

Voel je goed! bij een leerwerkbedrijf in Roosendaal

Praktijkvoorbeeld bij de interventie Voel je goed!

1. Algemene informatie

WVS is een leerwerkbedrijf dat mensen helpt bij hun groei naar het vinden van zo regulier mogelijk werk. In 2022 voerde WVS Voel je goed! als pilot uit. Zeven medewerkers namen aan de interventie deel. WVS werkte daarbij samen met eigen medewerkers, een diëtist van TWB Thuiszorg, studenten van Sportservice Noord-Brabant, Fontys Hogeschool en de Haagse Hogeschool en Stichting Lezen en Schrijven. De lessen vonden onder werktijd plaats bij WVS Industrie Roosendaal.

2. Beschrijf de situatie voor de interventie

WVS richt zich op de positieve gesteldheid van werknemers. Want als werknemers zich lichamelijk en geestelijk goed voelen, kunnen ze beter werken aan verdere (vakinhoudelijke) ontwikkeling. Daarom lopen er binnen WVS meerdere projecten in het kader van duurzame inzetbaarheid. Daar voegden ze graag Voel je goed! aan toe. Met name omdat dit programma specifiek is ontwikkeld voor mensen met beperkte taal- en gezondheidsvaardigheden. WVS wilde met de pilot ook de betrokkenheid onder haar medewerkers vergroten.

3. Beschrijf het verloop van de interventie

Vrijwilligers werven

De coördinator duurzame inzetbaarheid wierf voor de pilot twee vrijwilligers die de lessen wilden geven. Het zijn collega's die ze rechtstreeks benaderde. De vrijwilligers volgden allebei de basistraining Voel je goed! en namen de deelnemersmap en de vrijwilligersgids door.

Coördinator duurzame inzetbaarheid: *"Ik vind het heel mooi dat we zelf ons personeel scholen."*

Deelnemers werven

Om deelnemers bewust te maken van het nut van Voel je goed! en om hen hiervoor te werven, organiseerde WVS meerdere activiteiten:

- Medewerkers werden uitgenodigd om deel te nemen aan een fit-test.
- Studenten van Sportservice Noord-Brabant onderzochten de beweegbehoefte en beweegstatus van medewerkers.



- De coördinator duurzame inzetbaarheid organiseerde een middag over duurzame inzetbaarheid. Daarin informeerde ze leidinggevenden, de ondernemingsraad en het bestuur over wat WVS doet om de inzetbaarheid van medewerkers te vergroten. Voel je goed! werd daarbij als voorbeeld genoemd.
- Leidinggevenden wezen medewerkers persoonlijk op deelname aan Voel je goed!
- De coördinator duurzame inzetbaarheid was meerdere keren aanwezig bij bijeenkomsten om draagvlak voor Voel je goed! te creëren.
- Er hingen posters en er werden flyers over Voel je goed! uitgedeeld.
- Tijdens een Voel je goed!-voorlichtingsbijeenkomst konden geïnteresseerden het materiaal van Voel je goed! bekijken en vragen stellen.

Uiteindelijk namen zeven medewerkers deel aan Voel je goed! Voorwaarde vanuit WVS was dat de deelnemers ook naar de diëtist zouden gaan en de eventuele kosten van het eigen risico die dat met zich meebracht zelf zouden betalen.

Vrijwilliger: *“Het speelse maakt dat het mensen aantrekt en dat het mensen aanspreekt en dat maakt het wel toegankelijk.”*

Diëtist werven

De coördinator duurzame inzetbaarheid benaderde TWB Thuiszorg, dat bij WVS om de hoek zit. Een van hun diëtisten wilde meewerken aan Voel je goed! en volgde de scholing ‘Bespreken van laaggeletterdheid.’

Uitvoering Voel je goed!

De vrijwilligers bereidden de lessen samen goed voor. Ze stimuleerden, motiveerden en enthousiasmeerden elkaar en voegden zelfs oefeningen toe, die passen bij de medewerkers van WVS. Ze besteedden gerichte aandacht aan het welzijn en welbevinden van de deelnemers. De deelnemers namen onder werktijd op het bedrijf deel aan de lessen van Voel je goed!

Studenten van de Fontys Hogeschool bewogen laagdrempelig met de deelnemers. Ze voerden tijdens de lessen beweegoefeningen uit en na de les wandelden ze met elkaar. Ook voerden de studenten met alle deelnemers bewegcoachingsgesprekken. Naast de lessen bezochten de deelnemers vier of vijf keer de diëtist om persoonlijke adviezen te krijgen passend bij eventuele aandoeningen. De verplichte consulten vonden onder werktijd plaats bij WVS. De deelnemers betaalden een eventueel eigen risico zelf, om hen bewuster te maken. Het viel de diëtist op dat de deelnemers altijd netjes op tijd waren en zich afmelden als ze niet konden komen. De diëtist gaf de deelnemers ook een supermarktrondleiding. Studenten van de Haagse Hogeschool gaven het kantinepersoneel van WVS een Voel je goed!-kookworkshop.



Na afloop van de pilot vierde WVS het succes met een middag over duurzame inzetbaarheid. Deelnemers van Voel je goed! lieten zien wat ze hadden geleerd en vertelden bestuurders, de ondernemingsraad en leidinggevenden over hun ervaringen.



Fotograaf: Michel Wanner.

Uitdagingen

- Deelnemers lukte het niet altijd om de huiswerkopdrachten te maken.
- De groep bestond uit laaggeletterden en niet-laaggeletterden. Niet-laaggeletterden werden soms minder uitgedaagd door de herhalingen. Aan de andere kant konden laaggeletterden zich wel aan hen optrekken. Uiteindelijk werden de verschillende taalniveaus niet als een probleem beschouwd.
- Dat deelnemers zelf de kosten voor het eigen risico moesten betalen als ze naar de diëtist gingen, was voor sommigen een extra drempel om deel te nemen.

4. Beschrijf de situatie na het uitvoeren van de interventie

Resultaten:

Betrokkenen bij dit initiatief hebben de volgende resultaten geconstateerd:

- Deelnemers hebben betere gezondheidsvaardigheden. Ze zijn zich meer bewust van de voedingswaarde van producten. En ze kunnen gezondere keuzes maken.
- Deelnemers wegen minder.
- Een aantal deelnemers gaat door met consulten bij de diëtist.
- Deelnemers luisterden geïnteresseerd naar de mogelijkheden om door te stromen naar een andere cursus, zoals lezen en schrijven. Dit aanbod is binnen WVS beschikbaar.
- Voel je goed! heeft een positief effect op de arbeidstevredenheid, het leerwerkklimaat, het werkplezier en de werkbeleving van de deelnemers én de vrijwilligers.
- Een van de gerechten die tijdens de kookworkshop voor het kantinepersoneel is bereid, staat nu op het menu van WVS en wordt veel verkocht aan het personeel. Zo bereikt Voel je goed! meer medewerkers dan alleen de deelnemers aan de pilot.



Voor WVS is de pilot Voel je goed! het begin van een langdurige investering in medewerkers. Coördinator duurzame inzetbaarheid: *“Gezondheidsveranderingen zijn doorgaans niet in vier tot zes weken gerealiseerd. Die vragen over een langere periode aandacht. De lange termijn is heel belangrijk. Essentieel zelfs. We moeten er voortdurend samen mee bezig zijn.”*

Succesfactoren

- Collega's inzetten als vrijwilliger. Ze krijgen zo een voorbeeldfunctie en zijn trots op de resultaten. Daarnaast voelt het voor de deelnemers vertrouwd.
- Potentiële deelnemers persoonlijk aanspreken.
- Deelnemers onder werktijd en op de werkplek aan Voel je goed! laten deelnemen.
- Voel je goed! laten aansluiten bij de deelnemers. Als ze bijvoorbeeld niet de structurele zorg voor een kind hebben, hoef je het daar ook niet uitgebreid over te hebben.
- Bespreek fictieve in plaats van echte eetdagboeken. Niet iedereen vindt het fijn om in groepsverband zijn of haar eetdagboek te bespreken.

WVS zet Voel je goed! inmiddels op meerdere locaties in.