

ARTIKEL

**Afzender:** Logo Brugge-Oostende vzw

**Auteur:** Logo Brugge-Oostende vzw

**Ideale publicatiemaand:** maart 2020

# No steps no glory, de 10.000 stappenclash tussen bedrijven

**No Steps No Glory  
Zet de gezondheid van je werknemers ‘op het spel’**

Bewegen is gezond; het maakt je hoofd leeg en geeft je meer energie. Als je regelmatig beweegt, ben je alerter, productiever, stressbestendiger, en neemt je jobtevredenheid toe. Bewegen is dubbel zo leuk als je het samen met je collega’s doet. Plezier, teamspirit en een goed bedrijfsimago gegarandeerd! Toch haalt slechts 30% de beweegnorm én zitten we gemiddeld meer dan 8 uur per dag. Ook het absenteïsme schiet de lucht in. Bedrijven zitten met de handen in het haar.   
Jo Vandenbergh, preventieadviseur bij Huize Levensruimte laat het hoofd niet hangen. Hij zet werknemers in beweging.

Het is juni 2016 wanneer Jo preventieadviseur wordt in Huize Levensruimte, een organisatie binnen de bijzondere jeugdzorg. Het preventiebeleid staat op dat moment op een laag pitje, maar Jo is vastbesloten hier verandering in te brengen. Om de gezondheid en veiligheid van Huize Levensruimte terug op de kaart te zetten, volgde hij een bijscholing ‘preventieadviseur’. Zijn ideeën werden eerder lauw onthaald en al snel kwam hij tot de conclusie dat preventie voor veel medewerkers een opgave is.   
Eind 2017 gooide Jo het over een andere boeg. Het nieuwe jaaractieplan 2018 werd geen plan meer, maar een JaarActieSpel. “We deelden de organisatie op in 4 teams. Zij gaan de competitie aan tijdens het JaarActieSpel. Elk team krijgt een teamcoach en samen met de teamcoaches zetten we de acties uit. We gaan voor 11 maanden, 11 acties en 1 winnaar. De thema’s zijn divers: complimenten geven, EHBO, brandveiligheid,….”

“Om beweging te stimuleren onder de werknemers gaven we iedereen in de organisatie als nieuwjaarscadeau een stappenteller. Niet veel later ontstond binnen één van de teams het idee om onze interne wedstrijd te koppelen aan “No Steps No Glory, een stappencompetitie tussen verschillende bedrijven. Als organisatie konden we dit idee enkel maar toejuichen. Onder het toeziend oog van ‘Coach Bruce’ maakten teams onderling whatsapp groepen om elkaar te motiverende met foto’s, filmpjes en berichtjes. Tijdens de wedstrijd kwam de competitieve geest van veel werknemers naar boven. Het aantal werknemers die met de fiets kwamen steeg enorm, enkelen waagden het erop om te voet te komen, er werden wandelingen georganiseerd,... Alles stond in het teken van bewegen.”

“Het is fantastisch om te zien hoe medewerkers helemaal opgaan in het spellen. Waar we vorig jaar thema’s als ergonomie niet van de grond kregen. Denken medewerkers nu na over hoe ze hun werkplek ergonomisch kunnen maken. Ze doen het voor de punten en de grote prijs die nog niet helemaal bekend is.”



