

## Vitaliteitsprogramma

Resultaten enquête (0-meting)

sterk  
*in je*  
werk

## 1. Inleiding

Werkgevers in de Leidse regio vinden het belangrijk om een vitale organisatie te zijn waarin medewerkers optimaal inzetbaar zijn en blijven. Voor hun medewerkers vinden zij het belangrijk dat zij kunnen werken in een organisatie waarin zij vitaal en gemotiveerd kunnen functioneren in werk dat bij hen past.

De Leidse regio gaat daarom van start met het Vitaliteitsprogramma, 'Sterk in je Werk'. Binnen dit programma richten zij zich op de bewustwording rondom het thema vitaliteit en het onder de aandacht brengen van de beschikbare activiteiten en instrumenten om hiermee actief aan de slag te gaan.

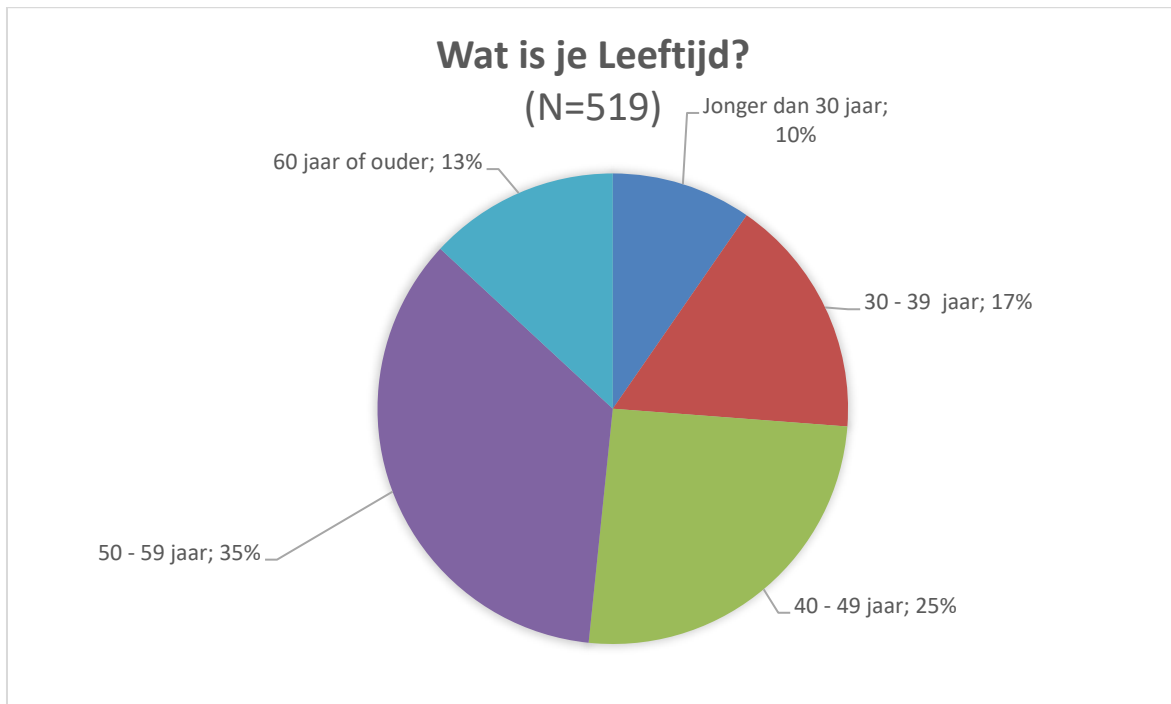
Voorafgaand aan de start van het programma, zijn zij benieuwd naar wat hun medewerkers verstaan onder het begrip vitaliteit, of ze bekend zijn met het beschikbare aanbod en wat hen zou helpen om hun vitaliteit in relatie tot het werk te bevorderen.

Van 10 september t/m 6 oktober 2020 konden werknemers uit de Leidse Regio via intranet deze vragenlijst invullen. In dit rapport staan de resultaten van de vragenlijst.



## 2. Respondenten

De vragenlijst is in totaal door 530 werknemers ingevuld. Aan werknemers is gevraagd naar hun leeftijd, maar deze vraag was niet verplicht.



De leeftijdscategorie die het meest vertegenwoordigd was in deze enquête is de groep mensen tussen de 50 en 59 jaar; ruim een derde van de respondenten (35%) behoort tot deze categorie. Een kwart van de respondenten is 40-49 jaar. 17% van de respondenten was tussen de 30 en 39 jaar en 13% is 60 jaar of ouder. Eén op de tien respondenten was jonger dan 30 jaar.

### 3. Associaties met vitaliteit

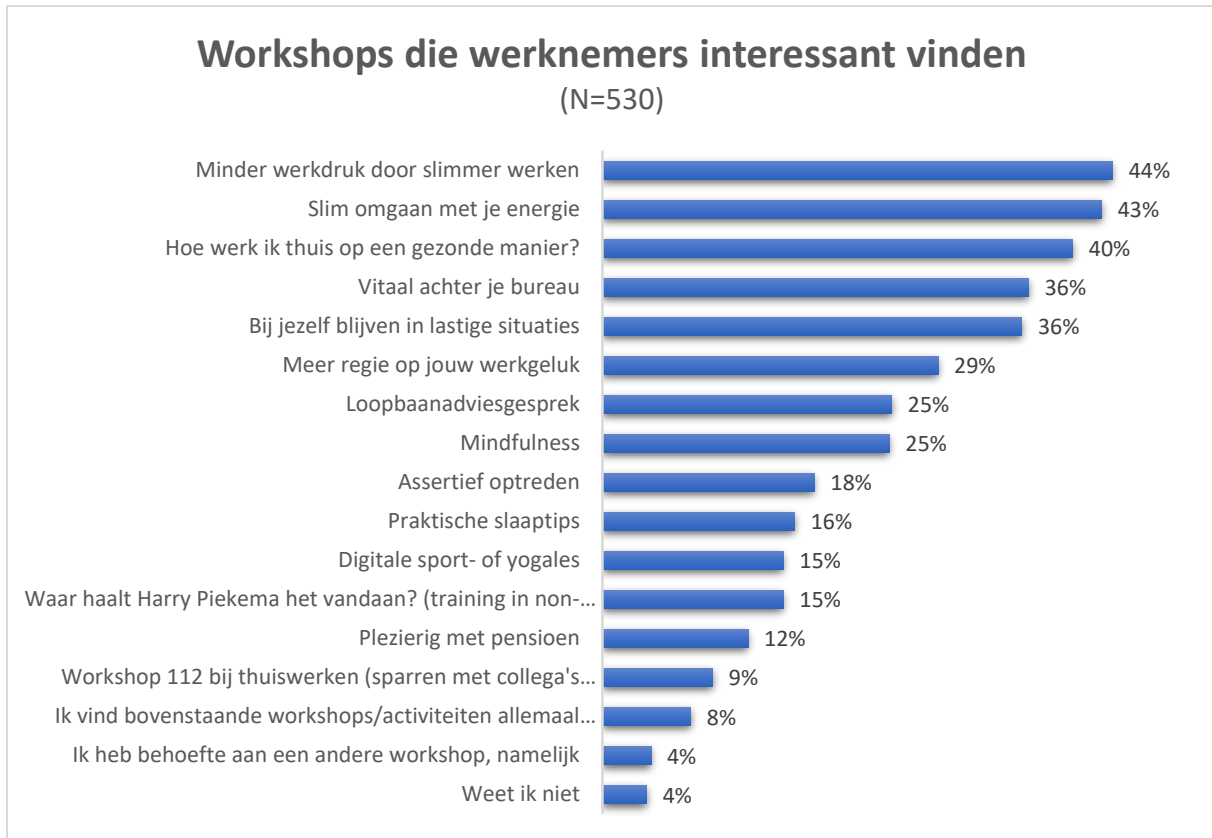
Als eerste is werknemers gevraagd om aan te geven welke begrippen zij associëren met vitaliteit in relatie tot je werk. Men kon maximaal 5 begrippen kiezen die ze het meest hiermee associëren.



Het begrip dat veruit door de meeste mensen geassocieerd wordt met Vitaliteit is 'Goede balans werk – privé'; 85% heeft dit begrip gekozen. 'Slim omgaan met je energie in je werk' wordt daarna het meest genoemd, door 51% van de werknemers. Andere begrippen in de top 5 zijn 'Goede nachtrust' (45%), 'Motivatie' (42%) en 'Het goede gesprek' tussen werknemer en manager (42%). Een 'Yogales' wordt het minst vaak (6%) geassocieerd met Vitaliteit.

#### 4. Interessante workshops volgens werknemers

Academie71 biedt een aantal workshops/activiteiten aan op het gebied van vitaliteit. Werknemers is gevraagd welke van deze workshops zij interessant vinden. Men kon een onbeperkt aantal aankruisen. Gemiddeld zijn er vier workshops gekozen.



De top 3 van meest interessante workshops is: 'Minder werkdruk door slimmer werken' (44%), 'Slim omgaan met energie' (43%) en 'Hoe werk ik thuis op een gezonde manier' (40%). Opvallend is dat collega's vooral 'slimmer' willen werken. Minder genoemde workshops zijn 'Plezierig met pensioen' (12%, deze is natuurlijk voor een speciale doelgroep) en 'Workshop 112 bij thuiswerken (sparren met collega's)' (9%). Een deel van de mensen (8%) vindt alle genoemde workshops niet interessant.

## 5. Andere faciliteiten die werknemers willen gebruiken

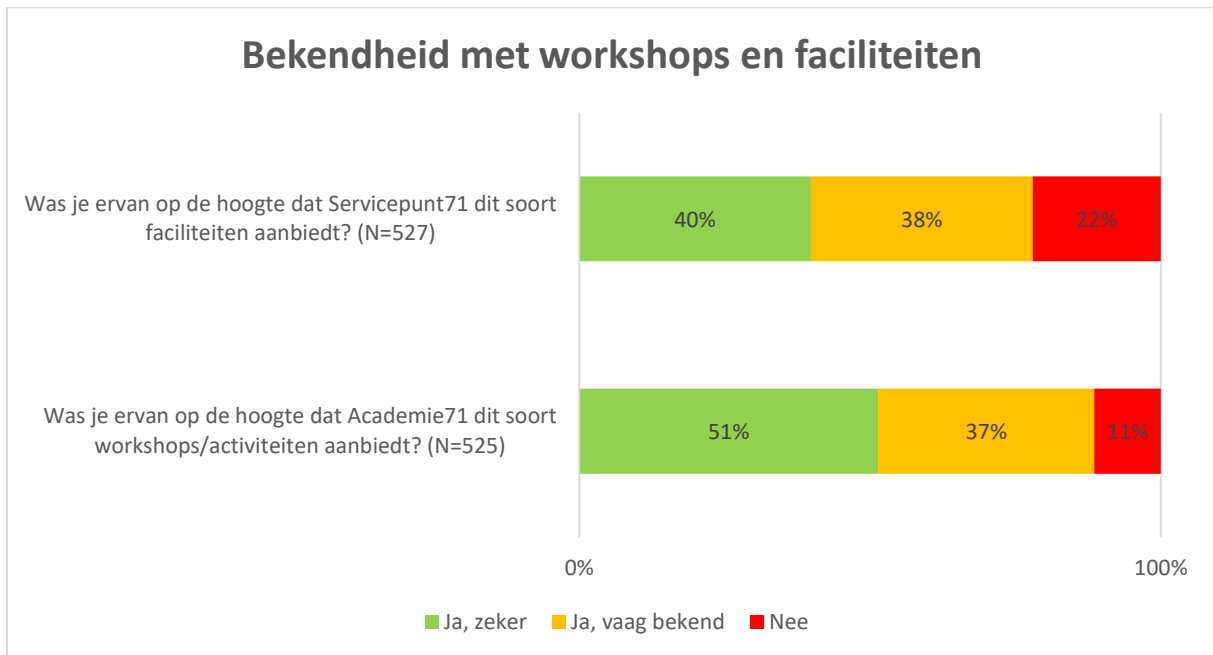
Binnen en buiten Servicepunt71 is ook nog één en ander beschikbaar dat te maken heeft met vitaliteit in je werk. Werknemers is gevraagd welke van deze faciliteiten ze zouden willen gebruiken om hun vitaliteit te bevorderen. Men kon een onbeperkt aantal aankruisen. Gemiddeld zijn er twee faciliteiten gekozen.



De top 3 van meest gekozen faciliteiten is in willekeurige volgorde: 'Arbo-dienstverlening (bv. Goede werkplek, thuiswerken)', 'Mobiliteit bevorderen binnen de gemeente (bv. Flexatures, vacatures, meeloopstages en netwerkgesprekken)' en 'Coaching'. Alle drie de faciliteiten is door 31% van de mensen gekozen. Faciliteiten die werknemers het minst graag willen gebruiken om hun vitaliteit te bevorderen zijn de vertrouwenspersoon (5%) en maatschappelijk werker (3%).

## 6. Bekendheid met aanbod van workshops en faciliteiten

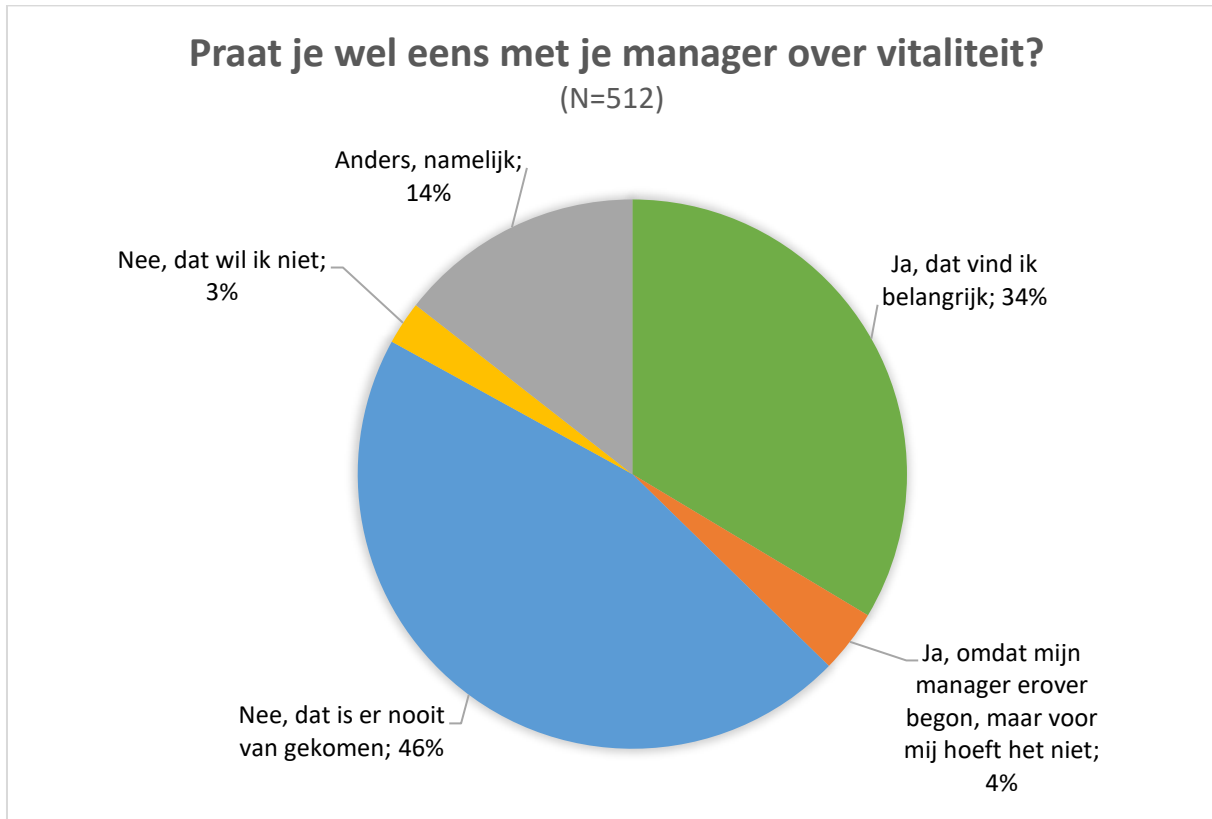
Werknemers is gevraagd in hoeverre zij op de hoogte waren van de workshops en faciliteiten die door of via Academie71, Servicepunt71 of andere organisaties aangeboden worden.



Over het algemeen zijn zowel de workshops van Academie71 als de andere faciliteiten die via Servicepunt71 aangeboden worden al vrij bekend. 78% van de respondenten kent (vaag) de faciliteiten van Servicepunt71 en zelfs 88% kent (vaag) de workshops van Academie71.

## 7. Vitaliteit bespreken met je manager

Werknemers is gevraagd of ze wel eens met hun manager praten over Vitaliteit.



Bijna vier op de tien werknemers (38%) bespreekt 'vitaliteit' wel met zijn/haar manager. De meeste van deze mensen vinden het zelf belangrijk (34%) en 4% bespreekt het omdat de manager erover begon, maar voor hen hoeft het niet besproken te worden. Bijna de helft van de werknemers (49%) geeft aan niet met zijn/haar manager te praten over vitaliteit. De reden hiervoor is in meeste gevallen 'dat is er nooit van gekomen' (46%). 3% van de werknemers wil dit niet bespreken met hun manager.

Onder de andere antwoorden wordt vooral toegelicht hoe vaak het besproken wordt en waarom. Zo geven de meeste mensen aan dat het 'soms' besproken wordt (bijv. tijdens een jaargesprek) of alleen als het nodig is/er behoefte aan is. Een aantal mensen licht toe dat het niet expliciet besproken wordt, maar bijvoorbeeld meer tussen het werk door. Een paar medewerkers geven aan dat het te weinig besproken wordt, dat het pas besproken wordt als het te laat is of dat ze niet het gevoel hebben dat het een belangrijke rol heeft in de bedrijfscultuur.



## 8. Wat bevordert vitaliteit volgens medewerkers

Respondenten is – in een open vraag – gevraagd wat hen zou helpen om hun vitaliteit in relatie tot het werk te bevorderen. 322 mensen hebben deze vraag beantwoord. De andere mensen hebben aangegeven het antwoord niet te weten. Alle open antwoorden zijn in een separaat bestand beschikbaar. Hieronder enkele reacties die vaker terugkomen:

Een goede balans tussen werken en bewegen. Ik merk dat ik te lang achter mijn surface zit en te weinig beweeg.

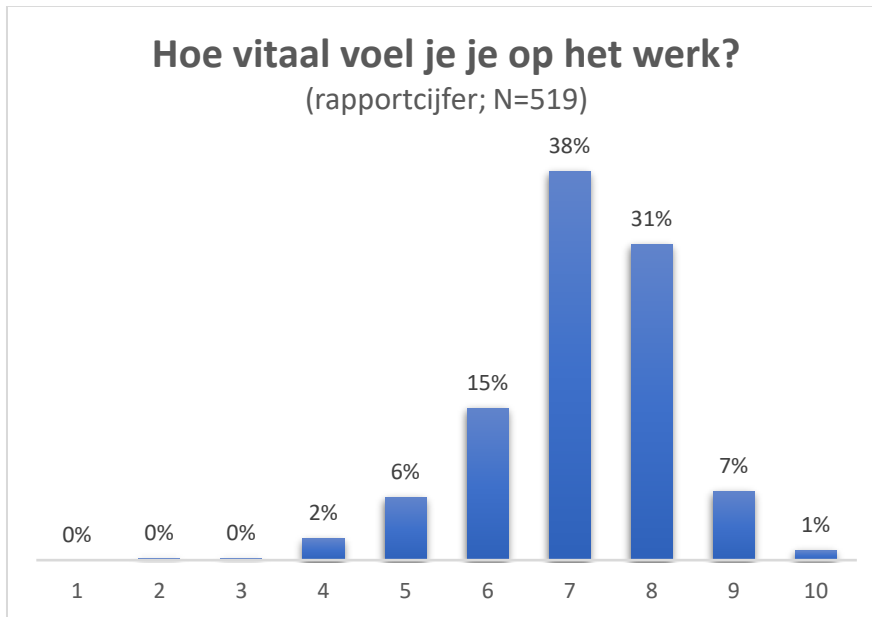
(Middelen voor) een ergonomisch en arbo-technisch goede thuiswerkplek.

Goede balans tussen werk en privé.

Minder werkdruk

## 9. Rapportcijfer

Tot slot is werknemers gevraagd om hun eigen vitaliteit een rapportcijfer te geven.



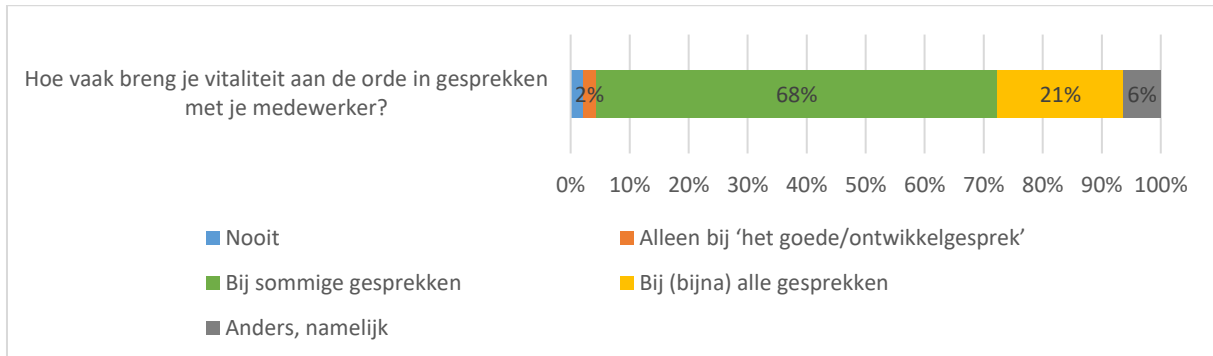
Gemiddeld geven werknemers hun vitaliteit het rapportcijfer 7,1. Ruim 9 op de 10 mensen (91%) scoort een voldoende (6 of hoger). 9% scoort een onvoldoende (een 5 of lager). 313 mensen hebben hun cijfer toegelicht. Deze toelichtingen zijn in een separaat bestand beschikbaar.

## 10. Vitaliteit vanuit managementperspectief

Werknemers die ook een managersrol vervullen is gevraagd om een paar extra vragen in te vullen vanuit hun perspectief als manager. 47 Managers hebben dit gedaan. Dit is 9% t.o.v. het totaal aantal respondenten van de vragenlijst.

## 11. Vitaliteit bespreken met medewerkers

Managers is gevraagd hoe vaak zij vitaliteit aan de orde brengen in gesprekken met hun medewerkers.



Ruim twee derde van de managers (68%) bespreekt vitaliteit 'bij sommige gesprekken' en ruim een vijfde (21%) bij (bijna) alle gesprekken. 2% bespreekt dit alleen bij 'het goed/ontwikkelgesprek' en nog eens 2% bespreekt vitaliteit nooit met werknemers.

## 12. Interessante workshops voor werknemers volgens managers

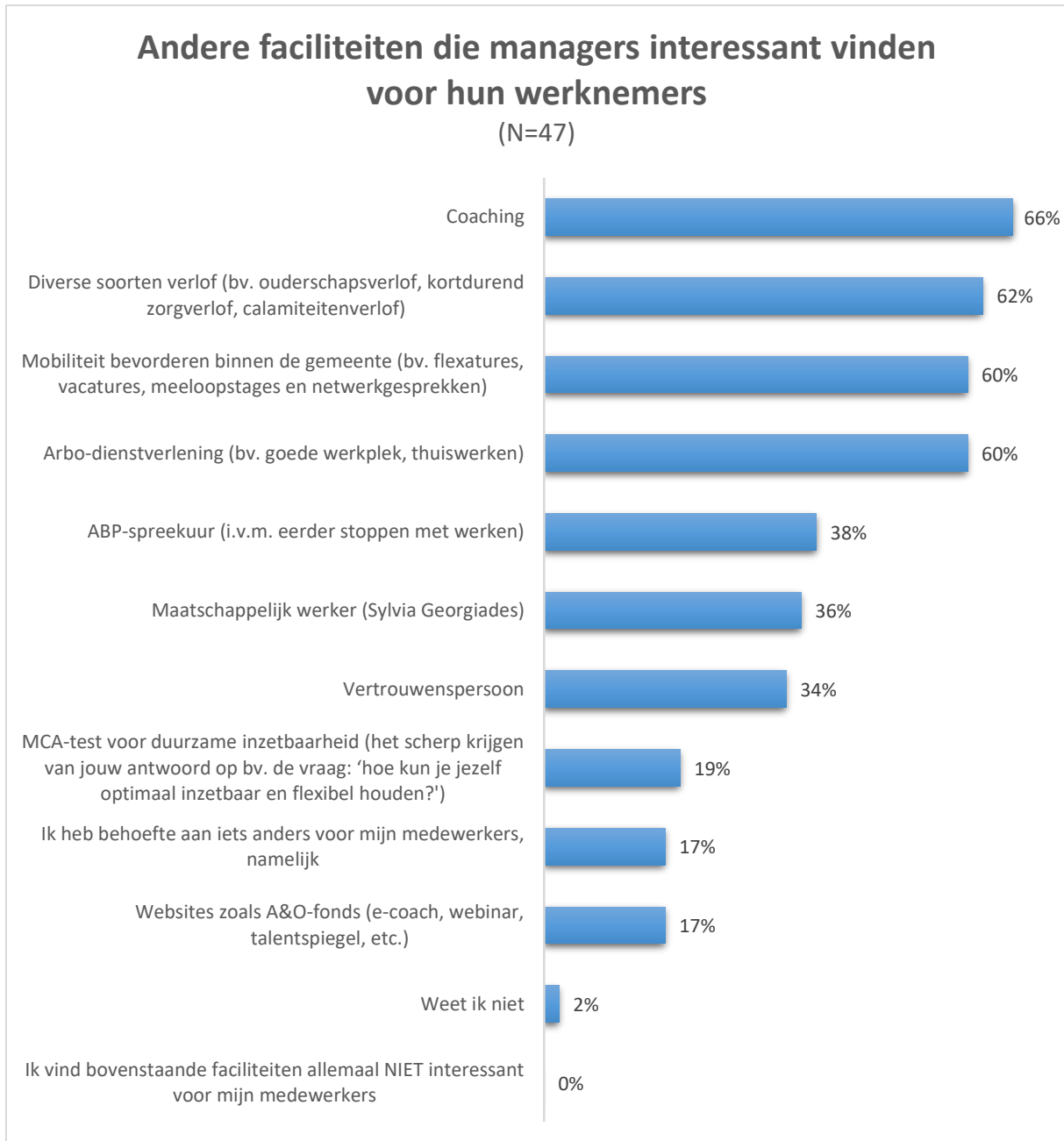
Academie71 biedt een aantal workshops/activiteiten aan op het gebied van vitaliteit. Managers is gevraagd op welk van deze workshops zij hun medewerkers al eens attent hebben gemaakt of welke workshops op dit moment interessant voor hun medewerkers zouden kunnen zijn. Meerdere antwoorden waren mogelijk.



De meest gekozen workshop is een 'loopbaanadviesgesprek'; bijna twee derde van de managers (62%) koos deze optie. Mindfulness werd daarna het vaakst gekozen, door ruim de helft van de managers (55%). De minst populaire workshop is 'waar haalt Harry Piekema het vandaan?'. Dit is een training in non-verbale communicatie. Deze workshop is door 11% van de managers gekozen.

### 13. Andere interessante faciliteiten voor werknemers volgens managers

Binnen en buiten Servicepunt71 is ook nog één en ander beschikbaar dat te maken heeft met vitaliteit in je werk. Managers is gevraagd op welk van deze faciliteiten zij hun medewerkers al eens attent gemaakt hebben of welke op dit moment interessant voor hen zouden kunnen zijn.



De meest gekozen faciliteit is 'Coaching'. Dit is door twee derde van de managers gekozen. Faciliteiten die daarna het meest gekozen zijn, zijn 'Diverse soorten verlof' (62%), 'Mobiliteit bevorderen binnen de gemeente' (60%) en 'Arbo-dienstverlening' (60%). De minst populaire faciliteit is websites zoals A&O-fonds (e-coach, webinar, talentspiegel, etc.), dit is door 17% van de managers gekozen.

