

GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT OP DE WERKVLOER

Een kwantitatief onderzoek onder werknemers in opdracht van Convenant Gezond Gewicht

JORIS DE JONGH
FERNANDO MCDOUGAL
AMSTERDAM, 24 SEPTEMBER 2014



VOORAF

OVER HET ONDERZOEK 04

LEESWIJZER 07

CONCLUSIES

CONCLUSIES 08

RESULTATEN

BEZIG MET THEMA GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT 11

BEOORDELING GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT 15

BEHOEFTE VAN WERKNEMERS 21

INZET WERKNEMERS TER BEVORDERING GEZONDHEID 24

VERANTWOORDELIJKHEDEN WERKGEVER EN VAKBONDEN/BEROEPSORGANISATIE 27

BIJLAGEN

RESPONSOVERZICHT

PROFIEL

VRAGENLIJST

TABELLEN

ANTWOORDEN OPEN VRAGEN

VOORAF



OVER HET ONDERZOEK

Achtergrond en doel van het onderzoek

Werkgevers nemen een belangrijke rol in bij het bevorderen van de vitaliteit op de werkvloer. De werkgever stimuleert en faciliteert een gezonde leefstijl en het is de verantwoordelijkheid van de werknemer om al dan niet van het aanbod gebruik te maken. Convenant Gezond Gewicht heeft vanuit het deelconvenant 'werk', waar de vakcentrales FNV, CNV en VCP bij aangesloten zijn, het verzoek gekregen meer inzicht te geven wat werknemers belangrijk vinden als het gaat om het stimuleren en faciliteren van vitaliteit en een gezonde leefstijl op de werkvloer.

De resultaten worden gebruikt:

- als input voor het symposium 'De Gezonde Werkvloer' (7 oktober 2014);
- en afhankelijk van de resultaten voor het agenderen van dit thema bij besturen en die van aangesloten bonden.

Convenant Gezond Gewicht heeft Ruigrok | NetPanel gevraagd een kwantitatief onderzoek onder werknemers uit voeren om inzicht krijgen in de vitaliteit en de gezondheid op de werkvloer. In deze rapportage wordt dit onderzoek besproken.

OVER HET ONDERZOEK

Centrale vraag en afgeleide vraagstellingen

Voor het onderzoek geldt de volgende onderzoeksvraag met de daarbij horende subvragen:

Wat is de kennis, de houding en het gedrag van werknemers ten aanzien van vitaliteit en een gezonde levensstijl op hun arbeidsrelatie?

Subvragen:

- In welke mate zijn werknemers bezig met het thema vitaliteit en gezondheid op de werkvloer?
- Hoe beoordelen werknemers de mate van hun vitaliteit en gezondheid op de werkvloer?
- Welke behoeften zijn er onder werknemers als het gaat om het stimuleren en faciliteren van vitaliteit en gezondheid op de werkvloer? En wat vindt men belangrijk?
- Wat zijn werknemers zelf bereid te doen ter bevordering van vitaliteit en gezondheid op de werkvloer?
- Welke verantwoordelijkheden hebben de werkgevers volgens de werknemers?
- Welke verantwoordelijkheden hebben de vakbonden volgens de werknemers?
- Op welke manier geeft men invulling aan vitaliteit en gezondheid op de werkvloer?

OVER HET ONDERZOEK

Doelgroep

De doelgroep van dit onderzoek bestaat uit de Nederlandse werkende bevolking van 18 jaar en ouder in loondienst, vanaf nu werknemers genoemd. De werknemers zijn werkzaam bij een bedrijf/organisatie met minimaal 10 werknemers en de werknemers werken meer dan 20 uur per week. We hebben de doelgroep via een gespecialiseerd access panel provider benaderd. Wij werken met leveranciers die voldoen aan onze kwaliteitseisen conform het Research Keurmerk [based on ISO 20252]. We hebben een aselechte (basis) steekproef genomen die representatief is voor de Nederlandse werknemer in loondienst (we gaan hierbij uit van de verdeling naar banen) op basis van branche (zakelijke dienstverlening, niet-zakelijke dienstverlening en landbouw en nijverheid), bedrijfsgrootte en geslacht*.

Methode

Dit kwantitatieve onderzoek is online uitgevoerd. De datacollectie heeft plaatsgevonden van 23 juli tot en met 4 augustus 2014. In totaal hebben 1.075* werknemers de vragenlijst volledig ingevuld.

* Representativiteit wordt verkregen door middel van stratificatie van de steekproef (vooraf), quoterig (tijdens de datacollectie) en indien nodig een kleine weging achteraf. Als referentiebestand maken we gebruik van de Gouden Standaard (ontwikkeld door de MOA en het CBS).

* Bij een steekproefgrootte van $n=1.075$ bedraagt de steekproefmarge in het slechtste geval 3,0%. Dat wil zeggen dat bij een gevonden waarde van 50% in de steekproef het werkelijke percentage in de totale populatie tussen de 47,0% en de 53,0% ligt. Maar hoe extremer de gevonden percentages, hoe kleiner de afwijking. Bij een gevonden waarde van 5% of 95% is de afwijking nog maar 1,3%.

OVER HET ONDERZOEK

Leeswijzer

Op de volgende pagina's bespreken wij eerst de conclusies, gevolgd door de resultaten ingedeeld naar de volgende hoofdstukken:

- Bezig met thema gezonde leefstijl en vitaliteit.
- Beoordeling gezonde leefstijl en vitaliteit.
- Behoeften van werknemers.
- Inzet werknemers ter bevordering gezondheid.
- Verantwoordelijkheden werkgever en vakbonden/beroepsorganisaties.

Wij bespreken de resultaten op totaalniveau. Wij duiden de respondenten aan met 'werknemers'.

Deze rapportage wordt afgesloten met de volgende bijlagen:

- Een responsoverzicht.
- Een profiel van de respondenten.
- Het tabellenboek.
- Een listing van de antwoorden op de open vragen.
- De vragenlijst.

CONCLUSIES



Hoofdconclusie

Werknemers houden zich bezig met een gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer. De helft van de werknemers heeft te maken met een hoge werkdruk en/of langdurig zitten, wat volgens ruim een kwart een negatieve invloed heeft op de leefstijl en vitaliteit. Een op de zes werknemers is niet tevreden met het huidige aanbod aan mogelijkheden die de werkgever nu biedt. Men heeft het meeste behoefte aan een goede werkplek, toevoer van frisse lucht, sportmogelijkheden en gezonde voeding. Drie op de vijf werknemers vinden het prima om gestimuleerd te worden door de werkgever, echter voor twee op de vijf gaat bemoeienis te ver. Vakbonden en beroepsorganisaties moeten volgens de werknemers een oogje in het zeil houden.

De hoofdconclusie wordt ondersteund door de volgende subconclusies:

- Ruim de helft van de werknemers is bezig met het thema gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer. Men sport regelmatig, zorgt voor een goede nachtrust en gezonde voeding. Hoewel men het onderwerp belangrijk vindt, geeft minder dan helft van de werknemers aan hier over te praten op de werkvloer.
- De helft van de werknemers heeft te maken met een hoge werkdruk en/of met langdurig zitten. Volgens ruim een kwart van de werknemers hebben deze omstandigheden een negatieve invloed op de leefstijl en vitaliteit. Daarnaast heeft rond een kwart van de werknemers te maken met het uitvoeren van veel dezelfde handelingen, met een negatieve werksfeer en met weinig bewegingsmogelijkheden. Zeven op de tien werknemers die te maken hebben met een negatieve werksfeer, vinden dit een negatieve invloed hebben op de leefstijl en vitaliteit.
- Hoewel drie op de vier werknemers gebruik kunnen maken van de mogelijkheden die de leefstijl en vitaliteit op peil houden, is minder dan de helft tevreden over de mogelijkheden die de werkgever biedt.

Subconclusies (2)

- Een goede werkplek (48%) wordt het meest aangeboden, waarvan veel gebruik gemaakt wordt. Daarnaast wordt in mindere mate gestimuleerd om op de fiets (29%) te komen, korting op sportabonnementen gegeven (23%), goede toevoer van frisse lucht verzorgd (21%) en gezonde voeding aangeboden (18%). Indien aangeboden zijn werknemers het meest tevreden over de toevoer van frisse lucht, het aanbod aan gezonde voeding en een goede werkplek.
- Werknemers, die hier momenteel geen gebruik van kunnen maken, willen graag een goede toevoer van frisse lucht, sportfaciliteiten/korting op sportabonnementen, gezondheidschecks en gezonde voeding op het werk. Werknemers die hier momenteel wel gebruik van kunnen maken zijn hier overall tevreden mee.
- Overall voelen werknemers zich gezond en vindt men een gezonde leefstijl een levenslange investering. Men fiets/loopt geregeld, eet zo gezond mogelijk, slaapt voldoende en beweegt minimaal een half uur. Meer bewegen is volgens de werknemers het belangrijkste wat men zou kunnen doen om gezonder te leven.
- Voor ruim een kwart speelt een tekort aan tijd en/of geld een belemmerende rol om zich in te kunnen zetten voor een gezonde leefstijl.
- Drie op de vijf werknemers vinden het prima om door hun werkgever gestimuleerd te worden om hun leefstijl en vitaliteit op peil te houden. Bemoeienis van de werkgever vinden twee op de vijf werknemers te ver gaan.
- Een kwart van de werknemers weet wie de preventiemedewerker is binnen het bedrijf. Men bezoekt nu vooral de huisarts of bedrijfsarts of raadpleegt het internet (Google) als men vitaliteits- en gezondheidsvragen heeft.
- Vakbonden en beroepsorganisaties moeten volgens werknemers een oogje in het zeil houden op de kwaliteit van de werkomgeving van de werknemer in relatie tot de vitaliteit. Informatievoorziening over dit onderwerp is gewenst.

BEZIG MET THEMA GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT



GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT OP DE WERKVLOER VOOR MEERDERHEID WERKNEMERS BELANGRIJK

<p>Hoe belangrijk vind je het onderwerp 'gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer' in het algemeen?</p>	<p>(Ze er) be langrijk</p>	<p>Neutraal</p>	<p>(Ze er) on be langrijk</p>	<p>Weet niet / geen mening</p>	
<p>Allen - in percentages (n=1.075) © 2014 - Ruigrok NetPanel</p>	<p>71%</p>	<p>23%</p>	<p>5%</p>	<p>0%</p>	
<p>Ik heb als werknemer de verantwoordelijkheid om gezond en vitaal te leven</p>	<p>(Helemaal) mee eens</p>	<p>Neutraal</p>	<p>(Helemaal) mee oneens</p>	<p>Weet niet / geen mening</p>	<p>Niet van toepassing</p>
<p>Allen - in percentages (n=1.075) © 2014 - Ruigrok NetPanel</p>	<p>73%</p>	<p>20%</p>	<p>4%</p>	<p>1%</p>	<p>2%</p>
<p>Hoe tevreden of ontevreden ben je in het algemeen over <u>jouw inzet</u> om je gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer op peil te houden?</p>	<p>(Ze er) tevreden</p>	<p>Neutraal</p>	<p>(Ze er) on te vreden</p>	<p>Weet niet / geen mening</p>	<p>Niet van toepassing</p>
<p>Allen - in percentages (n=1.075) © 2014 - Ruigrok NetPanel</p>	<p>62%</p>	<p>23%</p>	<p>6%</p>	<p>6%</p>	<p>4%</p>

De meerderheid van de werknemers houdt zich bezig met het thema gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer. Zeven op de tien (71%) werknemers vinden het onderwerp (zeer) belangrijk. Drie kwart (73% (helemaal) mee eens) is van mening dat het de verantwoordelijkheid is van de werknemer om gezond en vitaal te leven. Daarnaast is de meerderheid (62%) (zeer) tevreden over de eigen inzet als het gaat om een gezonde leefstijl en vitaliteit.

REGELMATIG SPORTEN, GOEDE NACHTRUST EN GEZONDE VOEDING BELANGRIJKSTE PIJLERS VOOR FIT EN VITAAL PERSONEEL



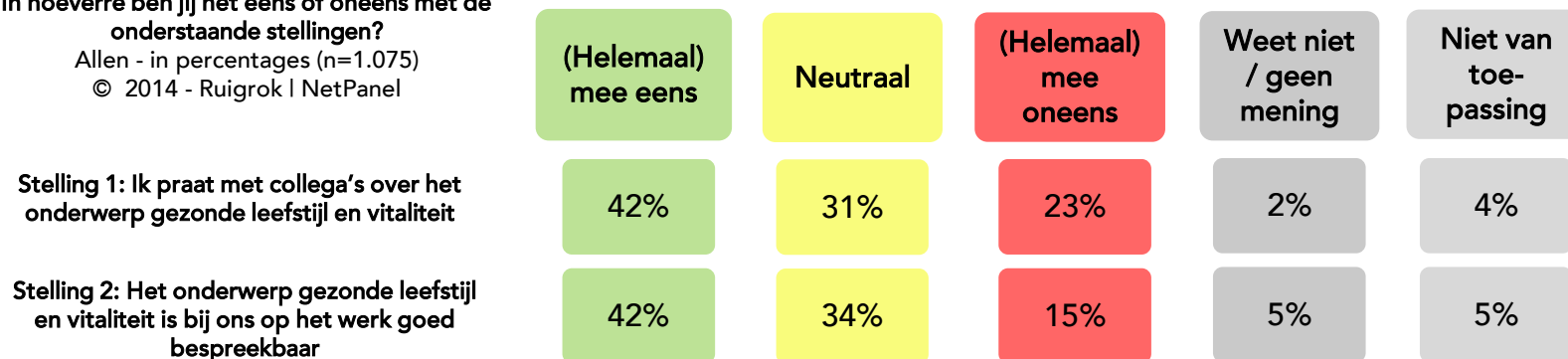
Wij hebben de werknemers gevraagd wat zij doen om fit en vitaal op hun werk te zijn. Voornamelijk sporten, fitness en hardlopen, houdt de werknemer fit en vitaal op het werk. Daarnaast helpen goed slapen en uitrusten, gezonde voeding, bewegen (vooral wandelen en fietsen) bij het gezond en vitaal blijven op de werkvloer. Tot slot geeft een groot aantal werknemers aan deze verschillende zaken te combineren.

HOEWEL MEN HET ONDERWERP GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT BELANGRIJK VINDT, PRAAT MEN HIER NIET VEEL OVER

In hoeverre ben jij het eens of oneens met de onderstaande stellingen?

Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Hoewel het onderwerp gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer voor de meerderheid van de werknemers een rol speelt, blijkt men hier in mindere mate over te praten op het werk. Twee vijfde van de werknemers praat met collega's over het onderwerp (42%) en vindt het onderwerp goed bespreekbaar op het werk (42%).

BEOORDELING GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT



MINDER DAN DE HELFT VAN DE WERKNEMERS IS TEVREDEN OVER DE MOGELIJKHEDEN DIE DE WERKGEVER BIEDT OM GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT OP PEIL TE HOUDEN

	(Helemaal) mee eens	Neutraal	(Helemaal) mee oneens	Weet niet / geen mening	Niet van toepassing
Stelling 1: Ik heb plezier in mijn werk	72%	19%	6%	1%	1%
Stelling 2: Mijn werk is zo intensief dat een gezonde leefstijl erbij inschiet	21%	31%	41%	2%	4%

In hoeverre ben jij het eens of oneens met de bovenstaande stellingen?

Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel

Hoe tevreden of ontevreden ben je in het algemeen over de mogelijkheden die jouw werkgever biedt om je gezonde leefstijl en vitaliteit op peil te houden?	(Heel) tevreden	Neutraal	(Heel) On-tevreden	Weet niet / geen mening	Niet van toepassing
Allen - in percentages (n=1.075) © 2014 - Ruigrok NetPanel	45%	28%	16%	6%	5%

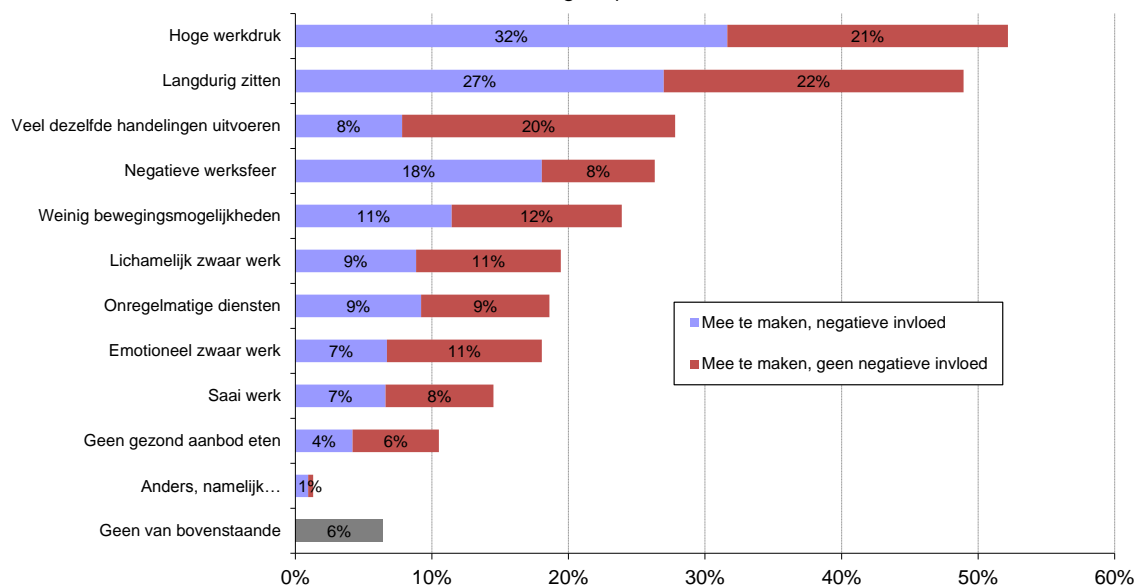
Zeven op de tien (72%) werknemers hebben plezier in hun werk. Echter minder dan de helft (45%) van de werknemers is in het algemeen (zeer) tevreden over de mogelijkheden die de werkgever biedt om de gezonde leefstijl en vitaliteit op peil te houden, 16% is (zeer) ontevreden. Wel geldt dat des te positiever men is over de mogelijkheden, des te meer plezier men op het werk heeft. Daarnaast geeft een vijfde (21%) aan dat het werk zo intensief is dat een gezonde leefstijl erbij inschiet.

HOGE WERKDruk EN LANGDURIG ZITTEN NEGATIEVE INVLOED OP LEEFSTIJL EN VITALITEIT

Met welke van de onderstaande omstandigheden heb je wel eens te maken op het werk? / Welke van deze omstandigheden hebben volgens jou een negatieve invloed op jouw leefstijl en vitaliteit?

Basis: Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Wij hebben de werknemers verschillende omstandigheden voorgelegd die van invloed kunnen zijn op de leefstijl en vitaliteit van de werknemers. Men kon aangeven of men hiermee te maken heeft gehad en zo ja, of dit een negatieve invloed heeft op hun leefstijl en vitaliteit.

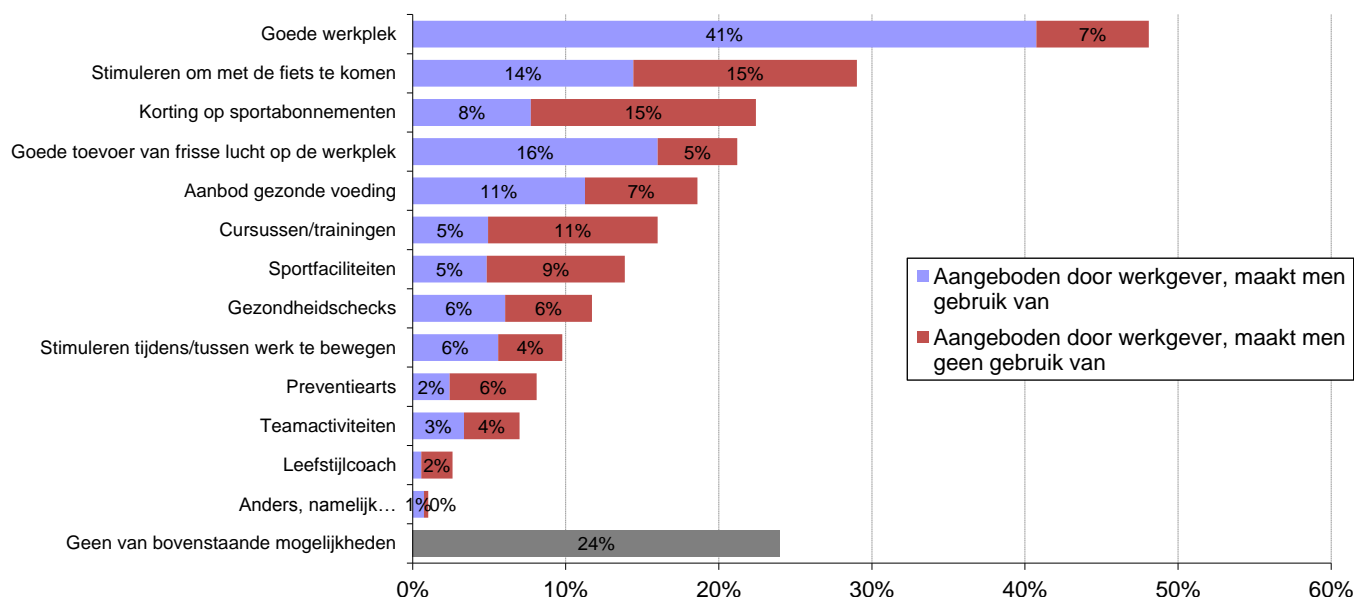
Vrijwel alle werknemers (94%) hebben met minimaal één van de omstandigheden te maken. Men heeft voornamelijk te maken met een hoge werkdruk (52%) en langdurig zitten (49%). Dit zijn ook de twee zaken die volgens de werknemers een negatieve invloed hebben op hun leefstijl en vitaliteit. Daarnaast heeft een negatieve werksfeer volgens een vijfde van de werknemers (18%) ook een negatieve invloed.

DRIE KWART VAN WERKNEMERS KAN VAN EEN OF MEERDERE MOGELIJKHEDEN GEBRUIK MAKEN DIE DE LEEFSTIJL EN VITALITEIT OP PEIL HOUDEN, TWEE DERDE MAAKT DAADWERKELIJK GEBRUIK VAN MINIMAAL ÉÉN MOGELIJKHEID

Welke mogelijkheden biedt jouw werkgever om je leefstijl en vitaliteit op peil te houden? / Van welke mogelijkheden die jouw werkgever biedt maak je gebruik?

Basis: Allen - in percentages (n=1.075)




© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Wij hebben de werknemers gevraagd welke mogelijkheden op hun werk worden aangeboden om de leefstijl en vitaliteit op peil te houden en waarvan men gebruik maakt. Drie op de vier werknemers geven aan dat de werkgever minimaal één van deze mogelijkheden aanbiedt, 63% maakt daadwerkelijk gebruik van minimaal één mogelijkheid. Het valt op dat de meest aangeboden mogelijkheid 'goede werkplek' bij slechts de helft (48%) van de werknemers wordt aangeboden. De andere mogelijkheden worden zelfs beduidend minder aangeboden. Stimulatie om met de fiets te komen (29%), korting op sportabonnementen (23%) en goede toevoer van frisse lucht (21%) komen respectievelijk op de tweede, derde en vierde plaats.

INDIEN AANGEBODEN ZIJN WERKNEMERS HET MEEST TEVREDEN OVER TOEVOER FRISSE LUCHT, AANBOD GEZOND ETEN EN GOEDE WERKPLEK

Hoe beoordeel je de volgende mogelijkheden op het werk?
Indien men hiervan gebruik maakt - in percentages
© 2014 - Ruigrok | NetPanel

				n*
Goede werkplek	76%	18%	5%	517
Stimuleren om met de fiets te komen	75%	18%	2%	312
Korting op sportabonnementen	58%	24%	11%	241
Goede toevoer van frisse lucht op de werkplek	81%	14%	5%	228
Aanbod gezonde voeding	81%	13%	5%	200
Cursussen/trainingen	63%	23%	6%	172
Sportfaciliteiten	59%	23%	12%	149
Gezondheids checks	65%	21%	10%	126
Stimuleren tijdens/tussen werk te bewegen	65%	21%	12%	105
Preventie arts	60%	23%	7%	87
Teamactiviteiten	60%	24%	11%	75
Leefstijlcoach	50%	18%	25%	28

* De 'n' is het aantal werknemers dat de mogelijkheid aangeboden krijgt door de werkgever (dus niet alle werknemers die hebben deelgenomen aan het onderzoek). De percentages hebben betrekking op dit aantal. De mogelijkheden zijn van boven naar beneden gesorteerd op het meest naar het minst aangeboden door de werkgever (net als op de vorige pagina).

Werknemers zijn het meest tevreden over de goede toevoer van frisse lucht, het aanbod van gezond eten en de goede werkplek. Men is het minst positief over de leefstijlcoach, de sportfaciliteiten en de stimulering om tijdens het werk te bewegen.

MENINGEN VERDEELD OVER BEWEEGMOGELIJKHEDEN EN AANBOD GEZONDE VOEDING

In hoeverre ben jij het eens of oneens met de onderstaande stellingen?

Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel

	(Helemaal) mee eens	Neutraal	(Helemaal) mee oneens	Weet niet / geen mening	Niet van toepassing
Stelling 1: Ik heb voldoende mogelijkheden om te bewegen op het werk	39%	28%	29%	1%	2%
Stelling 2: Ik ben tevreden over het aanbod gezonde voeding op het werk	25%	25%	23%	3%	14%
Stelling 3: Ongezond snacken is bij mij op het werk zeer gebruikelijk	29%	28%	32%	3%	7%

De meningen zijn verdeeld over de mogelijkheid om te bewegen, over de tevredenheid over het aanbod gezonde voeding en over de veronderstelling dat er een snackcultuur heerst op werk. Dit veronderstelt dat er bij een behoorlijk deel van de werknemers op het werk ruimte is voor verbetering.

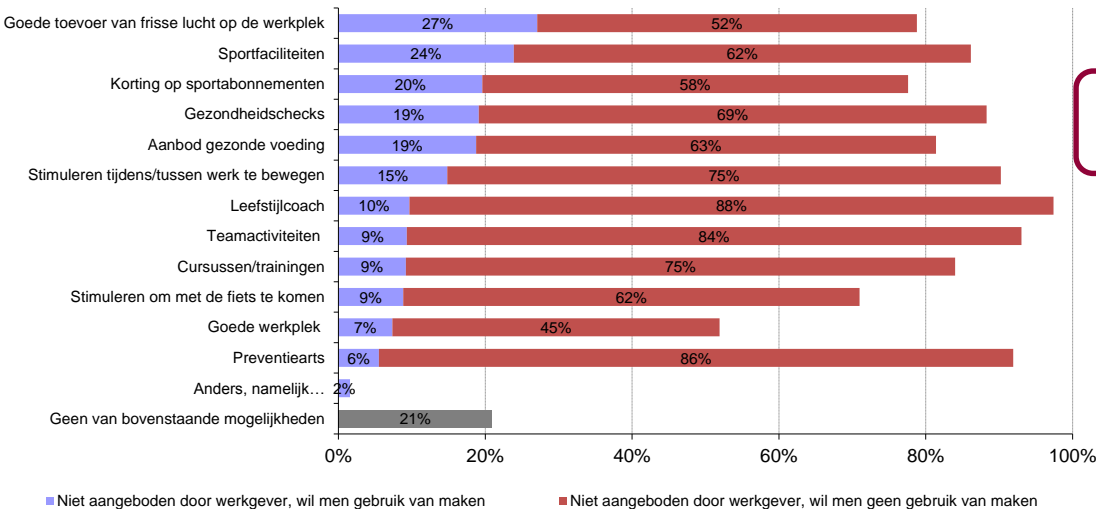
DE BEHOEFTE VAN WERKNEMERS



MOGELIJKHEDEN DIE MEN MIST ZIJN GROTENDEELS DEZELFDE MOGELIJKHEDEN WAAR ANDERE WERKNEMERS WEL GEBRUIK VAN KUNNEN MAKEN

Van welke mogelijkheden om je gezonde leefstijl en vitaliteit op peil te houden zou je graag gebruik maken of willen hebben op werk? / Welke mogelijkheden biedt jouw werkgever niet om je leefstijl en vitaliteit op peil te houden?

Basis: Allen - in percentages (n=1.075)
© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Eigenlijk alles wat in de basis nodig is. Benauwde werkplekken, slechte stoelen, slecht afgestelde bureaus, weinig beweging, geen mogelijkheid bieden om regelmatig te bewegen et cetera.

Ik mis goede stoelen en frisse lucht.



Stimuleren door bedrijfskorting/ gratis sportabonnement.

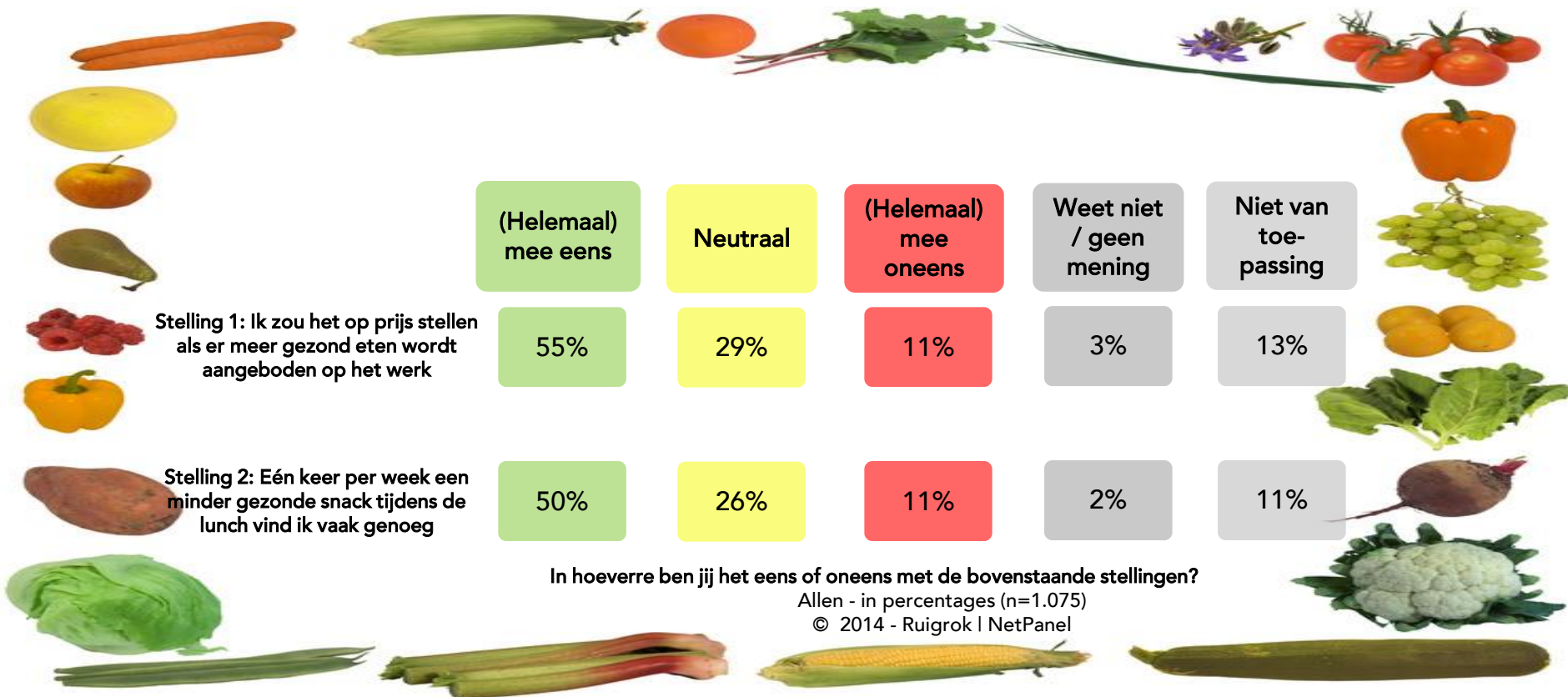
Sporten in de baas zijn tijd. Zeker als je door je baas geacht wordt een goede lichamelijke conditie te hebben

Klimaatbeheersing is slecht. Zodra de temperatuur maar even stijgt, wordt het al gauw warm en benauwd op mijn werkplek

Wat mis je in de mogelijkheden die jouw werkgever biedt op je gezonde leefstijl en vitaliteit op peil te houden?
Indien niet zeer tevreden © 2014 - Ruigrok | NetPanel

Wij hebben werknemers gevraagd van welke mogelijkheden die de werkgever nu niet aanbiedt men graag gebruik van wil maken. Werknemers noemen grotendeels dezelfde mogelijkheden waar andere werknemers nu al van gebruik maken. Men heeft vooral behoefte aan goede toevoer van frisse lucht, sportfaciliteiten, korting op een sportabonnement, gezondheidschecks en aanbod van gezonde voeding. Deze mogelijkheden komen overeen met de zaken die men spontaan aangeeft te missen.

GROOT DEEL WERKNEMERS VINDT GEZONDE VOEDING OP WERK BELANGRIJK



Gezonde voeding is een belangrijk issue op de werkvloer. De helft van de werknemers zou het op prijs stellen als er meer gezond eten wordt aangeboden op het werk (55%) en vindt één keer per week een ongezonde snack tijdens de lunch vaak genoeg (50%).

INZET WERKNEMERS TER BEVORDERING GEZONDHEID

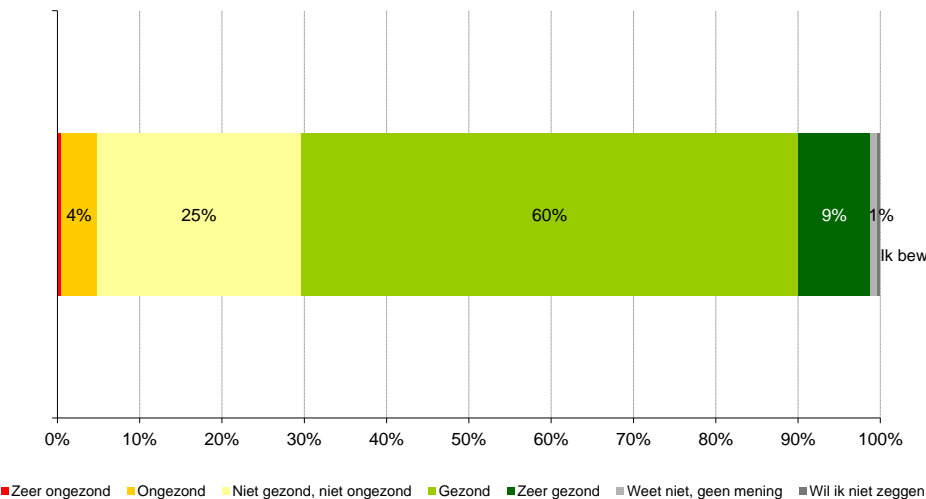


WERKNEMERS VOELEN ZICH GEZOND

Hoe beoordeel jij je eigen gezondheid? Ik ben...

Basis: Allen - in percentages (n=1.075)

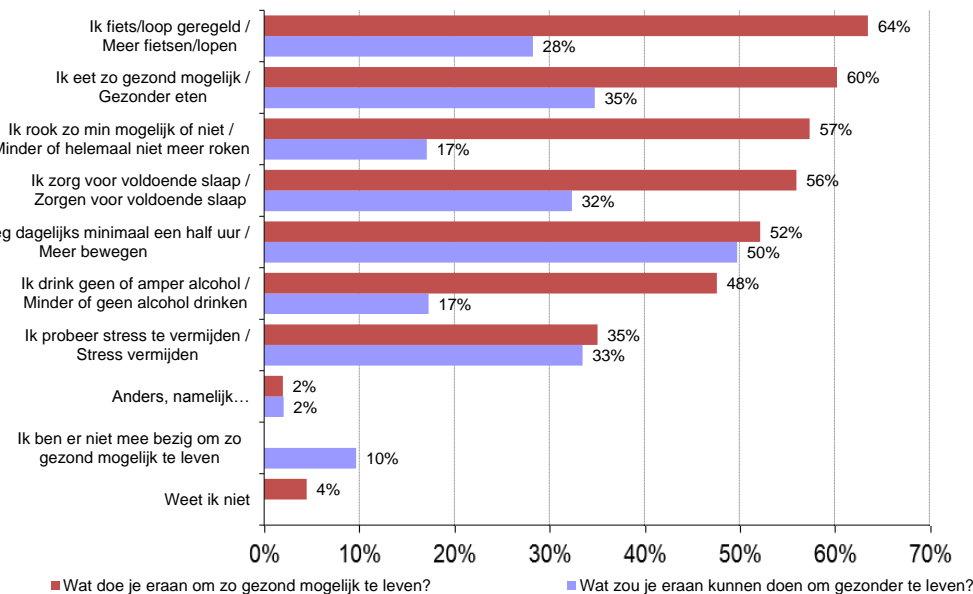
© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Wat doe je eraan om zo gezond mogelijk te leven? / Wat zou je kunnen doen om gezonder te leven?

Basis: Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Zeven op de tien werknemers vindt zichzelf (zeer) gezond, 4% voelt zich ongezond. Men fietst/loopt geregeld, eet zo gezond mogelijk, rookt niet of zo min mogelijk, zorgt voor voldoende slaap en beweegt dagelijks minimaal een half uur om zo gezond mogelijk te leven. Meer bewegen wordt het meest genoemd wat men zelf kan doen om gezonder te leven. Daarnaast helpen vooral gezonder eten, stress vermijden en meer fietsen/lopen in dit opzicht.

VOOR WERKNEMERS IS EEN GEZONDE LEEFSTIJL EEN LEVENSLANGE INVESTERING, HELFT IS VAN MENING DAT ZIJ ZICH HIER MEER VOOR MOET INZETTEN

	(Helemaal) mee eens	Neutraal	(Helemaal) mee oneens	Weet niet / geen mening
Stelling 1: Een gezonde leefstijl is een levenslange investering	79%	17%	3%	2%
Stelling 2: Ik zou mij meer moeten inzetten voor een gezonde leefstijl	48%	37%	13%	2%
Stelling 3: Ik zie <u>geen</u> manier om mijn gezonde leefstijl te verbeteren	13%	35%	49%	3%
Stelling 4: Ik heb <u>onvoldoende tijd</u> om mij in te zetten voor een gezonde leefstijl	26%	36%	36%	2%
Stelling 5: Ik heb <u>onvoldoende financiële middelen</u> om mij in te zetten voor een gezonde leefstijl	29%	31%	39%	3%

In hoeverre ben jij het eens of oneens met de bovenstaande stellingen?

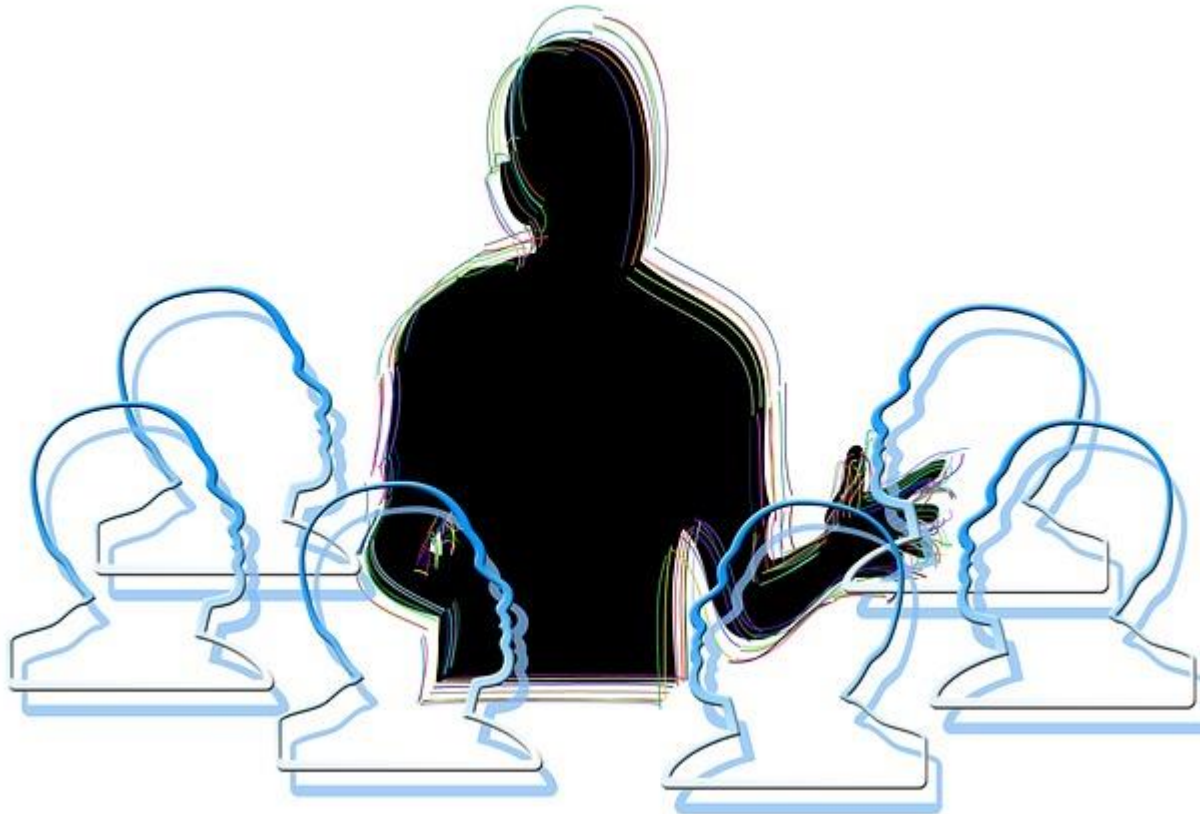
Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel

Een gezonde leefstijl is voor vier op vijf (79%) werknemers een levenslange investering. De helft (48%) van de werknemers is van mening dat zij zich meer moet inzetten voor een gezonde leefstijl. Een even groot deel (49%) heeft wel een idee hoe zij dit moet aanpakken.

Voor ruim een kwart speelt een tekort aan tijd (26%) en geld (29%) een belemmerende rol om zich in te kunnen zetten voor een gezonde leefstijl.

VERANTWOORDELIJKHEDEN WERKGEVER EN VAKBONDEN/ BEROEPSORGANISATIE



STIMULATIE DOOR WERKGEVER VAN GEZONDE LEEFSTIJL EN VITALITEIT WORDT GEWAARDEERD, MENINGEN VERDEELD OVER BEMOEIENIS WERKGEVER

In hoeverre ben jij het eens of oneens met de onderstaande stellingen?

Allen - in percentages (n=1.075)

© 2014 - Ruigrok | NetPanel

Ik vind dat mijn werkgever...	(Helemaal) mee eens	Neutraal	(Helemaal) mee oneens	Weet niet / geen mening	Niet van toepassing
Stelling 1: ... mij mag stimuleren mijn leefstijl en vitaliteit op peil te houden	62%	27%	7%	1%	2%
Stelling 2: ... moet zorgen dat ik gezond kan eten tijdens de pauze	57%	25%	11%	2%	5%
Stelling 3: ... de plicht heeft voorzieningen te treffen ter bevorderingen van mijn gezonde leefstijl	54%	32%	10%	2%	2%
Stelling 4: ... moet zorgen dat ik gezond kan eten in ploegendienst	47%	20%	6%	2%	25%
Stelling 5: ... zich mag bemoeien met mijn leefstijl en vitaliteit	26%	32%	38%	2%	2%

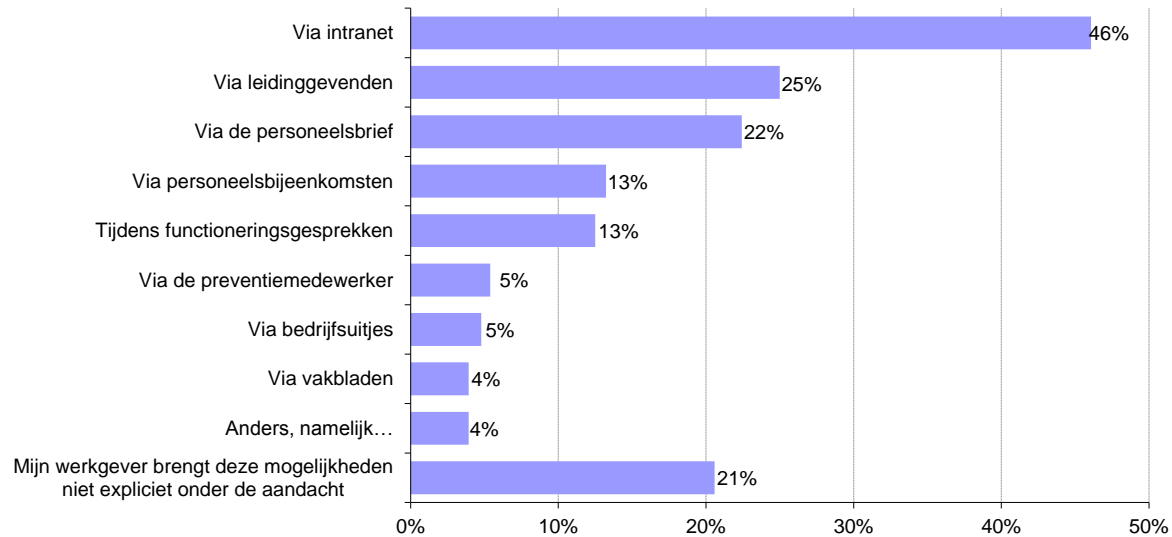
Overall zijn werknemers van mening dat de werkgever haar/zijn werknemers mag stimuleren om de leefstijl en vitaliteit op peil te houden en de plicht heeft voorzieningen te treffen ter bevordering van de gezonde leefstijl van de werknemer. Daarentegen zijn de meningen redelijk verdeeld als het gaat om de bemoeienis van de werkgever met de leefstijl en vitaliteit van de werknemers. Stimulatie van de gezonde leefstijl kan volgens de meerderheid van de werknemers door het aanbieden van gezond eten tijdens de pauze of tijdens ploegendienst.

WERKGEVERS COMMUNICEREN DE MOGELIJKHEDEN OM DE LEEFTSTIJL EN VITALITEIT OP PEIL TE HOUDEN VOORAL VIA INTRANET

Hoe brengt jouw werkgever deze mogelijkheden onder de aandacht?

Basis: Indien werkgever mogelijkheden biedt - in percentages (n=816)

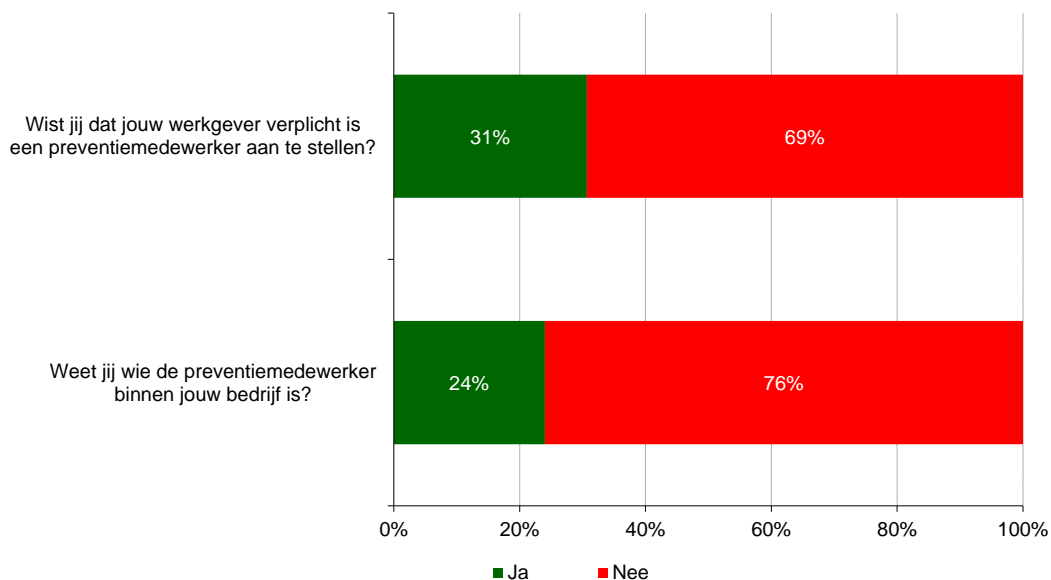
© 2014 - Ruigrok | NetPanel



Vier op de vijf (79%) werkgevers communiceert de mogelijkheden om de leefstijl en vitaliteit op peil te houden. Zij brengen deze mogelijkheden vooral onder de aandacht via het intranet. Daarnaast vernemen werknemers over deze mogelijkheden via de leidinggevenden en de personeelsbrief.

KWART VAN DE WERKNEMERS WEET WIE DE PREVENTIEMEDEWERKER IS BINNEN HET BEDRIJF

Preventiemedewerker
Basis: Allen - in percentages (n=1.075)
© 2014 - Ruigrok | NetPanel

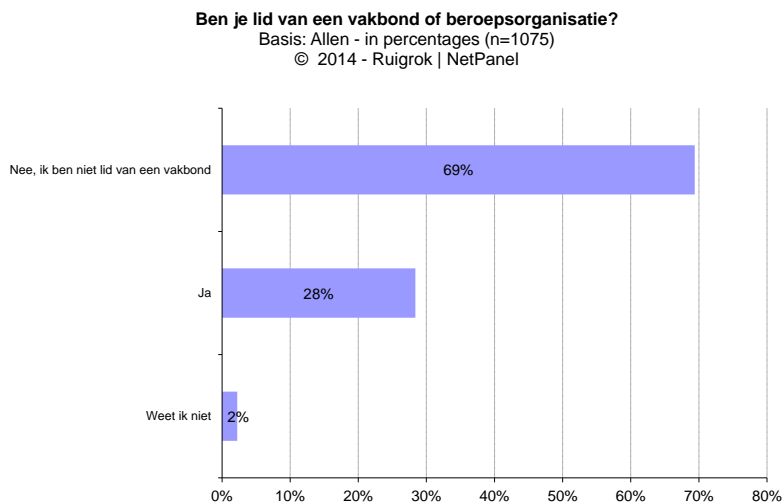


Naar wie ga jij nu toe over vitaliteits- en gezondheidsvragen?
Indien wel eens vragen - in percentages (n=204)
© 2014 - Ruigrok | NetPanel

1. Huisarts 
-  2. Internet (Google)
3. Bedrijfsarts 
-  4. (HR) manager
5. Familie en vrienden 

Slecht drie op de tien (31%) is op dat hoogte dat de werkgever verplicht is een preventiemedewerker aan te stellen. Een kwart geeft aan te weten wie dit is binnen het bedrijf. Als men wel eens vitaliteits- en gezondheidsvragen heeft, gaat men voornamelijk naar de huisarts, surft op internet en praat met de bedrijfsarts.

CONTROLE OP DE KWALITEIT VAN DE WERKOMGEVING BELANGRIJKE VERANTWOORDELIJKHEID VAKBONDEN EN BEROEPSORGANISATIES



Het stimuleren van een gezonde leefstijl op werk. samen met de werkgever kijken naar de mogelijkheden en dit bespreekbaar maken en uitvoeren.

De vakbond kan in haar (e-)magazines meer aandacht besteden aan het bevorderen van een gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer, al is het subtiel.

Voorlichting, initiatieven opzetten en promotie bij bedrijven.

Veel informatie door middel van bijvoorbeeld een nieuwsbrief.

Mij erop wijzen dat een werkgever hierin mogelijkheden moet bieden.

Ze kunnen informeren over voeding tijdens nachtelijke uren, over vitaliteit en over ouder worden.



Welke verantwoordelijkheden heeft jouw vakbond/beroepsorganisatie wat betreft het bevorderen van een gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer?

Indien lid vakbond/beroepsorganisatie
 © 2014 - Ruigrok | NetPanel

De door werknemers meest genoemde verantwoordelijkheid van vakbonden en beroepsorganisaties wat betreft het bevorderen van een gezonde leefstijl en vitaliteit op de werkvloer is controle op de kwaliteit van de werkomgeving. Dit betreft de hygiëne, klimaatcontrole, gezonde voeding en stimulatie om te sporten. Informatievoorziening over dit onderwerp is een andere verantwoordelijkheid van vakbonden en beroepsorganisaties.

BIJLAGEN



Responsoverzicht

Omschrijving	Aantal
Panelleden uitgenodigd	11.600
Bouncers (niet bereikt)	0
Gestart met vragenlijst	3.479*
Uitgescreend (geen doelgroep)	287
Uitgescreend (quotum vol)	1.953
Afgehaakt	161
Uitgescreend (niet goed ingevuld)	3
Gekwalificeerde respondenten	1.075

Het responspercentage is 9,3%

* Het grote aantal respondenten dat is uitgescreend, komt doordat het onderzoek breed is uitgestuurd en bepaalde cellen snel vol zaten. Hierdoor konden deze respondenten niet verder deelnemen aan het onderzoek.

Profiel, n=1.075

Geslacht	%
Man	58%
Vrouw	42%

Leeftijd	%
18 t/m 25 jaar	7%
26 t/m 35 jaar	24%
36 t/m 45 jaar	22%
46 t/m 55 jaar	28%
56 t/m 56 jaar	19%

Bedrijfsgrootte	%
10-14 werknemers	4%
15-19 werknemers	4%
20-49 werknemers	10%
50-99 werknemers	9%
100-199 werknemers	11%
200-499 werknemer	11%
500 werknemers of meer	51%

Sector	%
Landbouw, bosbouw en visserij	1%
Industrie	12%
Bouwnijverheid	4%
Groot- en detailhandel	10%
Vervoer en opslag	8%
Horeca	2%
Informatie en communicatie	11%
Financiële instellingen	10%
Zakelijke dienstverlening/onroerend goed	7%
Openbaar bestuur	5%
Onderwijs	8%
Gezondheids- en welzijnszorg	17%
Cultuur, sport en recreatie/overige dienstverlening	4%

Lengte	%
Minder dan 160 cm	3%
160-169 cm	19%
170-179 cm	39%
180-189 cm	30%
190-199 cm	8%
200-209 cm	1%

Gewicht	%
Minder dan 60 kg	6%
60-69 kg	18%
70-79 kg	24%
80-89 kg	26%
90-99 kg	16%
100-109 kg	7%
110-119 kg	3%
120-129 kg	1%