

Gezond!

# Tien voornemens om Olympisch vuur aan te wakkeren

Als in 2028 de Olympische Spelen naar Nederland komen, moeten ook Nederlandse werknemers door het 'Olympisch vuur' in beweging zijn gebracht. Dat vindt een keur van het Nederlands bedrijfsleven dat heeft deelgenomen aan een door het Nederlands Instituut voor Sport en Beweging en Diabetes Fonds aangeboden werkdiner in het Olympisch Stadion.

Ronald Jas

Organisaties als KLM, Nederlandse Spoorwegen, Randstad, Fortis Bank, Achmea, Menzis en Arbo Unie willen de aanloop naar de Olympische Spelen benutten om te investeren in gezonde en bewegende werknemers met tien gezamenlijke voornemens. Deze werden feestelijk beklonken door de captains of industry.

Het motto van het Olympisch Plan 2028, 'Heel Nederland naar Olympisch niveau', zoals tijdens het werkdiner gepresenteerd door Gerben Eggink, kwartiermaker van het Olympisch Plan, wordt door de organisatoren NISB en Diabetes Fonds van harte onderschreven. Het betekent immers ook een gezondere toekomst voor Nederlandse werknemers, zonder diabetes. Dat is nodig, want uit de laatste onderzoeken (onder andere van het CBS) blijkt dat het aantal Nederlanders dat de Nederlandse Norm Gezond Bewegen haalt, de laatste jaren blijft steken op ongeveer 59 procent. Het Olympisch plan heeft de ambitie dat in 2016 75 procent van de Nederlanders – uit alle lagen van de bevolking – regelmatig sport. Daarvoor is nieuw elan nodig.

## Ambitie

Een hogere ambitie in het nastreven van de beweegnorm en het aantal mensen dat



Foto: Frank Bonnet/Diabetes Fonds/NISB

Roger van Boxtel, Sybilla Dekker, Gerben Eggink en Clémence Ross bekrachtigen de voornemens op de 'heilige grond' van het Olympisch Stadion

regelmatig sport betekent een hernieuwde strijd met de negatieve gevolgen van niet bewegen, zoals overgewicht, diabetes en andere ziekten en aandoeningen. Als er geen gezamenlijk preventief beleid komt waarin overheid en bedrijven de handen ineenslaan, worden de gevolgen daarvan de komende twintig jaar voelbaar in de arbeidsmarkt. De krimpende beroepsbevolking zal dan niet optimaal inzetbaar zijn om al het werk te doen en tegelijk te voorzien in de sterk stijgende zorgkosten door de vergrijzing. Door niet in te grijpen,

snijden overheden en bedrijven in hun eigen vlees. Maar de mate van urgentie lijkt bij zowel overheden als het bedrijfsleven nog niet voldoende te zijn doorgedrongen. Daarom nodigden beide organisaties diverse vertegenwoordigers van het bedrijfsleven, overheid en wetenschap uit om mee te helpen deze doelstelling de komende jaren vorm te geven.

## Rendement

Een belangrijke gevolgtrekking van de discussie is dat veel bedrijven niet op de

hoogte zijn van de mate waarin het stimuleren van bewegen van, naar en op het werk bijdraagt aan een beter bedrijfsresultaat. Cijfers uit TNO-onderzoek geven aan dat slechts geringe investeringen in een beter beweegklimaat op het werk, al kunnen leiden tot een aanzienlijke beperking van het verzuim en een beter rendement van werknemers.

De deelnemende bedrijven discussieerden ook over de enorme kansen die de aanloop naar de Olympische Spelen van 2028 – die Nederland op eigen bodem wil organiseren – biedt om een werkelijk 'Olympisch Vuur' te ontsteken in beweegbeleid voor werk-

nemers. Ongeacht of de Spelen – honderd jaar nadat deze voor het eerst in Nederland plaatsvonden in het Olympisch stadion van Amsterdam – daadwerkelijk in Nederland worden gehouden, wil het bedrijfsleven deze kansen nadrukkelijk benutten.

### Tien voornemens


Het resultaat van deze energieke avond zijn tien door de bedrijven zelf geformuleerde, concrete voornemens, op basis van vijf thema's:

- woon- en werkverkeer
- gedragsverandering werknemers binnen bedrijven

- het bedrijf en haar omgeving
- inrichting van gebouwen
- economische winst van investeren in gezondheid

De voornemens zijn in het kader verder uitgewerkt.

### Vervolg

NISB en Diabetes Fonds werken aan een vervolg waarin de tien voornemens zijn uitgewerkt tot concrete projectplannen. In de tussentijd worden nog meer bedrijven gezocht die aan het netwerk deel willen nemen, dat het Olympisch vuur op actieve wijze wil benutten voor gezondheid van werknemers. 

#### 1. Erkenning van bedrijven met actief beweegbeleid

Het is belangrijk om zichtbaar te maken welke bedrijven zich effectief inspinnen om werknemers meer te laten bewegen. Er moet een waarderingssysteem ontwikkeld worden, waarmee ook de Olympische gedachte verbonden kan worden aan bewegen op het werk.

#### 2. Schets een perspectief voor bedrijven voor de lange termijn om te laten zien wat bewegen van werknemers oplevert

Om bedrijven te overtuigen van hun aandeel in beweegbeleid en gezondheid van werknemers, is het nodig om een langetermijn-perspectief te schetsen dat laat zien wat bewegen van werknemers voor de totale beroepsbevolking oplevert. Daarom moeten drie lange termijn maatschappelijke scenario's worden uitgewerkt. (1) Bedrijven doen niks aan beweegbeleid, (2) bedrijven doen de helft van wat er mogelijk is, (3) bedrijven doen alles 'all the way'. Dergelijke scenario's kunnen bijvoorbeeld met hulp van het Sociaal-Cultureel Planbureau worden doorgerekend.

#### 3. Gezond gedrag het beste jong gevestigd: dus verplicht gymles voor iedereen op basisschool en voortgezet onderwijs

Gezond gedrag moet jong worden aangeleerd: verplichte gymles voor iedereen op basisschool en voortgezet onderwijs, waarbij het bedrijfsleven een actief stimulerende rol wil spelen.

#### 4. Structureel investeren in preventie loont: we gaan kosten en baten in één potje onderbrengen

Structureel investeren in preventie loont, maar is vaak niet zichtbaar omdat degene die investeert, de opbrengsten niet ontvangt of zelfs niet eens te zien krijgt. Kosten en baten moeten in één potje worden ondergebracht, zodat de opbrengsten zichtbaar worden. Dit vergt dat overheden, verzekeraars en andere bedrijven kiezen voor een nieuwe financieringsstructuur.

#### 5. Jaarlijkse award Stad van de Gezondheid

Er zou een jaarlijkse award moeten komen, gesponsord door het bedrijfsleven: "De gezonde stad/gemeente van het jaar".

#### 6. Wedstrijd "Welke wijk levert de Olympisch kampioen?"

In de aanloop naar de spelen zou een wedstrijd/actie kunnen worden georganiseerd 'Welke wijk of buurt levert de Olympisch kampioen'? De 'Wijkolympics' leveren dan verbinding op tussen de Nederlandse Olympiërs en de wijk waarin zij wonen. Dit heeft een bijzonder uitstralingseffect en brengt de spelen dichterbij de mensen.

#### 7. Landelijke implementatie van het nieuwe werken: centrale vraag is leidt het tot meer bewegen?

Bedrijven voelen behoefte aan een landelijke implementatie van 'het nieuwe werken' met specifieke aandacht voor bewegen. Deze nieuwe visie op werken wordt niet meer georganiseerd rond de vraag of het leidt tot gemak maar: leidt het tot meer beweging? Dit betekent een volledig andere kijk op inrichten van bedrijven, trappenhuisen, kantines, vergaderruimten.

#### 8. Landelijk in bedrijfsgebouwen klimaatsystemen op 18,5 graden celsius

Bedrijven willen zich inspinnen om een nationale norm voor de verwarming van bedrijfsgebouwen te ontwikkelen. Deze heeft als uitgangspunt om alle klimaatsystemen af te stellen op 18,5 graden Celsius (op dit moment is de gemiddelde kantoortemperatuur iets hoger). Dat bevordert persoonlijke efficiency en welbevinden, bewegeffectiviteit, duurzaamheid en energiebesparing.

#### 9. Elk bedrijf moet een plan van aanpak opstellen om de gezondheid van werknemers actief te bevorderen

Elk bedrijf moet een plan van aanpak opstellen om de gezondheid van werknemers actief te bevorderen. Bewegen moet een integraal onderdeel worden van het personeelsbeleid. Management heeft daarbij de lead door betrokkenheid te tonen en een voorbeeldfunctie te vervullen.

#### 10. Communiceren van de cijfers en de goede voorbeelden

Beschikbare rendementsopbrengsten moeten beter worden gecommuniceerd, cijfers en goede voorbeelden van bedrijven met succesvol beleid moeten sterker worden gecommuniceerd en gedeeld met elkaar.