

Heijmans in beweging

Gezonde en vitale medewerkers bij Heijmans Bouw Rotterdam

Groepen mannen, die al speurend door Dordrecht wandelen: de laatste dagen een alledaags beeld. Medewerkers van Heijmans Bouw Rotterdam die met behulp van een GPS op zoek zijn naar de locatie van de volgende workshop.



Studio



Instellen GPS



Opbouw steiger



Uitleg van de opdracht

Gezondheid en vitaliteit, niet-alledaagse onderwerpen voor de meeste bouwplaats-medewerkers. Uit onderzoek is immers gebleken dat men best wel eens wat bewuster met beweging en voeding om zou mogen gaan. De bouw is immers een zwaar beroep en een gezond lichaam kan daarbij een flinke hulp zijn.

Dat vond ook Heijmans Bouw Rotterdam, die samen met KPE daarvoor een training ontwikkelde, Heijmans in beweging, met als hoofddoelstelling de bouwplaats-medewerker bewuster te maken van de risico's en gevolgen van slechte voeding en weinig bewegen.

Na een gezond ontbijt bij 't Bouwhuys en het Heijmans Sportjournaal door de directie, samen met een topsporter, waarin het centrale thema van de dag helder voor het voetlicht werd gebracht, gingen de deelnemers uiteen in drie groepen. Elke groep ging met een GPS op zoek naar de cursuslocatie voor de workshop. Gedurende de dag volgden de groepen op drie verschillende locaties workshops met als onderwerpen 'Communicatie en veiligheid', 'Details in de praktijk' en 'Gezondheid en leefstijl'. Onderweg werden zo veel mogelijk onveilige situaties gefotografeerd, die aan het einde van de dag besproken werden. Ook werden de workshops bezocht door een fysiotherapeut, die nog eens extra aandacht gaf aan de werkhouding bij de verschillende praktijksituaties.

In de workshops werden onder leiding van deskundige trainers onderwerpen behandeld als de hoogwerker, de zaagmachine, het beoordelen van een steiger, technische details en waterdichtheid, gezondheid en leefstijl.

'Nuttig', 'leuk', 'weer eens heel wat anders' en 'veel geleerd vandaag' zijn de veel gehoorde opmerkingen van de deelnemers. Een leerzame dag waarna de medewerkers bewuster omgaan met veiligheid, gezondheid en vitaliteit. Kortom een innovatieve en inhoudelijke trainingsdag!

