

## health Inc.

Worksite health programs in SME's

**Veerle Hermans**  
Els Wouters, Verina Servranckx, Claire Baukens

**idewe**  
Centrum voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**vigez**  
Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

Partners: **unizo**, **idewe**, **Proximo**, **sporia**, **pon**, **Duwijckpark**, **UNIVERSITEIT GENT**, **Met Frankele door en**, **EFV** (Kantoor voor Vlaamse Mediagereguleerder)

## health Inc.

### Do we have a problem? ...

EU15: 41,1 years

**idewe**  
Centrum voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**vigez**  
Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**health Inc.**

## METHODOLOGY

- practical stepwise approach
- Wouters, E., 2005
- basis: stimulation of a healthy lifestyle policy (physical activity & healthy nutrition)
  - the level of the individual company
  - the level of company associations.
- 2 pilot sites

**idewe**  
Centrum voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**vigez**  
Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

## RESULTS

- Network development
- Creation of 4 instruments
  - Interactive website

**idewe**  
Centrum voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**vigez**  
Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

## RESULTS

- Network development
- Creation of 4 instruments
  - Interactive website
  - Roadmap for common health activities

**idewe**  
Centrum voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**vigez**  
Vlaams Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**nv gezond**

## RESULTS

- Network development
- Creation of 4 instruments
  - Interactive website
  - Roadmap for common health activities
  - Roadmap for health promotion in the individual company
  - Guide for individual lifestyle advice

**idewe**  
Interleuvenlaan 58 • 3001 Heverlee • België  
tel. 02 260 20 20 • www.idewe.be

**vigez**  
Viaans Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**nv gezond**



Companies	6/12
Project partner	POM Antwerp
Services providers	5
Actions for employers	Fit test and city walk
Actions for employees	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kick-off during lunch break: walk or fit test, fruit</li> <li>• Initiation courses: yoga, RPM Spinning, Bodypump, Zumba®</li> <li>• Project 10000 steps</li> <li>• Workshop healthy food</li> <li>• Workshop fruit at work</li> <li>• Info website</li> <li>• Health consultations</li> </ul>

**idewe**  
Interleuvenlaan 58 • 3001 Heverlee • België  
tel. 02 260 20 20 • www.idewe.be

**vigez**  
Viaans Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**nv gezond**



Companies	23/100
Project partner	Vzw De Prikjels
Services providers	5
Actions for employers	Healthy breakfast followed by walking or fit test
Actions for employees	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kick-off during lunch break: healthy soup + sandwich, walk or fit test, foto bike quest</li> <li>• Project 10000 steps</li> <li>• Run trail</li> <li>• Fruit at work</li> </ul>

**idewe**  
Interleuvenlaan 58 • 3001 Heverlee • België  
tel. 02 260 20 20 • www.idewe.be

**vigez**  
Viaans Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

**nv gezond**








**idewe**  
Interleuvenlaan 58 • 3001 Heverlee • België  
tel. 02 260 20 20 • www.idewe.be

**vigez**  
Viaans Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw



**Bedrijventerrein laat werknemers sporten**

**Werknemers Duijckpark werken aan gezondheid**

**Bedrijven Duijckpark willen gezonde werknemers**

**NV Gezond zet mensen in beweging**

**nv gezond**

## And next ?

- Dissemination phase
- Methodology available for all companies
- Partners organise activities in other estates
- Awards

veerle.hermans@idewe.be  
Group IDEWE  
Interleuvenlaan 58  
3001 Heverlee  
Belgium

**idewe**  
Interleuvenlaan 58 • 3001 Heverlee • België  
tel. 02 260 20 20 • www.idewe.be

**vigez**  
Viaans Instituut voor Gezondheidspromotie en Ziektepreventie vzw

*Optimising work environments*