

Project bedrijfssport slaat nauwelijks aan

Sport werkt niet

MARIEKE VERHEIJDEN, KIEM THÉ,
CHRISTA HOEKSEMA-BAKKER,
HANS DE LANG EN
VINCENT HILDEBRANDT

Verheijden, Thé en Hildebrandt werken bij TNO Kwaliteit van Leven, locatie Hoofddorp; Hoeksema-Bakker bij Dynamiek, sportadvies en beleid voor een bewegende samenleving; De Lang bij SportDrenthe

In het kader van 'Sport Werkt!' kregen tweeduizend werknemers van tweehonderd verschillende Drentse MKB-bedrijven diverse bewegingsactiviteiten aangeboden. Het animo om deel te nemen was echter beperkt. Welke lessen kunnen we uit het project trekken? Was een andere aanpak succesvoller geweest? ARBO zet de succes- en faalfactoren op een rij.

Het valt niet mee om werknemers van het midden- en kleinbedrijf aan het bewegen te krijgen. Die conclusie mogen we wel trekken na afloop van het project 'Sport Werkt!'. Werknemers kregen drie maanden een ruim aanbod van bewegingsactiviteiten aangeboden. Hiervan werd slechts op beperkte schaal gebruikgemaakt, hoewel bij een evaluatie toch bijna de helft van de werknemers aangaf tevreden te zijn over het project.

COLLECTIEVE AANPAK

Voor het project werden ruim tweehonderd MKB-bedrijven benaderd. Deze bedrijven waren geselecteerd omdat zij op hetzelfde bedrijventerrein in de Drentse gemeente Noordenveld waren gevestigd. In

Het beweegaanbod werd afgestemd op de behoeften en wensen van de werknemers aan de hand van een door TNO ontwikkelde vragenlijst, die werknemers schriftelijk of via internet konden invullen. Deze bevatte onder andere vragen over gezondheid, werk en (arbeidsgerelateerde) klachten van de werknemers, daarnaast ook over de Nederlandse Norm Gezond Bewegen en de fitnorm. Aan werkgevers werd gevraagd hoe het stond met bijvoorbeeld douche- en omkleedmogelijkheden. Ook werd gepeild of werknemers in de 'tijd van de baas' konden sporten en bewegen en of werkgevers mee wilden betalen aan eventuele kosten.

Op basis van de wensen en behoeften van de deelnemende werkgevers en werknemers en samen met lokale aanbieders ontwikkelde SportDrenthe een sport- en beweegaanbod. Dat rustte op twee poten: een algemeen aanbod en een 'aanbod op maat'. Het algemene aanbod bestond uit een sportstrippenkaart, waarmee werknemers gratis konden kennismaken met het bestaande sportaanbod van diverse lokale sportaanbieders. Daarnaast was er een 'aanbod op maat' met speciaal voor 'Sport Werkt!' ontwikkelde laagdrempelige sport- en beweegactiviteiten. Dit bestond onder andere uit introductielessen, korte cursussen en clinics. Verder bevatte het ook informatie over lunchwandelen en fietsen naar het werk. De laagdrempeligheid had betrekking op:

De belangrijkste redenen voor de geringe deelname aan de georganiseerde activiteiten was dat veel werknemers dachten al voldoende te bewegen

totaal werkten er tweeduizend werknemers bij de ondernemingen. Via een collectieve aanpak moesten zoveel mogelijk werknemers worden bereikt. Het project liep in 2004 en 2005. Bij het project waren SportDrenthe, TNO, NIGZ, NOC*NSF, het parkmanagement van het bedrijventerrein en de gemeente Noordenveld betrokken.



- » financiën: voor de activiteiten werden sterk gereduceerde tarieven gehanteerd. In sommige gevallen was deelname zelfs gratis;
- » locatie: een deel van de activiteiten vond plaats op het bedrijventerrein (alle activiteiten vonden plaats binnen de gemeente Noordenveld);
- » tijdstip: een grote variatie in aanvangstijden, gericht op de dagindeling van de werkende bevolking. Tijdens de lunchpauze, na werktijd, in de avonden en zelf te kiezen;
- » tijdsduur: omdat de beschikbare tijd om te sporten voor werknemers vaak een probleem is, werden in het aanbod sportlessen van 45 minuten in plaats van de gebruikelijke 60 opgenomen. Ook waren er clinics, tweedaagse introductiecursussen, en trainingen en sportlessen van maximaal tien bijeenkomsten;
- » soort activiteit: er was een grote variatie in activiteiten die werden aangeboden, variërend van zwemtraining en fitness tot tennis, hardlopen of een gevarieerd sportprogramma (in totaal twaalf activiteiten).

SUCCES- EN FAALFACTOREN

Werknemers konden ongeveer drie maanden van het sportaanbod gebruikmaken. Daarna volgde een mondelinge of schriftelijke procesevaluatie onder werkgevers, werknemers, sportaanbieders en andere betrokken partijen. Het doel hiervan was om succes- en faalfactoren van bewegingsstimulering in het MKB in kaart te brengen.

Het project startte met een manifestatie voor de werknemers. Deze manifestatie werd minder druk bezocht dan verwacht. Ondanks uitgebreide publiciteit in lokale media, bleken sommige werknemers desgevraagd niet op de hoogte te zijn van de manifestatie. Weer anderen dachten de manifestatie niet leuk te vinden, of hadden andere prioriteiten. Uit de evaluatie onder werkgevers en werknemers bleek bovendien dat de datum van de startmanifestatie, 1 april, ongelukkig was gekozen. Veel werknemers dachten dat het om een grap ging.

De deelname aan de georganiseerde activiteiten was beperkt. Dat gold zowel voor het algemene aanbod als voor het aanbod op maat. Hoewel werk-

Hoewel werknemers voor veel activiteiten belangstelling hadden, bleken ze uiteindelijk de strippenkaarten vooral voor fitness en zwemmen te benutten

nemers voor veel activiteiten belangstelling hadden, bleken ze uiteindelijk de strippenkaarten vooral voor fitness en zwemmen te benutten. Van verschillende onderdelen van het aanbod maakten ze zelfs helemaal geen gebruik.

45 procent van de werknemers die betrokken waren bij de evaluatie van 'Sport Werkt!', vond het

»

project een succes. Zij waren gaan nadenken over beweging, hadden concrete plannen gemaakt meer te gaan bewegen of waren naar eigen zeggen meer gaan bewegen. Uit de beperkte deelname aan het beweegaanbod is af te leiden dat het project er uiteindelijk toch onvoldoende in is geslaagd om een substantieel deel van de werknemers op het bedrijventerrein te bereiken.

GERINGE DEELNAME

De belangrijkste redenen voor de geringe deelname aan de georganiseerde activiteiten was dat veel werknemers dachten al voldoende te bewegen of dat ze niet in Noordenveld woonden. Andere gronden om niet aan het project deel te nemen waren onbekendheid met het aanbod, tijdgebrek of niet kunnen op de tijdstippen dat de activiteiten plaatsvonden.

Zowel werknemers als werkgevers waren tevreden over de gebruikte vragenlijsten. Bij de evaluatie bleek dat het merendeel van de werknemers had

begrepen waarvoor de vragenlijst diende. De belangrijkste redenen voor werknemers om de peiling niet in te vullen, waren gebrekkige communicatie over het project door de werkgever en gebrek aan tijd. Net als de werknemers vonden werkgevers dat de vragenlijst gemakkelijk en snel in te vullen was. Op enkele punten vonden zij het wenselijk om meer genuanceerd te kunnen antwoorden dan mogelijk was.

KRANTENARTIKELTJES

Werknemers bleken vooral via hun werk en krantenartikeltjes van 'Sport Werkt!' te weten. Opvallend genoeg wist slechts 73 procent van de ondervraagde werknemers in de deelnemende bedrijven dat hun bedrijf deelnam aan het project. Meer dan een kwart van de ondervraagde werknemers wist dat dus niet!

Werkgevers en werknemers vonden unaniem dat het nodig is om zeer regelmatig met de werknemers te communiceren over het project. Zodra de

TABEL 1. BEVORDERENDE EN BELEMMERENDE FACTOREN BIJ EEN COLLECTIEVE AANPAK VOOR BEWEGINGSSTIMULERING IN HET MKB

Bevorderende factoren:

- » voor werkgevers de nadruk leggen op de baten op het gebied van productiviteit en verzuim;
- » parkmanagement met goede ingangen naar de werkgevers;
- » betrokkenheid van de gemeente;
- » persoonlijke benadering van werkgevers en werknemers;
- » vroegtijdig betrekken en persoonlijk benaderen lokale sportaanbieders;
- » een goede afstemming van sport- en beweegbehoefte met het sport- en beweegaanbod ter plaatse;
- » een positieve, faciliterende houding van de werkgever.

Belemmerende factoren:

- » onduidelijk communiceren naar werkgevers over meerwaarde van een collectieve aanpak;
- » veel werknemers niet woonachtig in de gemeente;
- » projectduur te kort om voldoende onder de aandacht te komen;
- » beweegaanbod onvoldoende direct naar werknemers communiceren;
- » ontbreken van een 'aanjager' binnen de bedrijven zelf.

aandacht voor het project verslapt, verslapt ook de interesse in deelname.

In Tabel 1 staan de belangrijkste bevorderende en belemmerende factoren voor bewegingsstimulering in het MKB die door de werkgevers gerapporteerd werden.

LESSEN

Welke lessen kunnen uit dit project worden getrokken? Het collectief benaderen van MKB-werkgevers kan een positieve bijdrage leveren aan bewegingsstimulering op het werk. Daardoor ontstaat meer financiële armslag en een kader om het project in op te zetten. Tevens mag van werkgevers een stimulans voor deelname worden verwacht. De bij 'Sport Werkt!' betrokken werkgevers bleken echter niet al te actief achter het project te staan: minder dan de helft van de ondervraagde werknemers gaf bij de evaluatie aan dat hun werkgever een positieve houding had ten aanzien van het project.

Het is van belang dat er binnen de organisaties iemand is die de anderen stimuleert om aan het project deel te nemen. Bij 'Sport Werkt!' ontbrak in veel gevallen een dergelijke aanjager. Zeventig procent van de ondervraagde werknemers die het zonder had moeten doen, gaf bij de evaluatie aan dat een dergelijke persoon misschien had kunnen zorgen voor een grotere deelname.

Bij het project was bewust afgezien van een individuerichte benadering, vanwege het arbeidsintensieve karakter daarvan. Achteraf is echter de conclusie dat een gelijktijdige individueel gerichte benadering niet mag ontbreken.

Ook het belonen van deelname met presentjes kan een positieve bijdrage leveren. Zo deed het bedrijf met de meeste deelnemers zijn werknemers een stappenteller cadeau als aanmoediging. Ten slotte lijkt het zinnig om de looptijd van het project te verlengen. Veel werkgever en werknemers kijken namelijk liever eerst de kat uit de boom.

MEER INFO

Hildebrandt, V.H., F.J.G. Backx, P.J.A. Stam, en J.W. Velthuisen, 'Sportieve werknemer is economisch aantrekkelijk voor bedrijf: het einde van een fabel?', in: *Arbeidsomstandigheden* 1997; 37(7/8):346-347.

Koninklijke Vereniging MKB Nederland, *Groeiende kracht van het MKB. Jaarbericht 2004-2005* MKB Nederland, 2005.

Proper, K.I., V.H. Hildebrandt, A.J. van der Beek en W. van Mechelen, 'Effectiveness of physical activity programs at worksites with respect to workrelated outcomes', in: *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health* 2002; 28(2):75-84.

Schoenmaker, N. en V.H. Hildebrandt, *Bewegingsactiviteiten in bedrijven nemen niet toe*, TNO Arbeid, 2004.

Vaandrager, L. 'GBW en kwaliteit', in: P. Baart, C. van Capelleveen, P. Iedema, T. Raaijmakers, L. Vaandrager, K. der Weduwen D. Arendshorst, (red.), *Gezondheidsbevordering op de werkplek. Een vanzelfsprekend element van bedrijfsvoering*, Woerden, Centrum GBW en NIGZ, 2002.

BEDRIJFSTERREIN

Het organiseren van een groot deel van de sport- en beweegmogelijkheden op het bedrijventerrein zelf kan ook bijdragen aan een hogere participatie. Het is veelbelovend dat de bij 'Sport Werkt!' betrokken sportaanbieders voor de toekomst hun medewerking hiervoor hebben toegezegd. Waarschijnlijk zullen ook meer mensen aan de startmanifestatie deelnemen als deze op het bedrijventerrein plaatsvindt. Door alle activiteiten dicht bij de werknemers te brengen, wordt de kans kleiner dat werknemers niet worden bereikt. Bovendien vergroot het de kans dat werknemers samen met collega's gaan sporten en bewegen. Op die manier komt ook extra nadruk op 'gezelligheid' te liggen, wat ook positieve gevolgen heeft voor de deelname.

Al met al heeft dit project veel waardevolle kennis opgeleverd over de (on)mogelijkheden van bewegingsstimulering in kleinere bedrijven en de potentiële waarde van een collectieve aanpak. Momenteel is een vervolgproject in voorbereiding. Hierin zal worden getest of een op basis van voornoemde evaluatie aangepaste aanpak meer succes heeft.

De auteurs danken het ministerie van VWS voor de financiële ondersteuning van dit project <<