

Lancering project 'Recht-OP'



PERSVOORSTELLING

op vrijdag 29 januari 2016 om 9.00 uur door

dhr. Dirk DE FAUW
voorzitter OCMW BRUGGE





toespraak: RECHT-OP: MEER STAAN EN MINDER ZITTEN
door: Dhr. Dirk De fauw, voorzitter OCMW Brugge
datum: vrijdag 29 januari 2016

**Geachte secretaris,
Beste genodigden,
Beste leden van de pers,**

Voor velen is het een dagelijkse realiteit: al zittend in de auto of de trein naar het werk gaan en vervolgens ook daar uren in zithouding werken aan een bureau. Gemiddeld zitten we met zijn allen acht uur per dag. En dat is een probleem, want zo'n sedentaire levensstijl is slecht voor de gezondheid. Je loopt er een groter risico mee op ziektes als obesitas, diabetes, hart- en vaatziekten en bepaalde kankers. Ook een verhoogde cholesterol, hoge bloeddruk, rug- en nekklachten, spataders en gezwollen benen kunnen er het gevolg van zijn.

Van alle mensen die het OCMW tewerkstelt – een dikke 2.000 – heeft een behoorlijk aantal onder hen een bureaujob. Zij staan dus bloot aan de risico's die ik net opsomde. Als OCMW, dat er is voor het welzijn van alle burgers, kunnen we uiteraard niet voorbijgaan aan het welzijn van onze eigen werknemers. Daarom wilden we iets doen. Ons personeel louter aanmoedigen om een half uur per dag te sporten zou te weinig geweest zijn, aangezien er dan nog vele passieve uren overblijven. Neen, het is ook en vooral op het werk zelf dat er minder gezeten moet worden. Het is dus onze verantwoordelijkheid om dat mogelijk te maken.

Concreet zette een projectoproep van VIGEZ, het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie, alles in gang: in 2014 vroeg het aan de lokale besturen om hun bewoners of personeelsleden gezonder te doen leven. Onder de vlag van 'Gezonde Gemeente', een samenwerking tussen het OCMW en de stad Brugge, ontstond zo 'Recht-OP'. Hiermee wilden we het zittend gedrag van, in de eerste plaats, ons personeel, maar tegelijk ook de cliënten, aanpakken. Het Sociaal Huis, waar de burger met al zijn vragen over onze sociale dienstverlening terecht kan, werd gekozen als uitgelezen proefbiotoop.

Vooraleer er maatregelen op de werkvloer kwamen, werd een hele methodiek uitgewerkt die vastlegde hoe we het probleem het best konden aanpakken. Dat soort onderbouwde benadering om iets aan het langdurige zitten te doen, is eerder uniek in Vlaanderen. Zo werden in een eerste fase ambassadeurs aangesteld en engageerden leidinggevenden zich om een voorbeeldrol op te nemen. Om het personeel bewust te maken van het probleem, lieten we hen onder meer stappentellers gebruiken die zwart op wit het tekort aan beweging toonden. Vervolgens kon het echte werk beginnen, met een hele mix aan interventies. Het ging om acties als Recht-OP-vergaderen, waarvoor een in hoogte verstelbare vergadertafel werd aangekocht, en Recht-OP-lunch, waarmee de werknemers hun middagmaal aan receptietafels kunnen eten. Omdat zittend gedrag vermijden niet alleen kan door meer te staan, maar ook door te bewegen, organiseerden we lunchwandelingen.

Bovendien kwam er een tool om persoonlijke Recht-OP-doelstellingen vast te leggen en op te volgen. Tot slot dachten we ook aan de cliënt: op de Opendeurdag van het Sociaal Huis was er een projectstandje dat hen moest informeren over de problematiek en een deel van het cliënteel wordt voortaan aan een staande receptie ontvangen.

Dames en heren,

Ik kan u vandaag meedelen dat het proefproject in het Sociaal Huis als succesvol wordt beschouwd. Daarom willen we de maatregelen die daar zijn doorgevoerd, uitrollen over het hele OCMW. Niet allemaal van de ene dag op de andere, maar geleidelijk aan, om zo ruimte te geven aan de mentaliteitswijziging die noodzakelijk is om er een succes van te maken. Hier in het hoofdgebouw zullen de eerste aanpassingen binnenkort wel al opduiken: er opent een vergaderzaal met aanpasbare tafel en we voorzien de cafetaria van receptietafels.

Het OCMW Brugge wil met dit project een voortrekkersrol opnemen en hoopt dat andere werkplekken en bij uitbreiding de gehele samenleving bewuster worden van de problemen die langdurig zitgedrag kunnen veroorzaken. Een gezondere bevolking staat namelijk voor een productievere bevolking, wat bijdraagt tot een veiliger omgeving, een sterkere draagkracht van gezinnen, de bestrijding van armoede en een toename van sociale steun en cohesie. Kortom, een rechtvaardigere samenleving. Recht-OP kan dus indirect bijdragen aan de kerndoelstelling van het OCMW. Net daarom willen we er zo nadrukkelijk op inzetten.

Dirk De fauw,

Voorzitter OCMW Brugge

Een digitale versie van deze tekst is verkrijgbaar via:

Benjamin Ponsaerts – Redacteur-informatie – Communicatiemedewerker OCMW Brugge

Benjamin.Ponsaerts@ocmw-brugge.be – tel. 050 32 73 09

Voor meer informatie over Recht-OP:

Jean Van Hoornweder – Coördinator Recht-OP

jean.vanhoornweder@ocmw-brugge.be – tel. 050 32 75 93
