderen levert al jaren samen met het VIGeZ inspanningen om bedrijven warm te maken voor een goed gezondheidsbeleid op de werkplek. Jobfit KMO houdt rekening met de specifieke noden en eisen van KMO's, aangezien deze bedrijven kenmerkend zijn voor de Vlaamse voedingssector. Het project wil bedrijfsleiders overtuigen en mogelijke drempels om te starten met een gezondheidsbeleid wegnemen.



Eén voordeel van dergelijk gezondheidsbeleid voor bedrijven is alvast duidelijk: meer creativiteit en productiviteit van de werknemers! Want een gezonde geest en een gezond lichaam gaan hand in hand.

Om de kans te maximaliseren dat deze doelstelling wordt behaald en omdat ieder bedrijf zijn eigenheid heeft, zal voor de deelnemende bedrijven een gezondheidsbeleid op maat worden opgesteld. Zo wil de voedingssector samen met het VIGeZ via Jobfit KMO de rol als bruggenbouwer opnieuw opnemen, om zo in te spelen op de gezondheidsnoden van onze maatschappij.

## Jobfit KMO, een duurzame aanpak



Wilt u werknemers langer en gemotiveerd aan het werk houden? Dan is een duurzaam bedrijfsbeleid nodig. Met gezondheidsbevordering in één van de hoofdrollen van het proactief HR-, welzijns-, diversiteits- of duurzaamheidsbeleid. Inzetten op uw mensen: Jobfit KMO helpt u hierbij. Bovendien vult u met Jobfit KMO het werkgelegenheidsplan voor oudere werknemers in dat sinds 2013 verplicht is.

Jobfit KMO ondersteunt kosteloos KMO's uit de voedingsindustrie bij het ontwikkelen van gezondheidsacties, een gezondheidsproject of -beleid rond evenwichtige voeding en lichaamsbeweging. Als bedrijf bepaalt u zelf hoever u wil gaan en op welke termijn u Jobfit KMO toepast op de werkvloer. Het maatwerk zorgt ervoor dat Jobfit KMO toegankelijk is voor bedrijven tot 250 werknemers, onafhankelijk van het beschikbare budget.

## Hoe werkt Jobfit KMO?

In september 2013 starten de Jobfit KMO-events. Uw bedrijf kan er meer informatie krijgen over het project en het belang van gezondheidsbevordering. Wanneer uw bedrijf beslist om acties of een project op te starten of te verbeteren, kan u zich inschrijven voor Jobfit KMO. Een analyse-instrument op [www.jobfitkmo.be](http://www.jobfitkmo.be) helpt u een analyse te maken van het aanbod evenwichtige voeding en lichaamsbeweging in uw bedrijf.

Op basis hiervan krijgt u een overzicht van de knelpunten waar uw bedrijf mee aan de slag kan. Jobfit KMO biedt vervolgens een leertraject aan waarbij u stapsgewijs wordt begeleid bij het uittekenen van een actieplan op maat van uw KMO.

De uitvoering van dit actieplan wordt ondersteund door nuttige tips & tricks voor de werkgever en ook door praktische 'lijftijd-tools' om de werknemers te motiveren tot een gezonde leefstijl. Het verloop en de effecten van het project worden nagegaan door verschillende evaluatietools en in een rapport gegoten. Dit maakt het mogelijk om acties of het project bij te sturen zodat het steeds meer bij uw specifieke onderneming past.

## Volgende bedrijven gaan alvast van start met Jobfit KMO.

Laat u inspireren door hun argumenten.



### ROBERTET SAVOURY

**“Zelfs met beperkte middelen zijn interessante projecten mogelijk.”**

#### 1. Waarom doet uw bedrijf mee aan Jobfit KMO?

De voedingssector heeft een maatschappelijke voorbeeldfunctie wat betreft gezonde voedingsgewoonten, en bij uitbreiding een gezonde levensstijl. Ons bedrijf Robertet Savoury wil dit in de eerste plaats toepassen op zijn werknemers zelf.

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

We willen als KMO een actief en preventief gezondheidsbeleid. Robertet Savoury is echter te klein om daar veel tijd en veel 'resources' in te steken. Vandaar dat assistentie door een ervaren organisatie of via een project welkom is.

Een status opmaken van de voedingsgewoonten en lichamelijke gesteldheid van onze werknemers vraagt naast de normale dagtaken al grote inspanningen. Ideeën aanbrengen voor een project of ons in contact brengen met andere bedrijven is een mogelijke taak van Jobfit KMO.

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

Wij gaan van start - of beter gezegd, wij gaan verder - met initiatieven voor ons gezondheidsbeleid omdat wij denken dat zelfs met beperkte middelen interessante projecten mogelijk zijn.

Tot nu toe werden een aantal zaken gewoon 'ad hoc' aangepakt, met mooie resultaten, maar we zoeken naar een meer structurele aanpak. Voor een meer 'professionele' aanpak rekenen we eerlijk gezegd op Jobfit KMO. Het statusrapport en de tools zullen waarschijnlijk een belangrijke hulp zijn om nieuwe ideeën en initiatieven naar voor te brengen.

### **4. 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?**

Werknemers mogen inzien dat de werkgever meer wil dan dat men hier enkel komt om te werken, maar dat hij ook bezorgd is om de gezondheidstoestand van zijn medewerkers en hun gezin.

Dit kan niet enkel door mooie brochures uit te delen of door vergaderingen te organiseren met grote woorden en beloftes. Er moeten concrete en aangename activiteiten worden georganiseerd, zodat de werknemers beseffen dat dit een duidelijk en zichtbaar project is van de werkgever. Het is belangrijk dat we uitleggen waarom we een initiatief nemen, dat het initiatief op een voor iedereen aanvaardbare manier genomen wordt, eventueel met inspraak in de organisatie en de planning, en dat ten slotte ook een rapportage gebeurt naar alle partijen van wat het initiatief opgeleverd heeft. De participatiegraad van de werknemers zal een duidelijke parameter zijn om het succes van een activiteit in te schatten.

### **5. Wat gaat uw bedrijf concreet doen met Jobfit KMO?**

Als ambassadeur willen wij helpen om het project een zo groot mogelijke basis te geven. We communiceren het naar onze klanten en leveranciers, laten het opnemen in de agenda's van alle werkgroepen en sub-federaties die onder FEVIA Vlaanderen vallen. We kunnen ook getuigenissen afleggen van de initiatieven die we al namen en van de projecten die we nog plannen. Verder willen wij op een actieve manier deelnemen aan het Jobfit KMO-project, aanwezig zijn op de evenementen, instappen in het leertraject en de resultaten ervan rapporteren.



## LOTUS BAKERIES

**“Gezonde medewerkers zijn ook goed voor de gezondheid van het bedrijf.”**

### **1. Waarom doet uw bedrijf mee aan Jobfit KMO? Wat was het doorslaggevend argument?**

Eén van de pijlers van ons duurzaamheidsbeleid 'care for today – respect for tomorrow' is het welzijn van onze medewerkers. Hierbinnen passen perfect initiatieven rond meer beweging op en via het werk, en een gezonde voeding.

We beseffen als bedrijf zeer goed dat 'gezonde' medewerkers ook goed zijn voor de 'gezondheid' van ons bedrijf.

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

Het is belangrijk om over advies en tools te beschikken die de juiste aanpak ondersteunen, zodat er een effectief gezondheidsbeleid in ons bedrijf kan gerealiseerd worden. Een bedrijfsoverkoepelende ondersteuning en het delen van informatie via Jobfit KMO heeft hierbij zeker een grote toegevoegde waarde.

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

De zorg voor onze medewerkers zit al lang in het DNA van onze onderneming. We hebben op dit vlak al initiatieven genomen en de ondersteuning van Jobfit KMO zal dit alleen nog maar versterken.

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

Een gevarieerd aanbod, leuke initiatieven die de medewerkers aanspreken, tijdige consultatie en inspraak van de medewerkers, ... zijn zeker elementen die een groot draagvlak kunnen bieden. Uiteindelijk moeten onze medewerkers hier spontaan en graag aan deelnemen om succesvol te zijn.

### **5. Wat gaat uw bedrijf concreet doen met Jobfit KMO?**

We gaan zeker de aangeboden tools en advies gebruiken om ons gezondheidsbeleid aan te scherpen. Wij denken hierbij aan het aanbieden van bewegingsinitiatieven in groep 'start to move', verder promoten van woon-werkverkeer per fiets en voorzien van gezonde snacks zoals fruit.



## REMO-FRIT

**“Een uitwisseling van ideeën met andere bedrijven is een aanrader.”**

### **1. 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.

### **2. 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.

### **3. 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.

### **4. Gezondheidsactiviteiten of een gezondheidsproject moet 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.

### **5. Wat gaat uw bedrijf concreet doen met Jobfit KMO?**

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



## LA WILLIAM

**“Het is belangrijk dat activiteiten passen binnen een gezond evenwicht tussen vrije tijd en werk.”**

### **1. Waarom doet uw bedrijf mee aan Jobfit KMO?**

We vinden het project zeer goed passen in de waarden van ons bedrijf. Binnen deze waarden neemt verantwoordelijkheid opnemen een belangrijke plaats in. We zijn er ook van overtuigd dat werknemers die vreugde beleven aan hun werk en persoonlijk groeien mee het bedrijf sterker maken. Als bedrijf meehelpen aan een bewuste en gezonde levensstijl maakt dit concreet.

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

We verwachten van Jobfit KMO dat het ons helpt om de betrokkenheid van onze werknemers en de dynamiek hierrond te verstevigen, waarbij voorstellen van activiteiten van onderuit gestimuleerd worden.

Verder rekenen we er op dat Jobfit KMO de activiteiten helpt te kaderen in een breder HRM-beleid en waar nodig ook wetenschappelijke onderbouw aanbrengt, zodat we gefundeerde keuzes kunnen maken tussen activiteiten. Het begeleiden van de organisatie van de activiteiten is uitermate belangrijk om er voor te zorgen dat ook binnen onze KMO de uitwerking op een professionele wijze gebeurt.

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

We hebben een beperkte en goede ervaring met afzonderlijke initiatieven. Er is zeker een draagvlak om dit verder te zetten . We zullen een werkgroep vormen als aanspreekpunt en drijvende kracht.

### **4. 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?**

Het is belangrijk dat de fysieke belasting van de activiteiten aangepast is aan de individuele wensen en mogelijkheden van elke werknemer en dat ze passen binnen een gezond evenwicht tussen vrije tijd en werk. Naarmate het project en de activiteiten meer een teamvormend karakter hebben, zullen ze ook meer gedragen worden.

### **5. Wat gaat uw bedrijf concreet doen met Jobfit KMO?**

Intern zullen we communiceren, motiveren en activiteiten organiseren. Als ambassadeur zullen we meewerken en voorstellen doen om Jobfit KMO zowel binnen als buiten de voedingsindustrie kenbaar te maken aan (nieuwe) werknemers en resultaten communiceren.



## ALPRO

**“De meeste initiatieven hoeven niet eens veel te kosten en stimuleren nog meer de teamspirit onder de werknemers.”**

### 1. **Waarom doet uw bedrijf mee aan Jobfit KMO?**

Als wij zien hoe belangrijk een 'healthy body and mind' zijn voor elk van ons, dan zien wij het ook als onze taak om niet alleen duurzame plantaardige voedingsproducten te maken, maar ook om duurzaam om te gaan met onze werknemers. Andere bedrijven inspireren en motiveren voor leuke, eenvoudige en gezonde initiatieven binnen de werkomgeving, is dan ook ons eerste doel. Daarnaast zijn we ook nieuwsgierig om te horen hoe andere bedrijven hiermee omgaan en vernemen we vermoedelijk een aantal succesvolle voorbeelden van collega's..

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

Door het creëren van een breder platform waardoor het delen van praktijkvoorbeelden makkelijk wordt, waarbij communicatie toolkits rond voedingsgewoonten kunnen worden gedeeld en misschien zelfs gezamenlijke regionale initiatieven tussen bedrijven mogelijk kunnen worden.

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

Gezondheid en duurzaamheid zit reeds in de genen van onze bedrijfscultuur en onze mensen. De concrete initiatieven ontstaan dan ook veelal spontaan vanuit de werknemers zelf. Bovendien beschikken wij over een intern platform om deze initiatieven te delen, te promoten en nadien van applaus te voorzien. Top-down nemen werknemers enthousiast deel. Bovendien hoeven de meeste van deze initiatieven niet eens veel te kosten en stimuleren ze nog meer de teamspirit onder de werknemers.

### 4. **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?**

Gerichte leuke initiatieven waarvoor zoveel mogelijk werknemers warm lopen en met veel interactie tussen departementen.

### 5. **Wat gaat uw bedrijf concreet doen met Jobfit KMO?**

Verder sport events organiseren, transport per fiets en openbaar vervoer promoten, gezondheidstips aanreiken voor thuis en op het werk. Caring for Healthy Body and Mind!



## JOBFIT KMO-EVENTS

- Is uw bedrijf een KMO uit de voedingssector?
- Wilt uw bedrijf zich inzetten voor gezondheid op het werk?
- Bent u benieuwd hoe andere KMO's dit aanpakken?

Kom dan naar de Jobfit KMO-events. Verschillende gastsprekers lichten toe wat Jobfit KMO voor uw bedrijf kan betekenen. U verneemt bovendien de motivatie en ervaringen van andere KMO's om in te zetten op evenwichtige voeding en lichaamsbeweging.

### Schrijf nu in voor het Jobfit KMO-event in uw regio!

- ☞ **17 september 2013 in Antwerpen** (ALM, Berchem)  
*met Jozef Van Remoortel, Chief Executive Officer Remo-frit*  
*met Marc De Greef, CEO Prevent, Instituut voor Preventie en Welzijn op het Werk*
- ☞ **18 september 2013 in Limburg** (Intermotel, Lummen)  
*met Philip Van Den Broecke, Managing Director Industry Robertet Savoury*  
*met Marc De Greef, CEO Prevent, Instituut voor Preventie en Welzijn op het Werk*
- ☞ **24 september 2013 in Vlaams-Brabant** (De Montil, Affligem)  
*met Johan Peeters, Managing Director La William*  
*met Xavier Gellynck, Hoofd Div. Agri-Food Marketing and Chain Management aan de Universiteit Gent*
- ☞ **25 september 2013 in Oost-Vlaanderen** (Archipel Business Center, Zwijnaarde)  
*met Jan Vander Stichele, Executive Director Lotus Bakeries*  
*met Xavier Gellynck, Hoofd Div. Agri-Food Marketing and Chain Management aan de Universiteit Gent*
- ☞ **1 oktober 2013 in West-Vlaanderen** (Vlaams Huis van de Voeding, Roeselare)  
*met Bernard Deryckere, Chief Executive Officer Alpro of Ann De Jaeger, Head of Corporate Communications Alpro*  
*met Brigitte Smessaert, curator Miummm en coördinator RESOC|SERR Midden-West-Vlaanderen*

**Telkens van 15.30 u. tot 18.00 u. met aansluitend receptie en netwerking.**

Voor info, programma en inschrijving kan u terecht op [www.jobfitkmo.be](http://www.jobfitkmo.be) of bij

Sanne Noens  
Projectmedewerker Jobfit KMO  
*Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw*

G. Schildknechtstraat 9  
1020 Brussel  
**sanne.noens@vigez.be**

☎ 02 422 49 57

📄 02 422 49 59





# jobfit kmo

Gezond eten en bewegen op het werk

**vigez**  
thuis in gezond leven.

**FEVIA**  
Vlaanderen  
Federatie Voedingsindustrie

Met steun van de  
Vlaamse overheid

