

Aftrap 10.000-stappenclash



PERSVOORSTELLING

op vrijdag 29 april 2016 om 11.30 uur door

dhr. Dirk DE FAUW
voorzitter OCMW Brugge



toespraak: AFTRAP 10.000-STAPPENCLASH
door: Dhr. Dirk De fauw, voorzitter OCMW Brugge
datum: vrijdag 29 april 2016

Geachte secretaris,

Beste genodigden,

Beste leden van de pers,

Terwijl de Belgische voetbalcompetitie zijn laatste rechte lijn ingaat en vele ogen daarop gericht zijn, willen we met het OCMW Brugge graag de aandacht vestigen op een andere competitie, die morgen van start gaat. Vanaf dan loopt immers nog tot 28 mei de 10.000-stappenclash tussen alle Vlaamse gemeenten. Net zoals we hopen dat Club de titel in het voetbal pakt, hopen we de stad Brugge mee de titel van fitste gemeente van Vlaanderen te kunnen bezorgen.

Het opzet van die clash is eenvoudig: iedereen kan zijn gemeente aan de overwinning helpen door dagelijks zoveel mogelijk stappen te zetten. 10.000 stappen per dag zijn het streefdoel, dan heb je de aanbevolen minimumhoeveelheid aan beweging in de benen. De gemeente waar na één maand uiteindelijk de meeste stappen zijn gezet, in verhouding tot het aantal volwassen inwoners, is de winnaar.

Hier in het OCMW scharen we ons voluit achter deze clash, een initiatief van het Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie en de Vlaamse Logo's. Daarom hebben we onze werknemers aangemoedigd om deel te nemen en boden we ook stappentellers aan. Niet minder dan een 130 personeelsleden zullen de komende maand hun beste beentje voor zetten. Maar ook het grote publiek werd via onze Facebookpagina opgeroepen om dagelijks hun stappen te zetten en zo van Brugge de fitste gemeente van Vlaanderen te maken.

Het belang van deze clash is dan ook groot. Ik durf te zeggen: van groter belang dan de voetbalcompetitie. Niet omdat Brugge kost wat kost de fitste gemeente van Vlaanderen moet worden. Neen, dit initiatief draait om het bevorderen van de gezondheid, van onze werknemers, de Bruggelingen en bij uitbreiding alle Vlamingen.

Voor veel mensen geldt namelijk dat ze te weinig bewegen. Onlangs nog bleek uit een studie van het Wetenschappelijk Instituut voor Volksgezondheid dat zowel kinderen als volwassenen te weinig aan beweging doen. Zeker wie een bureaujob heeft, komt snel aan heel wat zittende uren. En zoiets is nefast voor de gezondheid: je loopt er een groter risico mee op een verhoogde cholesterol, een hoge bloeddruk, rug- en nekklachten, spataders, gezwollen benen, een depressie, obesitas, diabetes, hart- en vaatziekten en zelfs bepaalde kankers. Een lang en ontnuchterend lijstje dus, dat tot actie aanzet.

Als OCMW kunnen we niet ongevoelig blijven voor deze materie. Daarom zetten we onze schouders onder de 10.000-stappenclash. Maar daar blijft het niet bij. Om de gezondheid van onze werknemers en de bevolking te bevorderen, vinden er nog heel wat andere acties plaats, die vallen onder de noemer Gezonde Gemeente Brugge, een samenwerking tussen het OCMW en de stad. Zo is er het project Recht-OP, waarmee we vooral onze personeelsleden meer willen doen rechtstaan op het werk. Kleine ingrepen zoals vergaderen

of lunchen aan statafels kunnen daaraan bijdragen. Bovendien genereren alle acties van Gezonde Gemeente Brugge ook een win-wineffect: gezonde werknemers presteren immers beter en zijn ook minder afwezig door ziekte.

Tot slot draagt ook deze infrastructuur bij aan de realisatie van gezondheidsdoelstellingen. Dit jaar is het tien jaar geleden dat het OCMW met een grote verhuisoperatie dit gecentraliseerde hoofdgebouw betrok. Door verschillende diensten op deze plek samen te brengen, werd het veel makkelijker om gestructureerd en gericht aan de gezondheid van het personeel te werken. Bovendien was dat gezondheidsaspect ook een van de factoren waarmee rekening is gehouden bij het ontwerp, zoals je hier, in de fitnesszaal, kan vaststellen. Werknemers kunnen hier voor 5 euro per maand sporten, maar deze ruimte staat onder meer ook open voor wie bij de Stad Brugge werkt, voor bezoekers van onze dienstencentra en bewoners van Ons Huis, mensen met een beperking.

Dames en heren,

De gezondheid van onze werknemers, maar ook die van de burger, laat ons duidelijk niet koud. De aanleiding voor deze speech is de aftrap van de 10.000-stappenclash, dus eindig ik graag met deze oproep: niet alleen binnen het OCMW maar ook daarbuiten zouden zoveel mogelijk mensen moeten meedoen aan de 10.000-stappenclash. Want bewegen is gezond!

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 de 10.000-stappenclash:

Jean Van Hoornweder – Coördinator Kinesithérapie – Preventiedienst OCMW Brugge
jean.vanhoornweder@ocmw-brugge.be – tel. 050 32 75 93