

## **VOORLICHTING**

### **Welke educatie- en sensibilisatie-activiteiten onderneemt uw bedrijf rond voeding en beweging?**

#### **Algemeen**

- Wordt er voorlichting georganiseerd rond voeding en beweging voor de medewerkers?
- Wordt er op elk personeelsniveau (afdeling, ploeg, ...) voorlichting gegeven over evenwichtig eten en voldoende beweging?
- Wordt de voorlichting periodiek georganiseerd?
- Zijn voorlichtingsessies op aangepaste tijden toegankelijk, zodat medewerkers uit een ploegenstelsel hier ook aan kunnen deelnemen?

#### **Promotie voedingsaanbod**

- Staan eerstekeuzedranken of -tussendoortjes op ooghoogte of bovenaan in de automaat?
- Wordt de energiewaarde en/of voedingswaarde van de producten in de automaat vermeld?

#### **Promotie beweging**

- Wordt actief transport van en naar het werk gepromoot?
- Zet uw bedrijf uw medewerkers aan om actief woon-werkverkeer te combineren met het openbaar vervoer?
- Worden medewerkers met een flexibel uurrooster attent gemaakt op de mogelijkheid om actief naar het werk te komen?
- Wordt actief woon-werkverkeer, gericht op medewerkers in een ploegenstelsel, actief gepromoot?
- Wordt trapgebruik gepromoot? Zet uw bedrijf in op het ontmoedigen van liftgebruik?
- Wordt wandelen tijdens de werkpauze actief gepromoot?
- Wordt het gebruik van een ontspanningsruimte gepromoot?
- Worden er initiatieven genomen die indirect bewegen promoten?
- Onderneemt uw bedrijf initiatieven om bewegen in de vrije tijd te promoten?
- Sensibiliseert uw bedrijf medewerkers die van thuis uit werken tot extra beweegmomenten voor of na het thuiswerk?