

Vitaliteit



Niels van den Hoogen,
commercieel directeur
en sponsor van Vitaliteit



“Gezond leven is een reis waar je tijd voor moet maken. En ik geloof dat je succesvoller en scherper bent als je fit bent. Binnen Athlon doen we veel aan de vitaliteit van onze medewerkers. Vitaliteit staat breed op de kaart en steeds meer medewerkers doen mee aan activiteiten. Ik ben vooral trots op het vitaliteitsbudget en dat onze medewerkers de mogelijkheid krijgen om een sportabonnement, een paar voetbalschoenen of een tennisracket in te dienen.”

Onze invloed

Vitaliteit maakt onderdeel uit van maatschappelijk verantwoord ondernemen. We richten ons zowel op de fysieke als de mentale vitaliteit van onze medewerkers. Vitale medewerkers zijn gelukkiger en zowel thuis als op werk veerkrachtiger. En werkgevers met een visie en

beleid op gebied van vitaliteit zijn aantrekkelijker voor medewerkers. Samen werken aan vitaliteit versnelt teamvorming, bevordert creativiteit, innovatie en een positieve werksfeer. Het nemen van eigen regie en werken aan persoonlijk leiderschap zijn hierbij cruciaal.



Zo dragen we bij aan vitaliteit

Onder vitaliteit vallen pijlers als voeding, beweging, mentaal welzijn, ontspanning en de balans tussen werk en privé. Met individuele aandacht en groepsactiviteiten dragen we bij aan persoonlijke groei, welzijn, teambuilding én een gezonde, fitte en duurzame bedrijfscultuur. We willen hiermee iedereen

bereiken, dus ook werknemers voor wie het werken aan vitaliteit niet zo vanzelfsprekend is. In 2021 hebben we een vitaliteitsprogramma uitgerold, gericht op 3 thema's: fysiek welzijn, mentaal welzijn en de balans tussen werk en privé.



Onze doelen, toezeggingen en KPI's

Ons doel in 2025 is dat 430 medewerkers deelnemen aan ons vitaliteitsprogramma en dat het ziekteverzuim minder dan 3% is.

KPI's



Onze vooruitgang in 2022

Vitaliteitsprogramma

In 2022 hebben 175 medewerkers deelgenomen aan vitaliteitsactiviteiten. Onze Vitaliteit Aanvoerders rollen het vitaliteitsprogramma uit op afdelingsniveau. De a.s.r. Vitality app stimuleert medewerkers om dagelijks te bewegen: medewerkers verdienen punten door stappen te zetten, hun hartslag te verhogen, fietsritten te maken of sportlessen te volgen. Die punten kunnen ze inwisselen voor leuke week-, maand- en jaarbeloningen. In 2022 hebben 215 medewerkers actief deelgenomen aan a.s.r. Vitality.

In 2022 is een vitaliteitsbudget van € 350 per medewerker beschikbaar gesteld. Dit budget kan besteed worden aan een sportschoolabonnement, een paar hardloopschoenen, maar ook aan bijvoorbeeld een niet werkgerelateerde workshop om de juiste work-life balance te vinden of een energie- of budgetcoach.

De volgende activiteiten hebben plaatsgevonden in 2022

Gezond en vitaal naar Kantoor

- Rookvrij Athlon -> een workshop stoppen met roken op 29 november.
- 60 medewerkers deden op kantoor de Health Check van Arboned op 27 juni, 7 en 11 juli.
- In juni organiseerden we samen met bedrijfscateraar Sodexo de Athlon Flexitariër Maand. 1 dag in de week werd vlees en vis vervangen door alternatieven en werd er vegetarisch gekookt door een kok.

Lekker in je vel

- Almere City Run -> op 26 juni 2022 namen 18 medewerkers deel aan het grootste hardloop-event van Almere. Deelnemers traiden in aanloop naar deze run vanaf ons kantoor in Almere.
- Week van de werkstress -> Van 14 - 18 november organiseerden we met HC Health een vitaal weekprogramma met activiteiten als de virtual reality experience over stress, mindfulness- en trainingssessies en het webinar "Maak van stress je vriend".
- a.s.r. Vitality Sylvester City Cross -> op 31 december nam een Athlon team deel aan de Rabobank Sylvester Business Run en won de Rabobank Sylvester Business Run 2022 beker. Een fantastisch resultaat!

