

Versterken van Vitaliteit



Healthy'R

Centrum voor gedrags-
onderzoek en ontwikkeling

Evaluatie van een vitaliteitsinterventie bij een Rotterdams werkontwikkelbedrijf

Aanleiding van het onderzoek

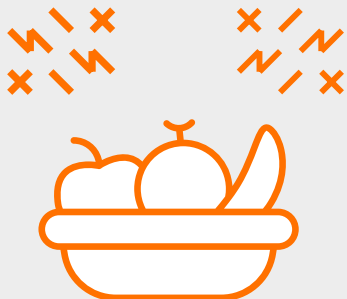
Werkontwikkelbedrijven zijn nodig zodat iedereen, met een kleine of grote ondersteuningsvraag, waardevol werk kan doen. Vitaliteit, als een combinatie van energie, veerkracht en motivatie, is bij deze doelgroep echter niet vanzelfsprekend, vanwege uiteenlopende (gezondheids-)uitdagingen. Er is sprake van een hoog ziekteverzuim en een deel van de medewerkers haalt het pensioen niet in goede gezondheid.

Bij het werkontwikkelbedrijf Rotterdam Inclusief is daarom een vitaliteitsaanbod ingericht, met als doel het welzijn van medewerkers te vergroten en duurzame inzetbaarheid te verbeteren. In dit onderzoek brengen wij in kaart wat dit vitaliteitsaanbod oplevert én waarom het werkt.

Rotterdam Inclusief

Rotterdam Inclusief is het officiële werkontwikkelbedrijf van de gemeente Rotterdam, gericht op het begeleiden van mensen met een ondersteuningsbehoefte naar duurzaam werk. Met zo'n 2.500 medewerkers, waaronder WSW-ers en mensen met een garantiebaan, biedt het bedrijf coaching, passend werk op eigen locaties (zoals groen-voorziening of repro) en detachering bij werkgevers.

Het vitaliteitsaanbod



Het vitaliteitsaanbod bestaat uit activiteiten zoals:

Gratis fruit

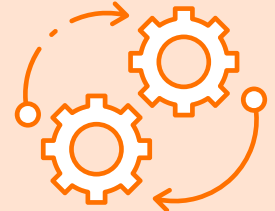
Wandelroutes

Fitnessapparaten

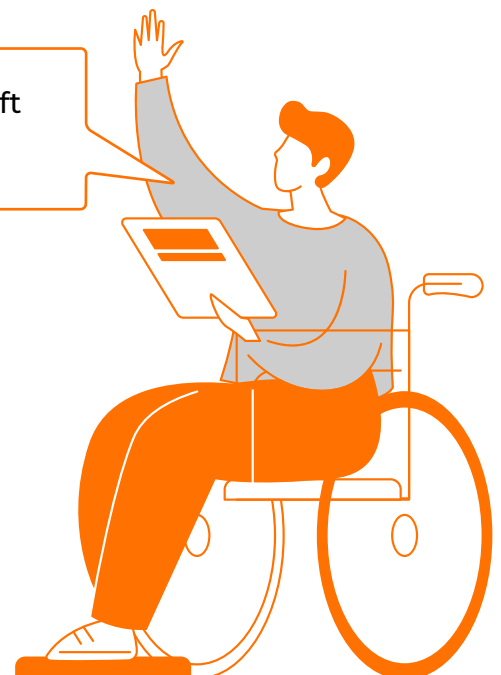
Een Fitfestival en andere losse activiteiten

Werkwijze

Met een realist evaluation, waarbij we gebruik maken van 12 observaties, 34 interviews, en 3 focusgroepen met 14 teamcoaches, brachten we in kaart welke elementen uit het vitaliteitsprogramma écht werken.



“... Elke medewerker heeft zijn eigen maatpak”



Healthy'R werkte tijdens het onderzoek samen met Rotterdam Inclusief.

Gevonden uitdagingen

Wisselende
gezondheidsvaardigheden

Verschillen in motivatie

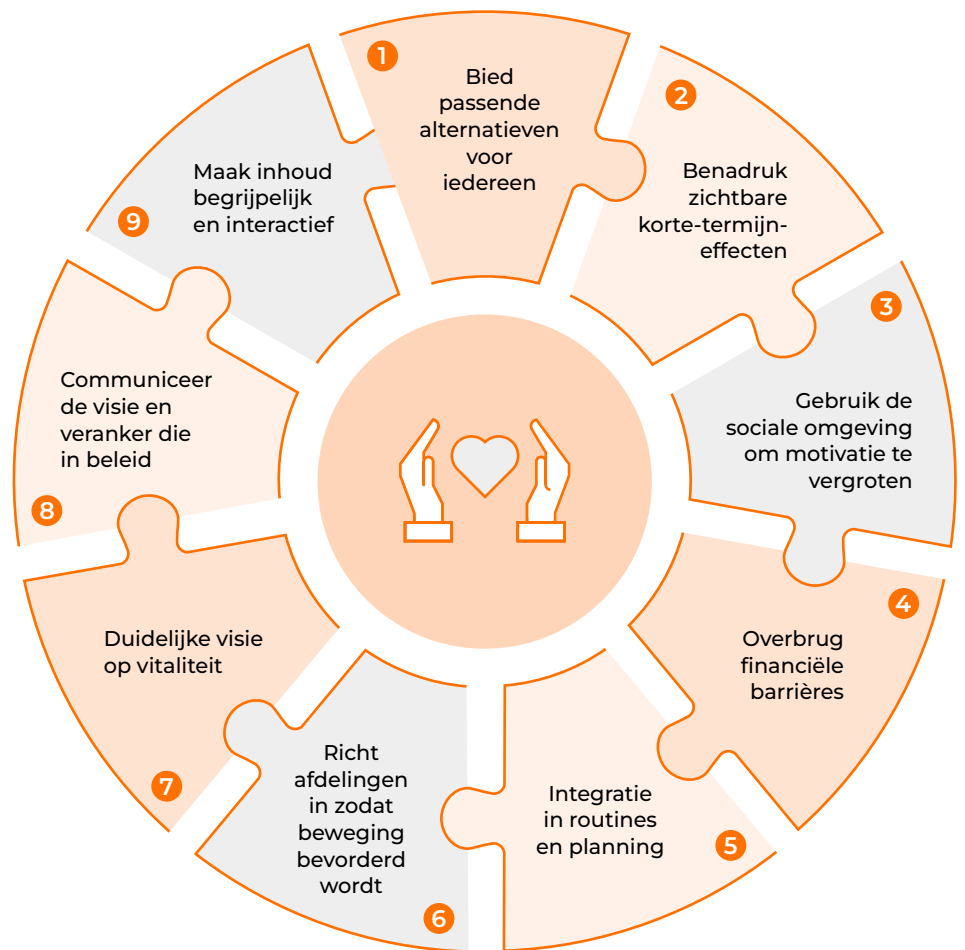
Kwetsbare financiële
positie medewerkers

Teamcoaches hebben
verschillende houdingen
ten opzichte van vitaliteit

Teamcoaches hebben
niet altijd vertrouwen in
de invloed die zij hebben op
vitaliteit van medewerkers

Het is niet voor alle
betrokkenen duidelijk wat
vitaliteit inhoudt en wie
hiervoor verantwoordelijk is

Werkzame elementen



Focus op positieve,
korte termijn effecten

“Als jij weet dat Piet gek is op een mandarijn, dan probeer je te zorgen dat Piet nog even een mandarijn kan krijgen!”



Wil je aan de slag met vitaliteit bij een werkontwikkelbedrijf?

Let dan op het volgende:

- 1 **Creëer samen met teamcoaches en medewerkers een visie op vitaliteit:** maak het structureel onderdeel van de werkcultuur, communiceer de visie regelmatig én evalueer.
- 2 **Sluit het aanbod aan bij de mogelijkheden van medewerkers en vergroot de zichtbaarheid van activiteiten:** bedenk toegankelijke alternatieven zodat iedereen mee kan doen, gebruik eenvoudige communicatie en maak het aanbod aantrekkelijk door middel van interactieve elementen.
- 3 **Benut de sociale omgeving:** geef teamcoaches en voorlieden ondersteuning bij hun voorbeeldfunctie, maak gebruik van vitaliteitambassadeurs en geef teamcoaches tools voor motiverende gespreksvoering.
- 4 **Sluit activiteiten aan bij de (bepaalde) financiële middelen van de doelgroep,** bijvoorbeeld door activiteiten gratis en onder werktijd aan te bieden en tips over gezond eten te relateren aan goedkope ingrediënten en afrijzingen.

