

Slechts twee op de vijf medewerkers maken gebruik van mogelijkheden van vitaliteitsbeleid

27-09-2023 08:50



Slechts 40 procent van de medewerkers maakt gebruik van de mogelijkheden binnen het vitaliteitsbeleid van zijn werkgever. Dat blijkt uit het [vitaliteitsonderzoek](#) van [OneFit](#), bekend van het flexibele sport membership, onder ruim 1.500 medewerkers en HR-betrokkenen. Twee derde (67%) van de Nederlandse bedrijven heeft een beleid gericht op vitaliteit, maar lang niet alle collega's (37%) zijn hiervan op de hoogte. En onbekend maakt onbemind, want werkgevers kampen met veel uitdagingen rondom hun vitaliteitsbeleid. Zo lopen ze ertegenaan dat er weinig tijd is (27%) en dat de motivatie bij medewerkers om aan hun vitaliteit te werken, ontbreekt (26%).

Verband tussen vitaliteit en duurzame inzetbaarheid

Onder andere het groeiende aantal burn-outs en (rug)klachten door het vele zitten maken het verband tussen vitaliteit en duurzame inzetbaarheid niet alleen steeds duidelijker, maar ook belangrijker. Toch ziet achttien procent van de medewerkers dit verband niet. Mannen (22%) zien het verband minder vaak dan vrouwen (15%). Desondanks zijn er genoeg redenen voor bedrijven om een vitaliteitsbeleid te hanteren. Ze zien onder andere dat het ziekteverzuim daalt (57%) en dat vitale medewerkers bijdragen aan het bedrijfsresultaat (55%). Daarnaast vinden ze dat ze verantwoordelijk zijn om medewerkers gezond oud te laten worden (51%) en dat gezondheidspreventies belangrijk zijn (51%).

Afwegingen van medewerkers

Vitaliteit heeft voordelen voor zowel de werkgever als voor de medewerker. Uit het onderzoek blijkt namelijk dat medewerkers graag een werkgever kiezen die zich bezighoudt met vitaliteit. Zo vindt bijvoorbeeld ruim de helft (56%) het belangrijk de kans te krijgen om gedurende de werkdag aan zijn vitaliteit te werken. Verder kiest 39 procent voor een organisatie die vitaliteit hoog in het vaandel heeft staan.

Kari Littley, expert op het gebied van employee wellbeing bij OneFit: "Het is goed om te zien dat een groot deel van de organisaties een vitaliteitsbeleid heeft en dat zij daadwerkelijk gemotiveerd zijn om zich in te zetten voor de gezondheid van hun medewerkers. Toch blijkt dat medewerkers op hun beurt helaas niet optimaal gebruik maken van de mogelijkheden die werkgevers bieden. Alleen het invoeren van een vitaliteitsbeleid is dan ook niet voldoende. Bedrijven moeten vooral aan de slag gaan met het actief motiveren van medewerkers. Deze week is het Nationale Vitaliteitsweek, hét uitgelezen moment om medewerkers op te trommelen om aan hun vitaliteit te werken. Organiseer deze week bijvoorbeeld een gezonde lunch, gecombineerd met een mindfulness cursus of sportactiviteit. Verder is het belangrijk om het gesprek met medewerkers aan te gaan. Doe dit door de juiste vragen te stellen en erachter te komen hoe ze gemotiveerd kunnen worden om aan hun vitaliteit te werken. Zo worden er daadwerkelijk stappen gemaakt (letterlijk en figuurlijk) en gaan medewerkers echt aan de slag met hun vitaliteit."

Redactie