

Waarom lukt het NTP wèl?

Interview met Ferry Jansen, sinds 9 jaar directeur bij NTP Groep. Hij vertelt over het vitaliteitstraject dat nu enige jaren loopt en wat dat voor effect heeft gehad, op hem zelf maar zeker ook op het bedrijf.

Astrid Frijlink, vitaliteitscoach, Charly Green.

Start

"Al 5 jaar zijn we bij NTP bezig met een vitaliteitsprogramma waarvan de laatste 2 jaar in succesvolle samenwerking met Charly Green. Met deze organisatie hebben wij een traject opgezet waarbij onze medewerkers gebruik kunnen maken van een persoonlijk coach die inzicht geeft in voeding, beweging en stress/werkdruk en hoe je daar op een goeie manier mee om kan gaan.

Sociaal en Vitaal is één van de vier pijlers onder ons bedrijf. Mede om die reden vind ik het belangrijk om het goeie voorbeeld te geven. Ik merkte al een tijdje dat de weegschaal naar de verkeerde kant begon door te slaan en als ik een trap opliep stond het zweet al op mijn voorhoofd. Tijd dus voor actie.

Ik ben vroeger altijd wel behoorlijk sportief geweest maar tijdens de intake met mijn coach schrok ik wel van de conditie waarin ik verkeerde; ik had aardig ingeleverd de afgelopen jaren. Dit was niet alleen een eye-opener maar tevens het begin van een radicale switch in mijn leefpatroon. Mijn voeding heb ik drastisch veranderd en ik ben weer meer gaan sporten.



Coach

Door mijn coach kreeg ik inzicht in de keuzes die ik bewust ging maken, ook door etiketten op voedingsmiddelen te beoordelen. Daar stond ik vroeger nooit bij stil. En ik ben er mega trots op dat ik elke keer zie dat mijn resultaten goed vooruit gaan.

Niet alleen op de weegschaal heeft het een positief effect: ook in mijn werk merk ik dat ik periodes van stress beter aan kan. Mijn persoonlijke coaching is inmiddels afgerond maar ik ga deze lijn zeker vasthouden. Ook al houd ik wel van een feestje: af en toe een uitspatting moet kunnen, maar daarna gewoon weer op de gezonde toer.

Wat betekent dit voor NTP?

Bedrijfsbreed zien we ook de omslag. In totaal hebben inmiddels een kleine 60 medewerkers meegedaan (ca. 30% van het totale medewerkersbestand).

Het leuke daarvan is dat we onderling nu heel andere gesprekstof hebben. Het komt nu voor dat we aan elkaar vragen: wat eet jij vandaag? Dat stimuleert echt, je staat er niet alleen voor. Gezond wordt de norm!

Gezondheid als norm

Mijn wens voor NTP is dat de vitaliteits inktvlek nog groter wordt en dat over een paar jaar 80% van de medewerkers heeft meegedaan. Het is zelfs merkbaar dat ons bedrijf naar de buitenwereld een andere uitstraling heeft gekregen. Het is nu al een paar keer voorgekomen dat een opdrachtgever op de fiets naar ons kantoor kwam. De keus voor de fiets was gemaakt omdat ze bij zo'n vitaal bedrijf als NTP een sportieve indruk wilden maken! Kijk, als we dat uitdragen dan denk ik dat onze missie nu al grotendeels geslaagd is!"



 **Charly Green**
met vitale mensen naar vitale organisaties
www.charlygreen.nl

Interview Ferry Jansen, directeur NTP en aanjager Vitaliteitsprogramma. In bedrijfsstrategie heeft NTP sinds 2018 de pijler Sociaal en Vitaal opgenomen.

Wat kan dat betekenen voor jouw organisatie?