

Aan de slag met vitaliteit en werkplezier

Amfors ontwikkelde een gereedschapskist voor de interne productieafdelingen. Deze rode gereedschapskist op wieltjes bevat 'gereedschap' voor ontwikkelingsgerichte activiteiten en spellen op de werkvloer. 'Een spelletje of activiteit doen, geeft afwisseling, en dat zorgt dat we ons beter voelen en ons werk goed volhouden.'

Tekst: Berdien Griffioen en Jeanne Buwalda



Medewerker Rob is enthousiast over het balspel.

De eerste order van de werkdag is afgerond. Het is nog wachten op het materiaal voor de volgende order. Dit betekent dat er even niks te doen is voor de dertig medewerkers op één van de interne productieafdelingen van Amfors. Gelukkig is daar de nieuwe Gereedschapskist. Na een aanmoediging van de leidinggevende pakken de medewerkers verschillende materialen uit de

lades. Er ontstaat beweging en vrolijk geroezemoes in de hal. Een voorvrouw gooit een bal naar een medewerker terwijl zij vraagt hoe de medewerker het beste ontspant na werktijd. De medewerker vangt de bal, geeft antwoord, en gooit de bal naar een volgende medewerker. Wanneer het materiaal voor de volgende order is gearriveerd, beginnen de medewerkers met nieuwe energie aan hun volgende werктаak.

Zinvolle invulling van loze momenten

Amfors onderzoekt wat medewerkers en leidinggevendenden helpt bij het bevorderen van vitaliteit en werkplezier. Leden van het projectteam Vitaliteit werken mee op de afdelingen en gaan in gesprek met de medewerkers. Zij geven aan dat ze wel iets willen *doen* als ze even moeten

om de wens van medewerkers te vertalen naar ontwikkelingsgerichte activiteiten. Hierbij richtte het projectteam zich op vier belangrijke thema's bij Amfors: vitaliteit, samenwerken, taalvaardigheid en rekenvaardigheid. Het materiaal moet beschikbaar zijn voor alle niveaus en moet bovendien verplaatsbaar zijn, zodat het in alle hallen te gebruiken is. Na een dag meewerken en bij het zien van een lege gereedschapskist, kwam alles bij elkaar. De basis was gelegd.

Het gereedschap verzamelen

De wensen van de medewerkers waren helder. Toch bleek het vullen van de gereedschapskist niet eenvoudig. Bestaand materiaal voor volwassenen was óf te complex óf ontwikkeld voor leerkrachten en niet geschikt om zonder docent te gebruiken. Daarnaast bleek

'We worden moe van de hele dag hetzelfde werk doen. Even naar buiten, opstaan, een spelletje of activiteit, geeft afwisseling'

wachten. Er blijkt vooral behoefte aan activiteiten om fysiek en mentaal in beweging te komen. Zoals de medewerkers Lucienne en Svetlana het verwoorden: 'We worden moe van de hele dag hetzelfde werk doen. Dus even naar buiten gaan, even opstaan, een spelletje of activiteit doen, geeft afwisseling. En dat zorgt dat we ons beter voelen en ons werk goed volhouden!'

Wensen van onze medewerkers

Samen met een leidinggevende en voorvrouw ging het projectteam aan de slag

veel educatief materiaal ontwikkeld voor kinderen en om die reden ongeschikt. De coronatijd bood gelukkig een kans: er was voldoende tijd om zelf materiaal te ontwikkelen. Het grote voordeel hiervan was dat we het zo passend konden maken als we wilden. Het resultaat: een goed gevulde gereedschapskist. Een quiz over gezonde leefstijl, rekenpuzzels, een bal om mee te bewegen, een kwartet met weetjes over voeding, een krant voor laaggeletterden, het spel over de streep én een kletsput om je collega's beter te leren kennen: je vindt het allemaal in de ►



Beldien (links) en Jeanne met het kwartetspel over het bedrijfsrestaurant.

gereedschapskist. Elke activiteit heeft een eigen uitlegkaart waarop de doelen, tijdsbesteding en werkwijze helder en leesbaar zijn beschreven. De voorbeelden en onderwerpen die gebruikt worden, hebben betrekking op het werk bij Amfors. De tips over vitaliteit zijn ook thuis toepasbaar.

Enthousiasme, blijdschap én verbazing

Voorman Theo vertelt: 'De Gereedschapskist levert veel reacties op: enthousiasme, blijdschap én verbazing: "Wat is dit? Dit hebben we nog nooit gedaan, wat leuk!"' Theo ziet dat medewerkers de spellen leuk en leerzaam vinden en dat ze ervoor open

staan. Medewerkster Saskia vertelt: 'De puzzel was moeilijk, maar het is wel goed om rekenen te leren. En het bewegen was ook leuk, lekker even actief zijn!'

De gereedschapskist bevordert zowel het fysieke als het mentale welzijn. Het bevordert de sfeer en voorkomt uitval. 'Contact leggen vinden veel medewerkers moeilijk,' weet Theo. 'De meesten zitten vaak aan dezelfde tafel en met dezelfde groep collega's. Dus een spel helpt om te switchen van tafel en zo wordt het contact gemakkelijk gelegd.' Medewerkers moeten ook wel wennen aan de gereedschapskist. 'Ik ben hier om te werken, niet om spelletjes te doen!' klinkt het soms. Maar na een goede uit-

leg zien ook deze medewerkers het belang en het voordeel van de kist.

Een product van iedereen

Een belangrijke succesfactor is de directe feedback van de medewerkers richting het projectteam. Door regelmatig over de afdelingen te lopen, horen en zien we wat er (minder) goed werkt. Belangrijk is bijvoorbeeld om je niet te verliezen in een heel repertoire nieuwe en hippe ideeën, maar om aan te sluiten bij bekende spellen. Medewerkers blijken de kist zelf ook aan te vullen of vragen om nieuw materiaal. Zo vroeg een afdeling met veel medewerkers met een smartphone om een lijst met interessante oefenwebsites. In één van de gereedschapskisten is een damspel verschenen en worden regelmatig prachtige nieuwe woordzoekers aangetroffen.

De gereedschapskist is dus nooit af. De komende jaren zoekt Amfors actief naar dat wat de medewerkers helpt om zich te ontwikkelen. Hun wensen staan centraal. De Amfors Gereedschapskist is een product van en voor iedereen. ■

Meer weten? Kijk op www.gezondheidmetdewerkvloer.nl of www.inclusivefieldlab.nl

Vitaliteit, werkplezier en ontwikkeling

Bij Amfors staan medewerkers centraal. 'Wij vinden het belangrijk dat zij plezier hebben op het werk. Dit is ook goed voor hun welzijn en het bedrijf. Tevreden medewerkers blijven langer fit. Daarnaast is het belangrijk dat medewerkers zich blijven ontwikkelen. Zij doen dat het beste door het opdoen van positieve leerervaringen. En nog beter wanneer zij zelf kiezen voor deze ervaringen.' Amfors faciliteert en stimuleert dit, zodat medewerkers kunnen leren/ontwikkelen op het gebied van communicatie, taal, gezondheid en hun eigen gedrag.