

Pauze Paden

In een streven om het welzijn van werknemers te bevorderen en te zorgen voor een gezonde werkplek, zijn werkgevers steeds vaker op zoek naar vernieuwde benaderingen om het bewegen te bevorderen. Een van deze opkomende initiatieven omvat het in kaart brengen van wandelroutes, die we liefkozend "Pauze-Paden" kunnen noemen, als tegenhanger van de bekende "klompenpaden". Deze wandelroutes staan in het teken van het verlaten van de gebaande paden over de saaie Nederlandse bedrijventerreinen en het verkennen van de natuurlijke omgeving rondom kantoren en andere werklocaties. Dit biedt niet alleen fysieke voordelen, zoals het stimuleren van de bloedsomloop en het verbeteren van de algehele conditie, maar het heeft ook positieve effecten op de mentale gezondheid. Het achterlaten van de stressvolle kantoor sfeer voor een moment van rust en reflectie te midden van groene landschappen kan verfrissend en verjongend zijn.

Heijmans heeft reeds een gids uitgebracht "eropuit wandel en fiets". Deze gids neemt je mee op een reis door de wereld van wandelen en fietsen rondom de vele vestigingen van Heijmans. Van adembenemende paden die door weelderige parken slingeren tot schilderachtige routes langs kabbelende beekjes en historische bezienswaardigheden, we zullen ontdekken hoe deze eenvoudige activiteiten kunnen leiden tot een betere werk-privébalans en een verhoogde levenskwaliteit. Om die reden wordt personeel gestimuleerd om regelmatig een werkoverleg ook wandelend te doen, wanneer dit praktisch mogelijk is. We zoeken dan ook of initiatieven om bijvoorbeeld Wandelmeetingpoints te realiseren in onze kantoren en andere werklocaties bijdraagt aan het ontmoeten en stimuleren om te lopen.

Heijmans wil met dit initiatief naar andere bedrijven een voorbeeld zijn dit initiatief. Dat is ook de reden dat we komende tijd dit initiatief onder kennisdragers willen verspreiden. Daar komt bij dat de aandacht voor lopen ook belangrijk is in de gebiedsontwikkelingen die Heijmans uitvoert. De keuze om de fiets te pakken of te lopen in plaats van autogebruik, begint in de woonkamer. Als vastgoedontwikkelaar hebben wij dus invloed in het verplaatsingsgedrag van individuen. We gebruiken de belevingservaringen van o.a. ons personeel voor het lopen ook om inzicht te krijgen in het stimuleren van lopen in onze projecten.

