

Een sportieve Ploeg

Wie fit en vitaal is, voelt zich lekker en werkt met meer plezier en energie. Bij Ploeg kozijnen is het welzijn van de medewerkers dan ook een belangrijk speerpunt.

Manouk Hoogenboom, HR-medewerker, vertelt: 'Lichamelijke inspanning en geestelijke ontspanning zijn enorm belangrijk in je werk. Met een uitgebreid gezondheidsplan hebben we bij Ploeg kozijnen veel aandacht voor het welzijn van onze medewerkers. Dat doen we onder meer door bewegen te stimuleren met een sportabonnement en een fietsplan waarmee je met een leuk voordeel een nieuwe fiets aanschaft. Sport is een grote verbindende factor binnen het bedrijf. De saamhorigheid is groot. Er zijn collega's die elke dag samen naar het werk fietsen. Daarnaast is er een actieve personeelsvereniging, die sportieve uitjes organiseert. Tijdens de activiteiten – die nu online plaatsvinden – gaat iedereen er vol voor. Ook op de werkvloer zorgen we voor gezonde handvatten. We maken onze collega's bewust van hun werkhouding. Er zijn zit-sta-bureaus en zitballen om af te wisselen. Daarnaast is er voor iedereen vers fruit in de kantine; een gezond extraatje. Dat is ontstaan vanuit het idee 'zien eten, doet eten'.'

WANDELCHALLENGE

Dit jaar daagt het bedrijf z'n medewerkers uit met een gezonde challenge. Manouk: 'Fysiek en metaal gezond blijven is nu belangrijker dan ooit. Dagelijks een rondje wandelen draagt daar al aan bij. Daarom zijn we onlangs met de Ommetje-app van de Hersenstichting gestart. Er is een flinke competitie gaande, want: wie haalt wie in? Behalve dat je getriggerd wordt om een rondje te lopen, zorgt het ook voor extra



Freek Ganzevles tijdens de Coast to coast-wielerrit in 2019.

Manouk
Hoogenboom,
HR-medewerker



interactie in een tijd waarin we elkaar wat minder zien. En wil je je werkdag beginnen of juist onderbreken met een wandeling? Die flexibiliteit in werktijd is er. Door in beweging te blijven, houd je je mind actief en kun je je werk beter doen.'

SAMEN FIETSEN

Freek Ganzevles is calculator projecten bij Ploeg kozijnen en enorm sportief. 'Ik stel de begroting en offertes op voor zakelijke klanten. Ik heb een leuke kantoorbaan, waarbij ik de dag vaak achter de computer doorbreng. Om fris te beginnen en aan het eind van de dag mijn hoofd leeg te maken fiets ik van en naar werk; van mijn huis naar Nieuw-Vennep is het zo'n zestien kilometer. Dat doe ik samen met collega's, al verklaren zij me voor gek als ik me niet laat tegenhouden door regen. Sporten doe ik omdat ik het leuk vind, ik krijg er energie van. Ik ben een fanatiek marathonschaatser. Ik rijd twee competities en train daarnaast twee keer in de

week. Als het schaatsseizoen voorbij is, stap ik op de racefiets. Ik fiets in mijn vrije tijd vaak drie keer per week. Meestal met vrienden; in het weekend pakken we een lekker appeltaartje mee. De gemiddelde afstand per rit? Zo'n negentig kilometer. Met collega's heb ik meer gemeen dan alleen werk. Zo hebben we een aantal jaar geleden een Coast tot coast-fietsvakantie naar de Pyreneeën georganiseerd. Daarnaast is er elk jaar de Ploeg wielerrit: een evenement van honderd kilometer voor collega's en relaties, waar ik natuurlijk ook aan meedoe!'

Kom jij ook bij onze Ploeg? Neem snel een kijkje op: ploegkozijnen.nl/onze-ploeg/werken-bij
Ploeg kozijnen
Pesetaweg 45
2153 PJ Nieuw-Vennep
(0252) 500 900
solliciteren@ploegkozijnen.nl