

## Crisis lijkt (nog) geen vat te hebben op aanbod beweegactiviteiten

# Bedrijven in beweging

Ondanks de crisis lijkt het percentage bedrijven dat iets doet op het gebied van bewegen redelijk stabiel gebleven. Fitnessactiviteiten zijn nog altijd het meest populair. Om meer medewerkers aan te spreken zouden bedrijven hun aanbod van beweegactiviteiten liefst moeten verbreden.

tekst Monique Simons en Vincent Hildebrandt

**S**inds 1996 peilt TNO in opdracht van het ministerie van VWS tweejaarlijks hoeveel bedrijven in Nederland structureel activiteiten ontwikkelen ter stimulering van bewegen op en rond het werk. In de periode 2003-2008 nam het aantal bedrijven dat het personeel in beweging probeerde te krijgen snel toe. In 2010 was een daling te zien, wellicht door de economische crisis. Aan de hand van de meting uit 2012 kunnen we bekijken of die daling zich heeft voortgezet.

### Methode

Net zoals in 1996-2003-2006-2008 en 2010 betrof het onderzoek in 2012 een telefonische enquête onder circa 1000

bedrijven met 50 of meer werknemers (representatief voor Nederland en verdeeld in grote, middelgrote en kleine bedrijven). De enquête bestond uit vragen naar het aanbod van bewegingsprogramma's binnen het bedrijf. De definitie van de term 'bewegingsprogramma's' was daarbij: 'bewegingsactiviteiten die op regelmatige basis (minimaal 1x per maand) binnen of buiten werktijd worden georganiseerd door het bedrijf of instelling en aangeboden worden aan werknemers'. Aangezien overgewicht een steeds groter maatschappelijk issue wordt, onderzoekt TNO sinds 2008 ook hoeveel bedrijven proberen overgewicht bij hun werknemers tegen te gaan. Daarnaast staat het thema vitaliteit tegenwoordig

volop in de belangstelling. Daarom is in de 2012-editie een vraag toegevoegd naar programma's en activiteiten om vitaliteit in het algemeen te stimuleren.

### Resultaten

Uit een representatief marktdekkend bedrijvenbestand is een random steekproef getrokken van 2700 bedrijven met minimaal 50 werknemers. Van deze bedrijven hebben er 1009 (37 procent) deelgenomen aan de enquête in 2012; 351 kleine (tussen 50 en 99 werknemers), 348 middelgrote (tussen 100 en 500 werknemers) en 310 grote bedrijven (500 of meer werknemers). De contactpersonen van de bedrijven hadden één van de volgende functies: directiesecre-



taris, hoofd personeelszaken, algemeen directeur, bedrijfsleider, commercieel directeur, hoofd administratie en office manager. Om uitspraken te kunnen doen over het percentage bedrijven in Nederland met een beweegprogramma is er gecorrigeerd voor de werkelijke verdeling van grote, middelgrote en kleine bedrijven in Nederland (CBS, 2012).

## Bewegen

In 2012 organiseert 33 procent van de Nederlandse bedrijven activiteiten op het gebied van bewegen (figuur 1). Het percentage bedrijven dat iets doet op het gebied van bewegen lijkt redelijk stabiel gebleven vergeleken met 2010. De daling die was ingezet na 2008 heeft zich niet voortgezet in 2012. Het percentage zit nu op het niveau van 2006, nog steeds aanmerkelijk hoger dan de jaren voor 2006. Vergeleken met 2010 lijkt vooral het percentage bij de kleine bedrijven redelijk gelijk gebleven (-1 procent), terwijl bij de middelgrote bedrijven het percentage wat lijkt gedaald (-3 procent) en opvallend is dat het bij de grote bedrijven juist wat lijkt gestegen (+5 procent), waarmee de dip in 2010 deels wordt goedge maakt. Net zoals in 2010 was in 2012 ook ongeveer een vijfde van de bedrijven met een bewegingsprogramma van plan de komende 12 maanden nog meer te gaan doen op dit gebied. Het percentage bedrijven zonder bewegingsprogramma dat plannen had om de komende twaalf maanden met beweegactiviteiten te gaan starten was in 2012 12 procent, iets meer dan de 7 procent in 2010.

## Verschillen tussen branches

In tabel 1 is per branche te zien welk percentage van de ondervraagde bedrijven een bewegingsprogramma had. Alleen wanneer in een branche meer dan 40 bedrijven deelnamen aan het onderzoek staan de branchespecifieke gegevens weergegeven in de tabel.

Uit de tabel is op te maken dat de branche 'Financiële instelling' voorop loopt als het gaat om het organiseren van beweegactiviteiten. De branche 'Gezondheids- en welzijnszorg' staat op

de tweede plaats. In 2010 waren deze twee branches ook al de koplopers.

## Type activiteiten

Net zoals in 2008 en 2010 (Hildebrandt en Simons, 2009; Simons et al., 2011) waren ook in 2012 vooral fitnessactiviteiten erg populair onder bedrijven die beweegactiviteiten organiseren (tabel 2). (Gedeeltelijke) tegemoetkoming in de kosten van fitness buiten het bedrijf wordt het vaakst vanuit bedrijven aangeboden, met name door grote bedrijven (68 procent). Van de kleine bedrijven

Branche	Beweegactiviteiten (procent)
	2012
Financiële instelling	58
Gezondheids- en welzijnszorg	50
Verhuur van handel in roerende goederen en zakelijke dienstverlening	37
Industrie	34
Bouwnijverheid	33
Vervoer, opslag en communicatie	32
Milieudienstverlening, cultuur, recreatie en overige dienstverlening	26
Reparatie van consumentenartikelen en handel	22
Onderwijs	Onbekend*
Openbaar bestuur, overheidsdiensten en verplichte sociale verzekering	Onbekend*

\* te weinig bedrijven in de steekproef

Tabel 1: Percentage bedrijven dat bewegingsprogramma's/sportactiviteiten organiseert, uitgesplitst naar branche

Soort activiteit	Grootte bedrijf		
	Klein (procent)	Middel (procent)	Groot (procent)
(Gedeeltelijke) tegemoetkoming in de kosten van fitness buiten het bedrijf	35	52	68
Bedrijfsfitness op het bedrijf zelf	18	19	18
Actie Fietsen naar het werk	11	22	30
(Gedeeltelijke) tegemoetkoming in het lidmaatschap van een sportvereniging	12	2	4
Hardlopen	11	9	5
Sporttoernooien en sportevenementen (tennis, golf, voetbal, hardlopen e.d.)	9	12	17
Voorlichtingsprogramma's bewegingsstimulering	9	12	8
Fitheidstest met individueel beweegadvies			
Voorlichtingsprogramma gezonde voeding	7	7	9
Voorlichtingsprogramma rookontmoediging	6	7	7

\* Minder dan 7 procent van de bedrijven noemden de volgende activiteiten: bedrijfssport van NOC\*NSF, actie lunchwandelen, voorlichtingsprogramma stresspreventie, voorlichtingsprogramma alcoholpreventie, voorlichtingsprogramma voorlichting/aanpassen werkplek in kader van dit bewegingsprogramma, krachttraining, bedrijfscompetities (bijv. tafeltennis, voetbal), aerobics, conditietraining, faciliteiten op het bedrijf (tennistafel, sportveldje), voorlichtingsprogramma blessurepreventie, squash, wekelijks sporten in bedrijfsverband, zwemmen, houdings- en bewegingsscholing, rugschool, tennis, verandering in organisatie werk of inrichting werkplek.

Tabel 2: Meest genoemde type beweegactiviteiten uitgesplitst naar bedrijfsgrootte (top tien)

geeft 35 procent (gedeeltelijke) tegemoetkoming in de kosten van fitness buiten het bedrijf, in 2010 was dit nog 63 procent. Ten slotte werd in 2012 door veel meer (grotere) bedrijven een actie 'Fietsen naar het werk' georganiseerd vergeleken met 2010 (30 procent in 2012 versus 9 procent in 2010).

### Motieven

De meest genoemde reden om beweegactiviteiten te organiseren was, net als in voorgaande jaren, het verbeteren van de algemene conditie van de werknemers (31 procent). Daarnaast werden ook de motieven 'verkleinen gezondheidsongevallenrisico' (22 procent) en minder verzuimkosten (16 procent) vaak genoemd. De meest genoemde reden om geen beweegactiviteiten te organiseren was dat onvoldoende bewegen de verantwoordelijkheid van de werknemer zelf is (20 procent). Daarna kwam de reden (15 procent) dat het niet ging om bewust beleid, maar dat er gewoon nog niet over nagedacht was.

### Overgewicht

In 2012 bood 18 procent van de bedrijven programma's aan die specifiek

gericht zijn op het terugdringen van overgewicht. Met name de grote bedrijven (34 procent) zijn actief op dit terrein, vergeleken met de middelgrote (19 procent) en de kleine bedrijven (14 procent).

### Vitaliteit

In 2012 is er voor het eerst gevraagd naar het bestaan van programma's en activiteiten om vitaliteit in het algemeen te stimuleren. Van de Nederlandse bedrijven organiseerde 42 procent een dergelijk programma of activiteit. Vooral grote bedrijven waren hierin actief (62 procent), gevolgd door de middelgrote (48 procent) en de kleine (33 procent). Van de groep bedrijven die aangaf iets te doen op het gebied van vitaliteit in het algemeen, deed ruim 40 procent niets op het gebied van bewegen of overgewicht. Er is dus ook een behoorlijke groep bedrijven die vitaliteit op een andere manier stimuleert dan het aanbieden van programma's op het gebied van bewegen of preventie van overgewicht.

### Conclusie

Het percentage bedrijven dat iets doet op het gebied van bewegen lijkt redelijk

stabiel gebleven vergeleken met 2010. Dit onderzoek bevat geen informatie over de redenen van bedrijven om ondersteuning van beweegactiviteiten al dan niet voor te zetten. Mogelijk speelt de aanhoudende economische recessie hierin een rol, alhoewel slechts 12 procent van de bedrijven aangeeft dat het gebrek aan financiële middelen de reden is om geen beweegprogramma aan te bieden.

Fitnessactiviteiten zijn nog steeds verreweg het populairst onder bedrijven die beweegactiviteiten organiseren, hoewel het stimuleren van fietsen naar het werk aan populariteit wint. Het zou goed zijn als bedrijven hun aanbod van beweegmogelijkheden zouden verbreden om zo de kans te vergroten meer personeelsleden aan te spreken.

Het percentage bedrijven dat probeert overgewicht bij hun werknemers tegen te gaan kent een licht stijgende tendens (van 14 procent in 2006 naar 18 procent in 2012), maar is nog relatief klein in verhouding tot de ernst van de problematiek (zo'n 6,5 miljoen Nederlanders (41 procent) hebben matig of ernstig overgewicht, blijkt uit cijfers van het CBS (CBS, POLS, 2011). Wel blijken veel bedrijven een programma of activiteit te organiseren om vitaliteit in het algemeen te bevorderen, zonder specifiek aandacht voor bewegen of preventie van overgewicht. Het is interessant in de toekomst na te gaan wat de inhoud van deze vitaliteitsprogramma's precies is en wat de beoogde en behaalde doelen zijn. «

#### Literatuur

Hildebrandt V.H., Simons M., Steeds meer bedrijven in beweging. *Preventie* mei 2009 (3): 6-7.

Simons M., Bernaards C., Hildebrandt V.H., Minder bedrijven organiseren bewegingsprogramma. *Preventie* februari 2011 (5): 10-11.

CBS, POLS, 2011: <http://www.cbs.nl/nl-NL/menu/themas/gezondheid-welzijn/publicaties/artikelen/archief/2012/2012-3651-wm.htm>

CBS 2012: [www.cbs.nl](http://www.cbs.nl)

**Monique Simons** en **Vincent Hildebrandt** zijn onderzoeker bij TNO.