



No Steps No Glory: Biostoom Oostende pakt de titel en is het fitste bedrijf van Vlaanderen

De 10.000-stappenclash ‘No steps, no glory!’ voor bedrijven ging door van 1 tot 31 mei. De bedoeling was om zoveel mogelijk stappen te zetten in één maand tijd. Van de 33 deelnemende bedrijven eindigde Biostoom Oostende op de eerste plaats. De werknemers van Biostoom zetten in de maand mei elk gemiddeld 15.406 stappen per dag.

Voldoende bewegen zorgt voor talrijke voordelen

Het is bewezen dat voldoende bewegen verschillende gezondheidsvoordelen teweegbrengt op zowel fysiek als mentaal vlak. Op regelmatige basis bewegen zorgt ervoor dat je op het werk alerter, productiever en stressbestendiger bent. Als je voldoende beweegt dan zorg je voor beter ontwikkelde spieren en botten. Ook het risico op kanker neemt af als je dagelijks beweegt. Bovendien neemt de jobtevredenheid toe. Samen met collega's op de werkvloer streven naar de meeste stappen en daarbij de andere bedrijven verslaan is bevorderend voor de teamspirit. Alleen maar voordelen dus.

De reis van Biostoom Oostende

Biostoom Oostende vindt de gezondheid van de medewerkers belangrijk. 23 medewerkers van Biostoom stapten samen naar de overwinning. Gedurende een periode van 4 weken hielden de werknemers hun stappen nauwkeurig bij. Samen stapten de medewerkers 6.153.054 stappen bijeen. Dat is een reis van 4.307 km in totaal.

Biostoom is erg tevreden met hun prestaties. Luc Lievens, Plant Manager van Biostoom blikt terug: *“Bij onze vorige deelname behaalden we een mooie 2^{de} plaats maar ik had eerlijk gezegd niet verwacht dat er nu terug een podiumplaats zou in zitten. Toen we na de eerste week al in de top 3 zaten kregen we natuurlijk wel hoop. Ik was aangenaam verrast dat zoveel werknemers deelnamen aan de actie, en tegelijkertijd bewijst dit dat bewegen voor velen echt wel belangrijk geworden is. Sowieso worden er bij Biostoom Oostende op de werkvloer al veel kilometers gedaan, maar velen hebben toch nog een extra tandje bijgestoken. Bovendien komt ook een groot deel van het personeel van Biostoom Oostende met de fiets naar het werk. In 2021 kwam maar liefst 92% regelmatig met de fiets, samen goed voor 1772 verplaatsingen of 44737 km.”*

Nice to know

- 2 329 werknemers stapten mee in de stappenclash. Samen werden er 582 377 409 stappen gezet. Dat is 407 662 km of meer dan de verste afstand tussen de aarde en de maan.
- Met 232 werknemers was VZW UNIE-K het bedrijf met de meeste deelnemers. Zij legden ook de grootste afstand af: 43 246 km. Dat is meer dan één toertje rond de wereld.
- De 2^e plaats ging naar WZC Immaculata Pelt en de 3^e plaats ging naar Campine.



Meer informatie?

Bedrijven die de wisselbeker ook eens willen veroveren, vinden meer informatie op www.gezondleven.be/nostepsnoglory.

'No steps, no glory' is een project georganiseerd door de Vlaamse Logo's, de Externe Diensten voor Preventie en Bescherming op het Werk (Mensura, Provikmo en Idewe) en het Vlaams Instituut Gezond Leven.

Contactgegevens

- De Vlaamse Logo's
Ellen Van der Bauwede
+32 25 82 75 91
ellen@logozenneland.be
- Externe Dienst Preventie & Bescherming op het Werk – Liantis
Alexandra Van Kerkhoven
+32 485 63 47 40
alexandra.vankerkhoven@liantis.be
- Vlaams Instituut Gezond Leven
Annelies Vandenberghe
+32 2422 49 27
Annelies.Vandenberghe@gezondleven.be
- Logo Brugge-Oostende
Jana Rotsaert
050 32 62 95
jana.rotsaert@logobrugge-oostende.be
- Biostoom Oostende
Luc Lievens
+32 59 24 20 00
info@biostoom.be