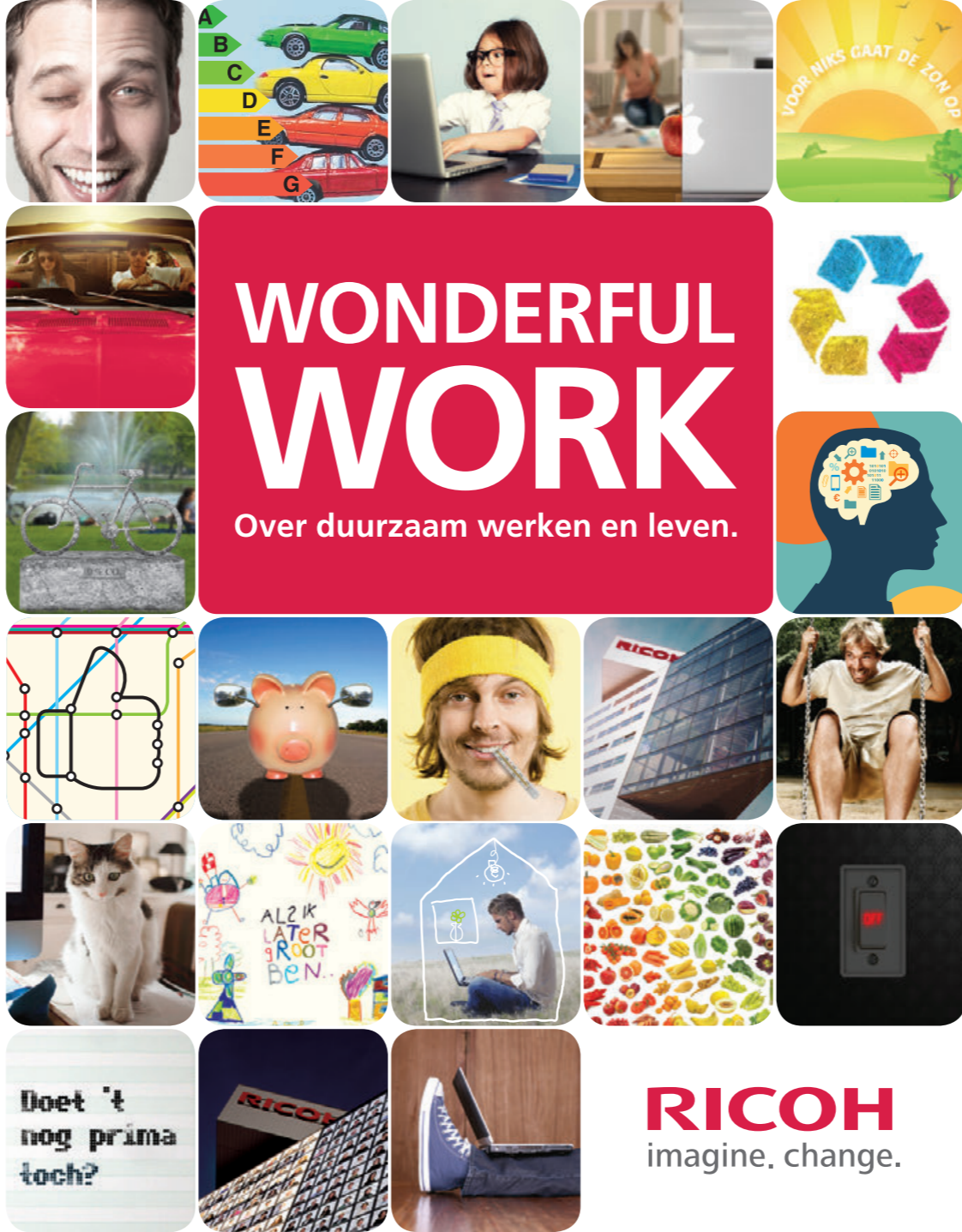


**RICOH**  
imagine. change.

WONDERFUL WORK | Over duurzaam werken en leven.



# WONDERFUL WORK

Over duurzaam werken en leven.

**RICOH**  
imagine. change.

## OVER DUURZAAM WERKEN & LEVEN

Het Nieuwe Werken, inclusief de hoofdletters, is het trending topic van de afgelopen jaren. Flexplekken, remote inloggen, appjes om in contact te blijven, document sharing, en nog veel meer kwam, en komt, voorbij. Het Nieuwe Werken is inmiddels al lang niet nieuw meer. Het Nieuwe Werken is namelijk constant in beweging. En daarmee is er steeds weer een nieuwere Nieuwe Werken. 'Het Nieuwste Werken' is dynamisch én multidimensionaal. De nieuwste manier van werken gaat veel verder dan alleen de technologische oplossingen die we in rap tempo ontwikkeld hebben zien worden. En dat noemen wij nou de Ricoh Manier van Werken.

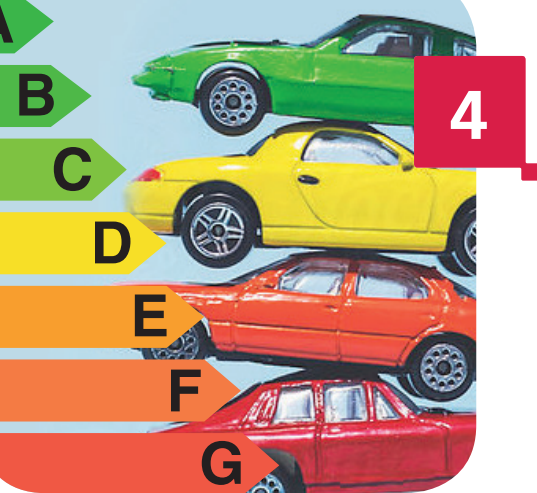
Werken in deze nieuwe, roerige, tijden draait niet meer om uren, maar om verbindingen. Het draait om consolideren van mobiliteit en motiveren van mensen die je niet meer van negen tot vijf op een kantoor ziet. Wat is '9 to 5' tegenwoordig nog, anders dan een classic op een oude playlist? Samenwerken is veel meer, en totaal anders, dan samen werken. Werk en privé is één geworden, of juist weer fundamenteel gescheiden. Soms gaat het om het overbruggen van meerdere tijdzones en over meerdere talen. Top down managen gaat naar 360 graden netwerken, en wie is er dan in controle? En bovenal gaat het om nieuwe sociale structuren en duurzamere manieren van werken. Groen is het nieuwe goud. Waste is money, of money wasted. Verspilling is ook niet meer maatschappelijk geaccepteerd. We gaan van meer, meer, meer, naar slim, slimmer het slimst, anders, efficiënter. We gaan van een lineaire economie naar een circulaire economie. Ricoh is een voorloper in deze Nieuwe Wereld. Ricoh helpt mensen om beter en makkelijker te werken, en daarmee een beter leven te leiden. Dat doet Ricoh door het effectiever organiseren en creëren van informatie- en documentstromen. Veilig, sneller, slimmer en duurzaam. Maar ook door verder te denken dan een oplossing. Door te denken aan de kwaliteit van leven in deze Nieuwe Wereld met nieuwe spelers, nieuwe regels en nieuwe sociale verbindingen.

**Welkom in deze Nieuwe Wereld.**

# WONDERFUL WORK

Over duurzaam werken en leven.

Ricoh laat mensen beter en makkelijker werken en leven. We helpen organisaties informatie- en documentstromen effectiever te organiseren en creëren. Veilig, sneller, slimmer en duurzaam. Zodat ze dankzij focus beter presteren en het verschil maken. Nu en in de toekomst. Ook en vooral in een wereld waarin de hoeveelheid data explosief groeit. [www.ricoh.nl](http://www.ricoh.nl)



52



18



40



28

# INHOUD

<b>WERKEN WAAR EN WANNEER JE WILT</b>	<b>6</b>	<b>HET GROENE WERKEN</b>	<b>42</b>
Van B naar A	8	Échte verlichting	44
Samen werken, samen rijden	10	Opgewekt op werk	46
Het OV is Ok	12	Werkklimaatverandering	48
Zonder voetsporen	14	Beter printen	50
Maximaal mobiel	16	Reduce, reuse, recycle	52
Weten waar je werkt	18		
<b>ANYWHERE, ANYTIME</b>	<b>20</b>	<b>WERKEN DOE JE NIET ALLEEN</b>	<b>54</b>
Tuning in, tuning out	22	Celebrate differences	56
Slim, slimmer, slimst	24	De betere buur	58
Thuis op werk	26	Raising the Next Generation	60
Een zorg minder	28	<b>HIGHLIGHTS VAN RICOH</b>	<b>62</b>
<b>GEZOND WERKEN</b>	<b>30</b>	<b>COLOFON</b>	<b>64</b>
'Gezond' meten	32		
Gezond eten	34		
Run Ricoh, run	36		
Een plek onder de zon	38		
Work life fit	40		

**VAN B NAAR A**

**SAMEN WERKEN, SAMEN RIJDEN**

**HET OV IS OK**

**ZONDER VOETSPOREN**

**MAXIMAAL MOBIEL**

**WETEN WAAR JE WERKT**

# WERKEN WAAR EN WANNEER JE WILT

Het tijdperk van benzineslurpers is voorbij. Gone forever, weg, foetsjie. Niet alleen omdat het tijdperk van fossiele brandstoffen ten einde is, maar ook omdat het sociaal echt niet meer geaccepteerd wordt om met een joekel van een SUV voor te komen rijden. Behalve wellicht als je slechts via een bergachtige landweg op je bestemming kan komen. Of wanneer je marktkoopman of paardenhandelaar bent. Maar voor de gemiddelde mens, en zeker voor de zakenmens, is er maar één weg te gaan en dat is de weg van een duurzamere auto.

En duurzaam betekent niet alleen zuinig in gebruik, maar ook slimmer gebruik maken van mobiliteit. De milieuprestaties van voertuigen worden steeds beter én belangrijker. Gelukkig maar. Want of het nou gaat om kostenbesparing vanwege een vermindering van brandstofverbruik, de wens van de eindgebruiker voor duurzame mobiliteit of wet- en regelgeving; de verbetering komt iedereen ten goede.

A

B

C

D

E

F

G



94%

van de 738 auto's  
A, B of C label

# VAN B NAAR A

## Duurzaam onderweg

Er zijn vele wegen naar Rome als het gaat om het verduurzamen van je wagenpark. Je kan allereerst beginnen met het instellen van een energielabel voor auto's. Kies bijvoorbeeld voor auto's met een A, B, of C label. Die staan voor de zuinigheid van de auto. Let wel, ze staan voor de zuinigheid van de auto binnen haar categorie. Dus een A label gróte auto is niet te vergelijken in absolute termen met een A label kléine auto. Je kan dus eventueel ook een maximale absolute CO<sub>2</sub> limiet stellen aan de uitstoot van de auto als alternatief, zoals Ricoh ook al heeft gedaan<sup>1</sup>.

Hybride auto's zijn een energiezuinig alternatief op 'normale' auto's. Zeker de meest recente plug-in hybrids zijn erg zuinig. Je moet ze dan wel op de juiste manier gebruiken, en regelmatig opladen zodat je optimaal gebruik maakt van het stuk elektrisch rijden in deze auto's. Volledig elektrische auto's zijn momenteel het milieuvriendelijkst als het gaat om CO<sub>2</sub> uitstoot. Tegenwoordig kan je vaak al in een kwartier de auto opladen bij een snellaadstation. En als je thuiskomt hang je 'm aan de lader waarmee je elke ochtend gewoon een volle tank hebt. Wie

wil dat nou niet? Ricoh geeft haar medewerkers een bonus wanneer ze kiezen voor een kleinere, en dus zuinigere, auto.

Naast het kiezen van duurzame(re) auto's valt er nog veel winst te behalen door slimmer te rijden. Denk bijvoorbeeld aan het goed op spanning houden van de banden, dat kan tot tien procent brandstofbesparing opleveren. En ook de manier van rijden maakt een boel verschil. Een bedrijf als Post NL houdt jaarlijks een wedstrijd onder zijn chauffeurs wie het zuinigste kan rijden. Erg inspirerend voor de rest van het bedrijf, en het geeft een positief signaal naar buiten toe.

### Nog een paar tips:

- Gebruik een (slim) navigatiesysteem. Op die manier kan je altijd de snelste of kortste route kiezen naar je bestemming. En vaak geeft het ook aan wanneer er files staan.
- Maak gebruik van cruise control waar dat veilig is. Op die manier heb je een constanter brandstofverbruik.
- Schakel op tijd naar een hogere versnelling en trek beheerst op.

<sup>1</sup> Ricoh heeft een limiet gesteld op 154 g/km



# SAMEN WERKEN, SAMEN RIJDEN

## Het Nieuwe Carpoolen

Carpoolen is op zich niets nieuws. Gewoon samen in de auto naar werk, of weer terug naar huis. De focus lag echter altijd voornamelijk op het verminderen van autoverkeer op de snelweg en daarmee het voorkomen, of verminderen, van files. We noemen de spitsstrook nog vaak 'carpoolstrook' zelfs. Prima uitgangspunt, maar wel een beetje saai. Want carpoolen is nog veel meer dan alleen een statistiek op de A2. Carpoolen is een uitermate gezellige manier van mobiliteit. Tijdens een ritje met je collega bespreek je de dag en kan je wellicht zelfs al een stuk afhandelen van dat bilaterale overleg wat je toch al voor later op de dag gepland had. Het is in ieder geval een stuk afwisselender dan in je eentje in de file naar datzelfde stuk landschap te kijken als gisteren. Carpoolen heeft daarmee een veel socialere rol dan alleen filevermindering. Het is een soort whatsapp 2.0; met elkaar live babbelen over van alles.

Of gewoon lekker niks; samen een kopje koffie in de auto.

Door een (interactief) whiteboard op te hangen in de hal van je bedrijf kan je de aanbieders en vragers van ritjes aan elkaar koppelen. Iedereen schrijft gewoon op hoe laat, waar, wanneer, etc. Zorgt meteen voor een leuke nieuwe vergaderplek op kantoor; gewoon bij het Pool-Bord. Je kan hier natuurlijk ook een modernere variant op verzinnen; Ricoh heeft hier slimme oplossingen voor zoals een videoconferentie systeem en noemt dit unified communication systems. Carpoolen hoeft niet alleen maar te gaan om woon-werk-verkeer; zet het ook in voor de ritjes naar bepaalde grote klanten als je daar toch geregeld heen gaat. Bespreek je agenda met je collega, en ga samen naar de klant.

# HET OV IS OK

**Je komt er wel met het openbaar vervoer**

Er is nog een manier om efficiënter met je tijd om te gaan, fileproblematiek te vermijden én tegelijkertijd bewuster met het milieu bezig te zijn. En dat is; Openbaar Vervoer. Het OV wekt bij sommige mensen het gevoel op van vertraging en overbezetting. Diezelfde mensen staan vervolgens in de file op een overbezette snelweg, en komen wellicht geregeld laat en daardoor onvoorbereid op hun afspraak. In de trein kan je prima je voorbereiden op die afspraak, kan je werken zonder gestoord te worden door collega's, kan je je inlezen in de laatste ontwikkelingen, of gewoon tot rust komen met een uitzicht op Nederlandse landschappen.

We zijn gezegend met één van de meest uitgebreide netwerken van openbaar vervoer in dit land, waarbij je praktisch overal tot aan de voordeur kan komen. En zo niet, dan zijn er opties zoals de OV fiets. Of neem je eigen vouwfiets mee in de trein of bus. Met een app als 9292 kan je van tevoren van deur tot deur plannen hoe je er het snelste komt met het openbaar vervoer.

Ricoh gebruikt ruim 179 NS Business Cards om daarmee het gebruik van openbaar vervoer te stimuleren.

# ZONDER VOETSPOREN

## De zero footprint oplossing van lopen en fietsen

Als je CO<sub>2</sub> uitstoot volledig wilt voorkomen als het om mobiliteit gaat, is er maar één optie; je eigen energie inzetten. Maar liefst 500 miljoen woon-werk ritten van minder dan 7,5 kilometer worden er jaarlijks in Nederland met de auto gereden. Als we daar 5 procent van per fiets gaan doen, besparen we al 40 miljoen liter brandstof. Daarnaast zal het qua tijd tussen de fiets en de auto niet veel schelen, zeker niet als een bedrijf er voor zorgt dat fietsen recht voor de deur geparkeerd mogen worden. En tenslotte draagt het bij aan de gezondheid van de medewerkers. Met een gedegen fietsenplan in een bedrijf zijn er fiscale voordelen te behalen waardoor het mes aan vele kanten snijdt; fijne secundaire arbeidsomstandigheden, fittere

werknemers, minder CO<sub>2</sub> uitstoot en goed werkgeverschap.

Ricoh stimuleert het gebruik van fiets en OV door geen parkeerplaats toe te kennen aan medewerkers die minder dan zeven kilometer van kantoor wonen. Ook zijn er fietsen beschikbaar om vanuit het kantoor in den Bosch bijvoorbeeld naar de stad te fietsen.





# MAXIMAAL MOBIEL

## Hoe mobiel nog mobieler werd

Het instellen van een mobiliteitsbudget is een manier voor werkgevers om slimmer werken en slimmer reizen te stimuleren. In de meest basale vorm krijgt een werknemer een vast mobiliteitsbudget, waarmee hij voor het werk kan reizen. Wanneer de werknemer zijn budget minderaanspreekt, door bijvoorbeeld goedkoper en slimmer te reizen, thuis of dichterbij huis te werken, dan houdt diegene maandelijks geld

over. Dit stimuleert de werknemer bewustere keuzes te maken rondom reizen. Daarnaast kunnen werkgevers via een mobiliteitsbudget duurzame mobiliteit bevorderen, zoals Ricoh ook heeft gedaan, bijvoorbeeld door een hogere kilometervergoeding voor reizen per fiets of openbaar vervoer te geven dan aan autokilometers.

# KEN JE PLEK

## Een slim kantoor is goed bereikbaar

Locatie, locatie, locatie. Het is decennia lang het mantra van marketeers geweest. Maar dan ging het over waar je product zichtbaar was. Tegenwoordig is dit het mantra van slimme kantoren. Want een slimme werkgever zet niet meer een kantoor neer op een onbereikbare plek. Die zet z'n kantoor op een goed bereikbare plek voor z'n medewerkers en bezoekers. En dan het liefst in de buurt van een goed bereikbare plek als het gaat om openbaar vervoer. Hang de bustijden van de busstop naast het kantoor op in de ontvangstruimte, dan kan elke bezoeker zien of er eerst nog een

kopje koffie gedronken kan worden voordat diegene weer de bus in stapt.

Ricoh heeft haar nieuwe hoofdkantoor op een paar minuten wandelen van het station 's Hertogenbosch gebouwd. Neem de achteruitgang van het station richting het Paleis kwartier/ Leeghwaterlaan. Neem de (rol)trap naar beneden, en ga naar links. De straat die parallel aan het spoor ligt is de Magistratenlaan. Na ongeveer 700 meter lopen ligt het Ricoh gebouw aan uw rechterhand. U bent meer dan welkom!

**TUNING IN, TUNING OUT**

**SLIM, SLIMMER, SLIMST**

**THUIS OP WERK**

**EEN ZORG MINDER**

# ANYWHERE, ANYTIME

In een wereld van contrasten, van polarisering, van drukte en snelheid, is het lastig om je eigen geestelijke oase te vinden. De tijden dat Dolly Parton zong over 'Working Nine to Five' als uiting van keihard werken, lijken lang vervlogen. Tegelijkertijd hebben die veranderingen ons veel gebracht; grote economische groei, vrijheid om je mening te uiten over alles en iedereen op social media en de mogelijkheid om een zonsondergang aan de andere kant van de wereld real-time mee te maken in bewegend beeld.

Flexibiliteit is het kernwoord in de nieuwe wereld. Flexibel werken en leven zodat je onafhankelijk bent van tijdstip, locatie en duur van je werk. Nieuwe arbeidsverhoudingen tussen medewerkers, en nieuwe generaties die andere eisen stellen aan de relatie tussen werknemer en werkgever. Wie leidt de organisatie eigenlijk tegenwoordig? **En wie volgt?**

# TUNING IN, TUNING OUT

**Omdat 'always on' ook 'sometimes off' betekent**

Op kantoor, out of office, thuiswerkdag, papa-dag, mammamiddag, flexwerken, bosdagen, conference calls, meetings, bilateraal-tjes, parttimen; je bent er wel of je bent er niet. Soms ben je er niet, maar zit je toch aan tafel via een videosysteem. En soms ben je er wel, maar zit je hoofd ergens anders. Een generatie geleden trokken we de deur achter ons dicht en waren we hooguit te bereiken op een telefoon met draaischijf. Tijden zijn veranderd. Flink veranderd. We zijn nu 24 uur per dag bereikbaar, 7 dagen in de week. Zelfs op vakantie zijn we weg, maar toch niet helemaal. En of dat nou goed of slecht is, het zijn de tijden waar we in leven. Dus kunnen we maar beter

zorgen dat we de voordelen laten opwegen tegen de nadelen. Met de juiste informatie in de juiste vorm op het juiste moment kan de moderne kenniswerker optimaal gebruik maken van z'n tijd<sup>2</sup>. Op die manier kan een medewerker zelf bepalen hoe z'n work life fit er uitziet. Even de drukke snelweg vermijden en bij een pitstop de laatste verkoopcijfers inzien? Geen probleem. Tussen de luiers door dat belangrijke document ondertekenen en doorsturen? Prima. Maar ook op gezette tijden even helemaal uitloggen om je te focussen op andere dingen dan werk. Want een uitgeruste geest maakt een gezonde medewerker.

<sup>2</sup> De 'Unified Communication Systems' van Ricoh bieden rechtstreekse interactieve audio- en videocommunicatie met meerdere locaties via internet. Dit maakt visueel communiceren mogelijk waar je ook bent, wanneer je dat wilt en met wie je wilt.



# SLIM, SLIMMER, SLIMST

**Alle informatie, altijd en overal**

De hoeveelheid (digitale) informatie blijft snel groeien. Omstreeks 2020 zal er dertig keer zoveel digitale informatie zijn als nu. Onderzoek van Gartner toont aan dat de gemiddelde medewerker tien tot twintig procent van z'n tijd kwijt is aan het zoeken naar informatie. Daar valt dus een flinke slag te winnen. Want de kennis en de ideeën van je medewerkers zijn het informatiekapitaal van je organisatie.

### **Ricoh's vijf richtlijnen voor het beheer van bedrijfsinformatie:**

1. Blijf focussen op mensen en analyseer het gedrag van eindgebruikers om onderbouwde technologische beslissingen te nemen.
2. Beheer op een doeltreffende manier het veranderproces zodat investeringen beschermd zijn en maximaal gebruikt worden.
3. Focus op optimalisatie van document-

processen om de beste return on investment te garanderen.

4. Werk met leveranciers die continue ondersteuning bieden en niet alleen oplossingen implementeren en vertrekken. Bouw echte partnerships op met leveranciers. Dat wil zeggen juiste zakelijke relaties met een visie op de organisatie voor de lange termijn.
5. De juiste technologie uit best practices. Deze technologie moet krachtig én veilig zijn.

# THUIS OP WERK

## Op kantoor, en toch thuis

Soms moet je even ongestoord kunnen werken aan een plan of een presentatie. Of wellicht wil je gewoon na de ochtendspits naar kantoor zodat je niet zinloos tijd staat te verdoen in de file. Welke oorzaak dan ook, we werken steeds vaker even of langdurig thuis. Dan is het wel zo verstandig, en verantwoord, om een goede werkplek te hebben. Een werkplek die ergonomisch goed is ingericht, met een goede internetverbinding en met de juiste apparatuur. Daarnaast is het nodig om de infrastructuur betrouwbaar en veilig neer te zetten.

Werkgever en medewerker kunnen samen afstemmen wat de behoeftes en mogelijkheden zijn, en maken afspraken met elkaar over de financiële bijdrage voor de juist inrichting van een werkplek thuis. In veel gevallen is deze bijdrage zelfs belastingvrij.

Bij een juiste implementatie van thuiswerken leidt het tot een kostenbesparing voor het bedrijf, verhoogde productiviteit, en verlaagd ziekteverzuim. En bovenal; het leidt tot een verlaging van CO<sub>2</sub> uitstoot.

Terwijl de meeste bedrijven ver gevorderd zijn in de beveiliging van hun IT-netwerken, computers en fysieke beveiliging, wordt aan de beveiliging van hun documentmanagement systemen vaak niet dezelfde aandacht gegeven.

Ricoh biedt diverse mogelijkheden om deze schade te beperken door documenten, afdrumgeving en de bijbehorende infrastructuur te beveiligen. Maar naast technologie is een consistent informatiebeveiligingsbeleid belangrijk. Het zijn vaak menselijke fouten die zorgt dat de informatie op straat komt te liggen. Ricoh kan samen met de organisatie een informatiebeveiligingsbeleid formuleren.

# EEN ZORG MINDER

## **Slim combineren van zorg en werk**

Ah, kinderen... Eén van de grootste mijlpalen in het leven; het moment dat je kinderen krijgt. En meteen één van de grotere impacts op waar de grens ligt tussen werk en privé. Iets om goed over na te denken als organisatie. Want waar het voorheen bij de jeugdige werknemer geen enkel probleem was om eens wat vroeger te komen of wat later weg te gaan van de werkplek, is dat plots ingewikkeld of onmogelijk. Want die kinderen malen niet om een drukke werkweek, die willen gewoon graag aan de appelmoes die avond. De moderne werkgever denkt na over die behoeftes en speelt daar op een sociale manier op in. En de moderne werkgever denkt na over op welke manier er voor zowel werkgever als medewerker maximale efficiëntie

valt te behalen. Want zou een kinderopvang in het kantoorpand niet een goeie optie zijn, als er toch relatief veel kantooruimte leegstaat? En is het wel echt zo relevant dat de medewerker vroeg aanwezig is op kantoor, of kan veel werk vanaf huis gedaan worden? En hoe erg is het nou als je op de achtergrond een kleintje hoort bij een telefoongesprek. Bij het adviseren over een thuiswerkplek kan je dat allemaal meenemen in de overweging natuurlijk.

Uiteindelijk is een blijde ouder ook een blijde medewerker, en het plezier van het op orde hebben van de zaken thuis draagt zeker bij aan het plezier op werk.

**'GEZOND' METEN**

**GEZOND ETEN**

**RUN RICOH, RUN**

**EEN PLEK ONDER DE ZON**

**WORK LIFE FIT**

# GEZOND WERKEN

De oude Grieken hadden al door dat er een duidelijke band was tussen geestelijke en lichamelijke gezondheid. Een 'gezonde geest in een gezond lichaam', was de hele basis van hun beschaving. Wat dat betreft is er weinig veranderd. We zijn het wellicht hooguit een beetje uit het oog verloren in de laatste eeuwen van industriële focus. Een gezonde geest in een gezond lichaam zorgt voor intellectuele bloei, creativiteit, sociale verbinding, energieke balans, motivatie en empathie. Binnen de context van een organisatie is dat niet minder waar dan er buiten. Blij en gezonde medewerkers zorgen voor een positieve en gezonde organisatie.

Belasting en belastbaarheid zijn de twee gewichten op de spreekwoordelijke weegschaal. Als de belastbaarheid hoog is, kan de belasting ook hoog zijn. Zolang die twee maar in balans met elkaar zijn, kan een mens en een organisatie de wereld aan. **Work hard, play hard!**





Nog shoppen

## 'GEZOND' METEN

### Met elkaar aan de slag met gezondheid

Om te weten waar je heen gaat, moet je weten waar je staat. Inspireer je medewerkers om fitter en gezonder te gaan leven, en kijk op welke manier een vitaliteitsprogramma het beste tot zijn recht zou komen in je organisatie. Zo'n programma omvat vaak een intake of andere vorm van nulmeting, en houdt op regelmatige tijden een tussenstand bij om te monitoren hoe succesvol je programma is. Dat gaat een stuk verder dan alleen op een weegschaal staan met elkaar. Geestelijke gezondheid, lichamelijke gezondheid, het gaat hand in hand met elkaar. Vitaliteitsprogramma's zijn er in vele geuren

en kleuren; van stressreliefprogramma's met Mindfulness, yoga, pilates of andere vormen van ontspanning, tot en met rentrainingen of bootcamptrainingen buiten met je collega's. Gepaard met voedingsadvies en persoonlijke coaching kunnen er grote resultaten geboekt worden. Bedrijven die gezondheid en fitheid stimuleren blijken in de lange termijn kosten te besparen vergeleken met bedrijven die hier minder focus op leggen. Ze zien het dus terecht als een fantastische mogelijkheid in plaats van een kostenpost.

# GEZOND ETEN

## Een gezonde geest in een gezond lichaam

Kroketten, een stapel witte boterhammen met plakken kaas, en een groot glas melk; decennia het typische beeld geweest in elke kantine in Nederland. Inmiddels is er een duidelijke beweging te zien in cateringland en is er steeds meer gezond eten te krijgen op het werk. Biologisch eten, saladbars, verse sappen, en ambachtelijke producten vinden hun weg richting ons bord tijdens werktijden. De werkgever kan hier een actieve rol in spelen in samenwerking met de cateraar. Samen met genoeg beweging is een goed voedingspatroon essentieel voor een gezonde levensstijl. En waar veel mensen meer tijd op werk doorbrengen dan thuis, is er dus ook een mooie kans om de medewerkers van informatie over gezondheid en voedsel te voorzien. Tips en tricks over gezond voedsel, wisselende menukaarten met informatie over de inhoud van bepaald eten, en zo zijn er nog veel meer manieren om medewerkers te enthousiasmeren en het bewustzijn te verhogen. Zet bijvoorbeeld bij de verschillende voedingswaren in de kantine eens gekleurde labeltjes; rood voor 'minder gezonde keuze', en groen voor 'fijne gezonde

keuze'. Of kies voor een Meatless Monday met alleen maar lekkere vegetarische keuzes.

Waarom zou je nog kiezen voor watercoolers met bronwater in een land wat het beste kraanwater ter wereld heeft, wetende dat een liter bronwater 2000 keer meer energie kost dan wanneer je het gewoon uit de kraan haalt. Geef je medewerkers hervulbare flessen die gemaakt zijn van BPA-vrij plastic zoals de Dopper of Join The Pipe, en maak het hervullen tot een leuke bezigheid bij centrale, frisse, prominente tappunten. Zo promoot je de gezondheid van het drinken van minstens 2 liter water per dag.

En komt het vier-uur-momentje dichterbij, zorg dan voor gezonde alternatieven als een fruitmand of snoeppotten met gedroogd fruit en noten. Een leuke manier om de gezonde producten te onderscheiden van de minder gezonde is door de eerste soort in doorzichtige potten te stoppen, en de tweede soort in gesloten of matglazen potten.

# RUN RICOH, RUN

## Met elkaar werken, met elkaar sporten

Actieve organisaties zijn constant in beweging. Letterlijk en figuurlijk. Door motiverende sportprogramma's te faciliteren op of naast het werk, neem je mensen aan de hand om fitter en gezonder te worden door beweging. Ga bijvoorbeeld met elkaar trainen richting een evenement zoals de Dam tot Dam loop, of een ander sportevenement. Of stimuleer medewerkers door een bonus in te stellen bij een bepaalde sportieve prestatie. Het inspirerende bedrijf Tony's Choclonely stelt elk jaar een nieuw paar hardloopschoenen ter beschikking aan medewerkers, en heeft een BMI bonus ingesteld voor mensen die graag geholpen willen worden om wat af te vallen. Sport verbreedert, sport verlaagt drempels, en sport geeft een fantastische teambuilding. Zoek een professionele organisatie met gediplomeerde trainers om met elkaar onder goede begeleiding te trainen en fitter te worden.

Ricoh werkt al jaren samen met de beroemde Nederlandse hardloper Marko Koers om medewerkers met elkaar te laten hardlopen, en te leren hardlopen.

Beweging, en de vele voordelen er van, zijn niet beperkt tot het moment dat je je ren-schoenen of tennisoutfit aantrekt; beweging is gedurende de hele dag nuttig, en mogelijk. Verplaats een vergadering naar buiten, en doe hem lopend tijdens een wandeling. Stimuleer je medewerkers om elkaar op kantoor niet te mailen, maar naar elkaar toe te lopen. Verplaats de printers naar een centrale lokatie waar men vervolgens on-demand z'n printjes ophaalt. En zet daar dan meteen zo'n kraanwaterpunt naast.

Een ander leuk initiatief is om er een motiverende competitie van te maken; deel stappentellers of modernere bewegingssensoren zoals de Nike Fuelband of Jawbone uit en kijk wie het meest kan bewegen gedurende een werkdag. Of wie de meeste achtereenvolgende dagen volledig gezond kan lunchen. Wie bouwt in een maand de meeste spiermassa op, of wie verliest de meeste procenten lichaamsvet? Allemaal mooie manieren om met elkaar aan de slag te gaan met fitheid en gezondheid.



# EEN PLEK ONDER DE ZON

## **Je werkplek als allerbeste plek**

Het hoofdkantoor van Google in de Verenigde Staten wordt vaak genoemd als de meest fantastische plek om te werken in de hele wereld. Er zijn glijbanen tussen de verdiepingen die mensen kunnen nemen in plaats van de lift of de trap, er staan grote tafels met Lego om de creativiteit te stimuleren, vele pingpongtafels en een geheime ladder tussen twee verdiepingen. Het mag geen verrassing zijn dat Google overigens ook een multimiljardenbedrijf is die zonder blikken of blozen dit soort investeringen kan doen. Wat echter opvalt in het kantoor van Google is dat de mensen zelf het meest te spreken zijn over de simpelste oplossingen. De meeste zaken die de mensen bij Google blij maken en gezond houden zijn dingen die elk bedrijf van elk formaat kan nabootsen als ze bereid zijn om hun medewerkerstevredenheid tot prioriteit te maken. Zo is het niet heel ingewikkeld om de sta-bureau's van Google over te nemen; gewoon staand werken is beter voor je rug, en maakt iemand productiever. Je bent eerder geneigd om even rond te lopen

om face-to-face met een collega te gaan praten, en staand vergaderen is al vele malen aantoonbaar productiever gebleken dan zitten rond een tafel. Google's meest effectieve, en imiteerbare, strategie blijkt de simpelste te zijn; het stimuleren van medewerkers om in beweging te komen en gezonder te eten op kantoor.

Bij een ander innovatief jong bedrijf genaamd Innocent Drinks in Londen zitten alle medewerkers op ergonomische skippyballen. Die zorgen er voor dat je constant bezig bent om je rug te corrigeren. Het zit heerlijk, en het ziet er meteen best gezellig uit.

Ricoh geeft op kantoor KANS training aan haar medewerkers. Dat staat voor 'Klachten van Armen, Nek en Schouders'. Door KANS wordt niet alleen de feitelijke werkplekinstelling bekeken, maar ook naar wat een medewerker zelf kan doen. Dan gaat het om het totaalplaatje waar zelfs het eetpatroon en sporten in bekeken wordt.

# WORK LIFE FIT

## Over belastbaarheid en belasting

Wanneer je het gevoel hebt dat het steeds ingewikkelder voor je wordt om de constante eisen van je werk en de rest van je leven in evenwicht te houden, wees dan gerust; je bent niet de enige. De economische tijden drukken zwaar op de levens van de mensen die überhaupt hun baan nog hebben, en we werken mede vanwege de technologische vooruitgang van smartphones en andere devices eigen altijd wel een beetje, zelfs als we eigenlijk 'vrij' zijn. Maar zelfs als je niet veel controle hebt over de uren die je werkt, zijn er manieren om plezier te hebben en te houden, en een goede balans te vinden. Focus je op de zaken waar je wél controle over hebt.

Reserveer actief tijd in je agenda voor leuke dingen met familie en vrienden. Dat is iets om naar uit te kijken gedurende de week, en het voorkomt dat je op die momenten toch met werk bezig gaat zijn. Sta een (half) uurtje eerder op dan je eigenlijk zou hoeven, en geniet van die extra tijd. Ga lekker een rondje rennen buiten, laat de hond uit, of geniet van de rust en de ochtendkrant. Stop dingen te doen die tijd en energie van je slurpen. Hou eens bij welke

zaken weinig toevoegen aan je werk of je leven, en minimaliseer ze. Je zal zien hoeveel tijd je op die manier kan besparen. Maak een overwogen keuze om het web en sociale media te laten voor wat ze zijn, en ga vóór de spits naar huis toe.

Beweging geeft energie. Zeker in een vol schema lijkt het vaak kansloos om nog tijd vrij te maken voor sport en beweging. Maar onderzoek toont aan dat beweging bijdraagt aan mentale scherpte en je energieniveau. Dus als je dat schraapt uit je bezigheden, kom je in een vicieuze cirkel.

Zorg voor ontspanning. Zelfs in de meest hectische dag moet je proberen om ergens wat tijd voor jezelf te nemen, als is het maar tien minuten. Neem een warm bad, lees een boek, ga even wandelen of luister naar muziek. Maak tijd voor jezelf.

Ricoh heeft in 2014 met 4,1% een lager dan gemiddeld ziekteverzuim. Wij geloven binnen de Ricoh Manier van Werken in het voorkomen van verzuim, want je hoeft niet ziek te zijn om beter te worden.

ECHTE VERLICHTING

OPGEWEKT OP WERK

WERKKLIAMATVERANDERING

BETER PRINTEN

REDUCE, REUSE, RECYCLE

# HET GROENE WERKEN

Een betere wereld begint bij jezelf. Want uiteindelijk is het zo dat als iedereen in zijn hele leven spreekwoordelijk één papiertje meer oprapt dan hij op de grond gooit, de wereld een mooiere plek wordt. Klein is het nieuwe groot. Samenwerken is het nieuwe concurreren. Want alleen met elkaar kunnen we zorgen dat de volgende generatie met net zoveel plezier van deze aarde kan genieten als de generaties voor ons. Daarmee hebben we dus een belangrijk rentmeesterschap over deze planeet; we zijn verantwoordelijk voor niet alleen onze eigen generatie, maar voor alles wat na ons komt.

En dat verschil maken we niet alleen thuis, maar ook op werk. En onderweg tussen die twee. Grappig genoeg zie je vaak dat mensen thuis lekker bezig zijn met afval scheiden en energie besparen, maar dat ze zich op kantoor toch anders gedragen. Misschien omdat we ons daar minder verantwoordelijk voelen. Laten we met elkaar dat verschil wegpoetsen en de grenzen doen vervagen. **Want die betere wereld begint bij jezelf, waar je ook bent.**

# ÉCHTE VERLICHTING

## Hoe Willy Wortel zijn Lampje weer vond



De kortste weg naar verduurzaming van je kantoor op het vlak van verlichting ligt bij de aan/uit knop. Want een lamp die niet brandt, verbruikt de minste energie. Dus wanneer het maar kan, zet de verlichting uit. Wanneer het kantoor sluit, maar ook gewoon tussendoor, wanneer de vergaderkamer niet verlicht hoeft te zijn. Gebruik je vinger, of eventueel gewoon bewegings-sensoren. Dan hoef je helemaal nergens over na te denken. Het ideale kantoor is dan natuurlijk zó gebouwd dat je maximaal gebruik maakt van natuurlijk zonlicht. Zo bespaart het kantoor van Ricoh tot 50% op de verlichting puur door slim gebruik te maken van daglicht.

De tweede stap is het veranderen van het type verlichting wat gebruikt wordt.

Een gloeilamp gebruikt elektriciteit erg inefficiënt. Slechts drie tot negen procent van de energie die een gloeilamp gebruikt, wordt omgezet in licht. En de rest is gewoon warmte. Daarom voelt een ouderwets peertje ook zo gillend heet aan.

Op kantoor is verlichting één van de grootste energiever-slinders naast verwarming. Juist in kantoorgebouwen loont het enorm om gloeilampen te vervangen door LED-lampen. Die gaan wel 35 jaar mee, dus minder onderhoud (nooit meer wankelen op die hoge trap), en verbruiken één tiende van de energie van een gloeilamp. Daarnaast zit er geen giftig kwik in zoals bij spaarlampen. Ook halogeenlampen en TL-buizen zijn inmiddels prima te vervangen door LED-verlichting.



VOOR NIKS GAAT DE ZON OP

# OPGEWEKT OP WERK

## Dat levert energie op

In een half uur zonneshijns valt er evenveel energie op de aarde als onze totale wereldwijde energiebehoefte per jaar. Dat maakt de zon dus verreweg tot de meest krachtige en betrouwbare energieleverancier. Ter wereld. Voor nog heel lang. Steeds meer particulieren én organisaties zien in dat het loont om zonnepanelen op het dak te leggen. De ontwikkeling gaat ontzettend snel, de prijs van zonnepanelen daalt jaarlijks aanzienlijk, maar wachten hoeft niet meer. Er zijn inmiddels vele goede panelen, en heel veel goede installateurs. De gemiddelde terugverdientijd van zonnepanelen ligt op zo'n tien jaar, waarna je nog minstens zo'n periode kan genieten van gratis energie. Want panelen gaan gemakkelijk, en vaak gegarandeerd, twintig jaar mee. Meestal langer. Combineer je het met een groen dak, bijvoorbeeld met sedumbedekking (een soort mos), dan heb je nog hoger rendement. Wil je als onderneming echt een klimaatneutraal

kantoor hebben, dan is dit een uitstekende optie. Voor ondernemers zijn er regelingen om investeringen in zonnepanelen extra aantrekkelijk te maken.

En door de opbrengst van je zonnepanelen inzichtelijk te maken voor de mensen die in het kantoor werken, is dat een extra stimulans voor ze om bewust met energieverbruik om te gaan.

### Voor niks gaat de zon op.

De lichtreclame bovenop het hoofdkantoor van Ricoh in Den Bosch wordt van groene energie voorzien door eigen zonnepanelen op het dak. Zo stralen we letterlijk en figuurlijk onze groene ambitie uit.





# WERKKLIAMAAT VERANDERING

## Een gezonde werkplek geeft opluchting

Een gezond werkklimaat zorgt voor gezonde mensen en een gezonde onderneming. Dat klimaat wordt bepaald door meerdere factoren zoals licht, lucht, ruimte, verwarming, gebruiksvriendelijkheid en sociale interactie. En ook voor een groot deel door de manier waarop een kantoor ingericht wordt. Duurzaamheid speelt hier een steeds crucialere rol in. Vaak zijn kantoren nog ingericht op een dusdanige manier dat het makkelijk schoon te houden valt, en niet op de meest ideale gebruikservaring. Er zijn inspirerende leveranciers van kantoorinrichtingen te vinden die innovatieve businessmodellen hanteren waar de leverancier bijvoorbeeld eigenaar blijft van de inrichting en je als organisatie betaalt voor het gebruik. Op die manier kunnen grondstoffen hergebruikt of gerecycled worden door de producent en vervolgens opnieuw ingezet worden. Ook vloerbedekking kan je steeds duurzamer krijgen. Een producent als Desso maakt fantastische oplossingen voor kantoren, en zet zich bijvoorbeeld in voor het produceren

van milieuvriendelijke tapijttegels die zelfs een positief effect hebben op het leefklimaat. Voor het nieuwe kantoorpand van Ricoh ontwikkelde Desso een speciale tapijttegels die Cradle to Cradle gecertificeerd is; de Flux. Een gezonde en duurzame kantoorinrichting is gericht op het soort activiteit en interactie die de gebruikers stimuleert tot creativiteit en productiviteit. Daarbij zijn de aanwezigheid van natuurlijk licht, een goede ventilatie met frisse lucht, voldoende bewegingsruimte, natuurlijke materialen en veel groen van belang.

Een gezond werkklimaat moet ook onderhouden worden. Vaak worden de mensen die dat doen over het hoofd gezien. Meestal omdat ze pas na werktijd op kantoor komen om de boel weer op orde te maken voor de volgende werkdag. Bij Ricoh kiezen we er voor om de schoonmaak overdag te laten gebeuren. Op die manier krijgt de schoonmakende medewerker een gezicht en groeit het wederzijdse begrip voor elkaar.



# BETER PRINTEN

## Van grijs naar groen in een paar stappen

Als het gaat om CO<sub>2</sub> uitstoot en printers, blijkt dat de meeste impact gemaakt wordt in de zogeheten 'in gebruik fase'.

### Ricoh's vijf stappen om de CO<sub>2</sub> uitstoot van printen te verminderen:

1. Maak een gedegen analyse van de huidige situatie in je organisatie
2. Maak een plan om het printen te optimaliseren door middel van besparingsmaatregelen en milieuvriendelijke oplossingen
3. Implementeer die oplossingen: Zorg voor printers met een eco-stand, gebruik nachtsensoren of tijdschakelaars. Zet het printen standaard op dubbelzijdig. Gebruik standaard de tonerbespaarfunctie in de printerdriver. Zorg voor een gedegen inzameling en recycling van toners en cartridges. Gebruik milieuvriendelijk en lichter papier (bijvoorbeeld 60 of 70 grams papier).

4. Meet de veranderingen en stuur bij waar je kan en waar nodig is.

5. Tenslotte kan je kiezen voor een compensatie van de CO<sub>2</sub> uitstoot.

De allerbelangrijkste oplossing is echter om te zorgen voor een interne verankering van gedragsverandering rondom printen. Anders hebben al die maatregelen geen zin. Ricoh helpt haar klanten niet alleen met technische oplossingen, maar ook met die veranderingstrajecten.

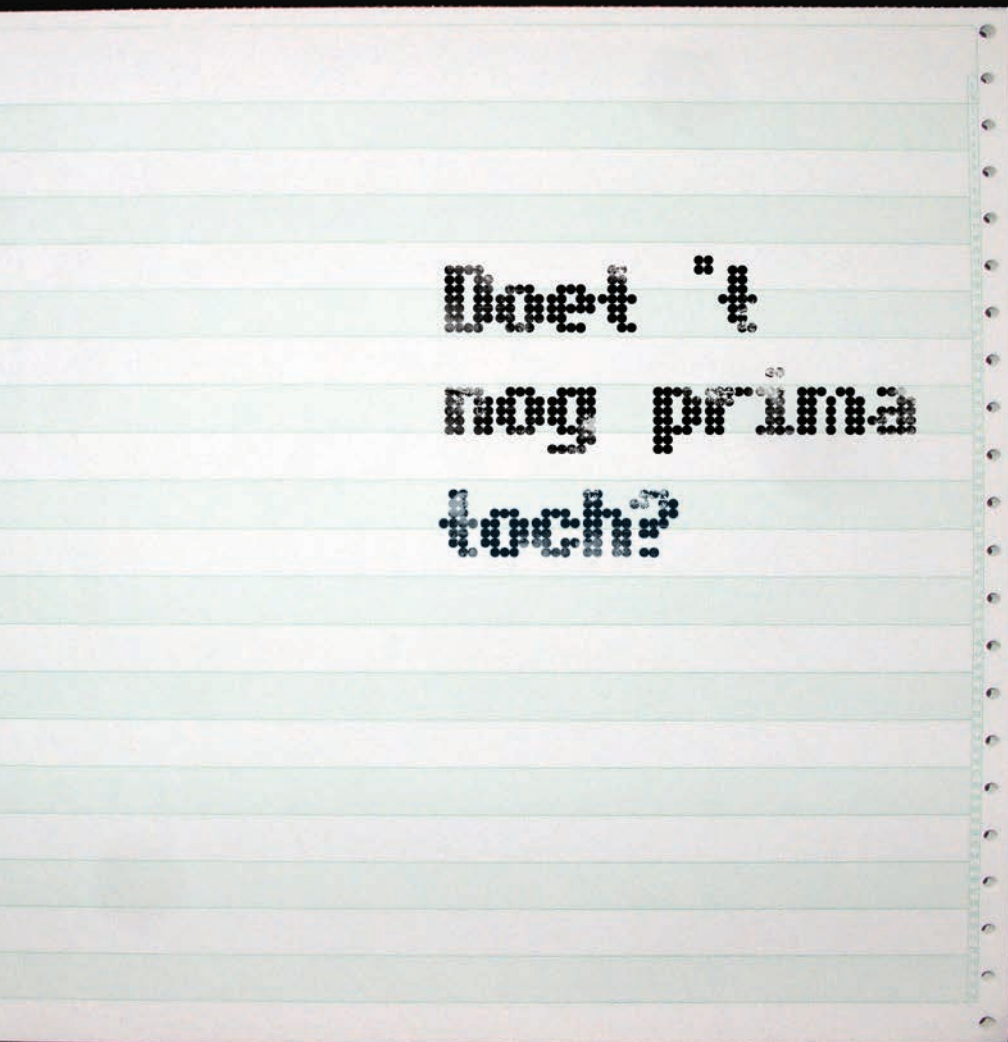
# REDUCE, REUSE, RECYCLE

## Een prachtig mantra van duurzaamheid

Het mantra van duurzaamheid: Reduce, Reuse & Recycle. Verminder het gebruik van natuurlijke grondstoffen, geef producten een tweede leven, en win de natuurlijke grondstoffen aan het einde van de levensduur weer uit een product terug. Om dat mogelijk te maken kan een organisatie meerdere dingen doen op een kantoor. Ten eerste valt er te denken aan het gescheiden inzamelen van afval. Plastic, glas, GFT, papier, en overige afvalstromen worden dan aan de bron al gescheiden zodat recycling makkelijker kan plaatsvinden. Daarnaast is het belangrijk om te zorgen voor een gedrags-

verandering in het gebruik van grondstoffen. De meest duurzame grondstof is er namelijk eentje die niet gebruikt is.

Waarom zou je prima gebruikte copiers, printers en zogeheten MFP's (Multi Functienele Printers) direct afschrijven? Ze zijn na een vakkundige revisie nog perfect bruikbaar. Na afloop van een leasecontract controleert Ricoh's Remarketing divisie gebruikte apparatuur en biedt ze een tweede leven.



# WERKEN DOE JE NIET ALLEEN

**DIVERSITEIT (CELEBRATE DIFFERENCES)**

**CREATING SHARED VALUE**

**RAISING THE NEXT GENERATION**

Duurzaamheid gaat steeds minder over geitenwollen sokken of het wassen op een lagere temperatuur, hoe nuttig dat ook is. Duurzaam ondernemerschap gaat over het creëren van gedeelde waarde vanuit het inzicht dat het slagen van een onderneming en de gezondheid van de gemeenschap rondom die onderneming onderling afhankelijk van elkaar zijn. Want geen enkel succesvol bedrijf staat los van haar omgeving. Zij put soms letterlijk uit dezelfde bron als haar omgeving als het gaat om energie, mensen, talent. Ondernemingen kunnen gedeelde waarde creëren op verschillende manieren, maar de belangrijkste is door de dialoog en samenwerking met lokale partijen en gemeenschappen aan te gaan.

# CELEBRATE DIFFERENCES

## Vier je verschillen

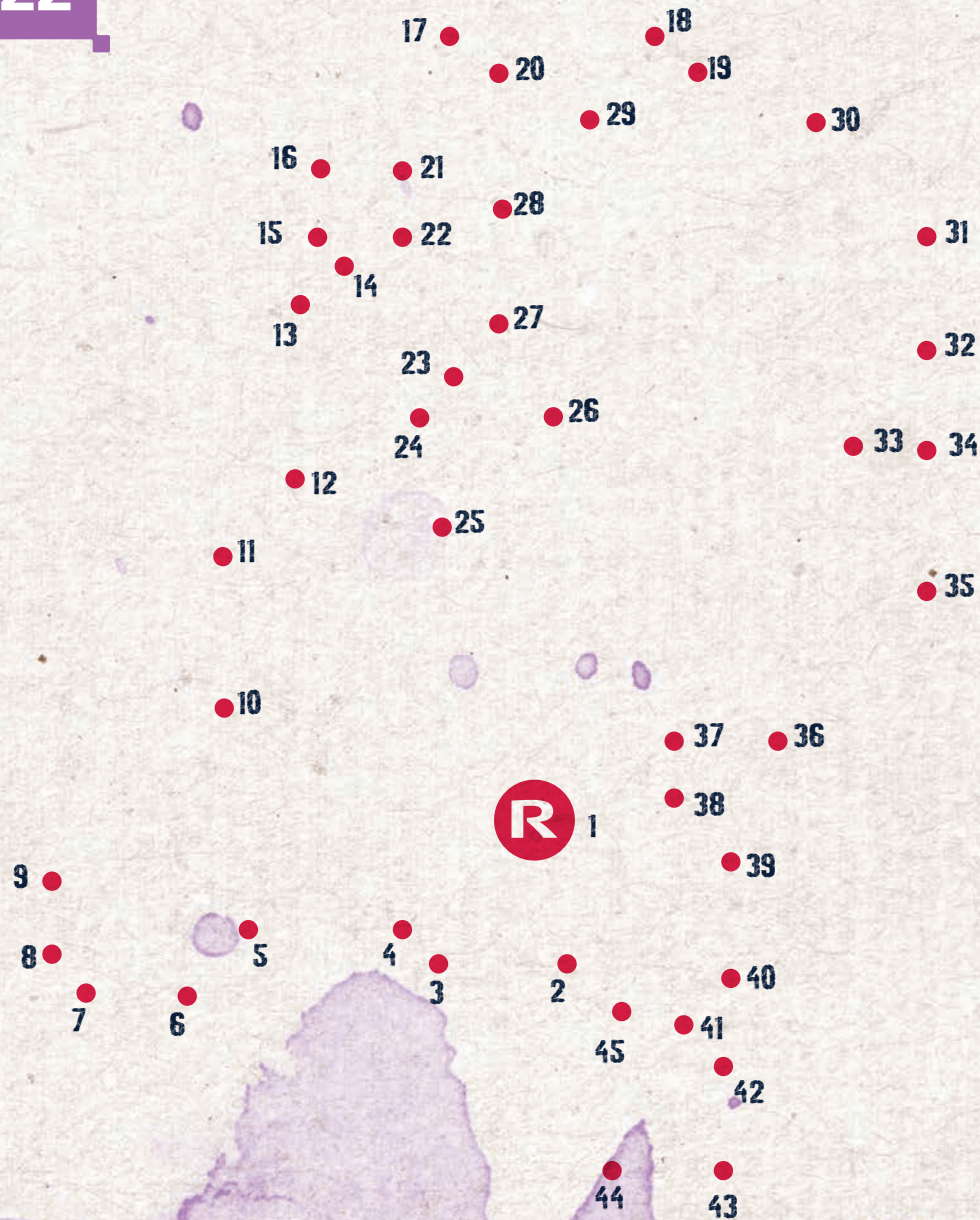
Diversiteit gaat over verschillen. Want verschillen maken het verschil nou eenmaal. Vershillen zorgen voor vernieuwing, voor betere inzichten en voor het ontplooiën van maximaal talent. Want als alle neuzen dezelfde kant op staan, zie je niet wat er achter je gebeurt. Of links van je. Of rechts van je. En daar gebeuren soms fantastische dingen. Diversiteit binnen een organisatie zorgt voor betere beslissingen door het samenkomen van verschillende inzichten en meningen. De juiste balans tussen mannen en vrouwen stimuleert creativiteit, empathie en innovatie. Een juiste balans zorgt voor vernieuwing en verfrissing.

Diversiteit gaat verder dan alleen de discussie over vrouwen versus mannen aan de top van een organisatie. Het gaat over het

omarmen van culturele verschillen, over het creëren van mogelijkheden voor lichamelijk beperkte (potentiële) medewerkers, en over het openstaan voor andersdenkenden.

Laten we verschillen vieren met elkaar en op die manier tot een openhartige en mooiere wereld komen. Iedereen kan het verschil maken, te beginnen bij onszelf.

Ricoh werkt samen met de sociale werkvoorzieningsgroep WVS om mensen met een achterstand bij het Ricoh Europese logistiek centrum aan het werk te helpen waarbij ze in het reguliere arbeidsproces hun eigen plekje krijgen.



# DE BETERE BUUR

## En de dichtbije vriend

Ricoh is één van de deelnemers aan het Bossche Energie convenant, een overeenkomst tussen bedrij-ven uit Den Bosch waarbij ze de handen ineen slaan voor een duurzame en betrouwbare energievoorziening. Van 2011 t/m 2013 was de gezamenlijke doelstelling om in drie jaar minimaal 10% energie te besparen en/of duurzaam op te wekken ten opzichte van 2009. Bijvoorbeeld met energiezuinige verlichting of zonnepanelen op het dak, of het gebruik van wamte- en koudeopslagsystemen.

Tot en met 2012 is maar liefst 8% energie bespaard. Begin 2014 werd door de deelnemers gezamenlijk besloten om nog zeker tot eind 2015 door te gaan met het Bossche Energie convenant. Ricoh heeft een grote slag gemaakt door de nieuwe duurzame huisvesting bij het station, waarbij duurzaamheid een belangrijke rol speelde, zowel op het gebied van materiaalkeuze, energiehuishouding in het pand als de mobiliteit van haar medewerkers.



# RAISING THE NEXT GENERATION

## Want zij hebben de toekomst

'Duurzame ontwikkeling is ontwikkeling die aansluit op de behoeften van het heden zonder het vermogen van toekomstige generaties om in hun eigen behoeften te voorzien in gevaar te brengen', aldus de definitie van de VN-commissie Brundtland uit 1987.

Scholen, hogescholen, en universiteiten zijn de plekken waar die toekomstige generatie zich vormt tot de ondernemers, leiders, kunstenaars, zakenmensen en cheffoks van de toekomst. Op die plekken is hard behoefte aan een flinke dosis passie en vernieuwing. En daar is dus een rol weggelegd voor innovatieve bedrijven die hun rol in de maatschappij serieus nemen. Niet alleen om in dat onderwijs aanwezig te zijn in de vorm van kennisdeling, onderzoek en het inbrengen van inzichten in actuele ontwikkelingen. Maar ook op een later moment wanneer deze nieuwe generatie de arbeidsmarkt op komt en aan de slag gaat.

Medewerkers van Ricoh nemen onder werktijd deel aan jINC. jINC helpt jongeren uit achterstandswijken bij een betere start op de arbeidsmarkt. Vele jongeren vinden het lastig een juiste studiekeuze te maken of slagen er niet in hun stage af te ronden. jINC ontwikkelt projecten die jongeren laten kennismaken met het bedrijfsleven. Ontwikkelt hen door ze (sociale) vaardigheden mee te geven.

Met de wedstrijd 'The Learning Challenge' daagt Ricoh bovendien het voortgezet onderwijs uit om te bedenken hoe leren leuker, boeiender en persoonlijker kan met behulp van digitale middelen. Het winnende voorstel krijgt € 50.000,- aan deze middelen. Ricoh begeleidt ze in de overgang naar digitaal onderwijs.



opgericht in  
**1936**

actief in  
**200** landen

**108.000**  
werknemers wereldwijd



**RICOH GLOBAL**

**450**  
engineers



**1300**  
medewerkers

**RICOH NEDERLAND**

Ricoh staat in 2013 voor de  
**9<sup>e</sup> keer** genoteerd binnen de;  
Global 100 Most  
**sustainable**  
corporations in the world.

Ricoh staat  
genoteerd aan de  
**Dow Jones**  
Sustainability Index



**INTEGRITY IN  
CORPORATE ACTIVITIES**



**HARMONY WITH SOCIETY**

Ricoh wordt in 2013  
founding father van  
**Jinc Brabant**

Ricoh hoofdkantoor  
is startpunt van een 3,8 km  
**Natuurmonumenten**  
wandeling

in 2014 participeert Ricoh in het  
**Biofuel programma**  
van **KLM.**



**RESPECT FOR PEOPLE**

Top Employer 2014

**15%** van de Ricoh medewerkers  
zijn actief betrokken bij  
de maatschappelijke projecten

Het eerste halfjaar  
bereikt Ricoh via JINC  
al meer dan

**250 leerlingen**



**HARMONY  
WITH ENVIRONMENT**

in 2014 is het  
**Bossche Energie  
Convenant**  
met 2 jaar verlengd,  
>50 deelnemers, Ricoh is mede initiator  
en deelnemer van het eerste uur



# WONDERFUL WORK

## Over duurzaam werken en leven.

### Contactgegevens

Ricoh Nederland B.V.  
Magistratenlaan 2  
5223 MD 's-Hertogenbosch

T. 073 6451111 M. 0654246451

E: nicollette.kraay@ricoh.nl

### Volg ons!

ricohblog.nl



facebook.com/ricohnederland



@RicohNL



youtube.com/ricohnl

---

### Concept en ontwerp:

The Others (the-others.eu)

### Tekst:

Ynzo van Zanten (Green Inc)

### Eindredactie:

Laura Scheijgrond en Nicolette Kraay (Ricoh Nederland B.V.)

### Duurzaam drukwerk:

Tuijtel

Wonderful Work is gedrukt op FSC gecertificeerd papier en volledig klimaatneutraal geproduceerd door Tuijtel. Meer weten over klimaatneutraal drukken? Ga naar [www.tuijtel.com](http://www.tuijtel.com)

**RICOH**  
imagine. change.

