

**Duurzaam inzetbare
medewerkers in een
gezonde organisatie**

Positief Gezond Werkgever schap





GEZOND EN VITAAL WERKEN, DAT WIL TOCH IEDEREEN?

Werken met plezier, betrokken zijn, weten wat je wil en kan. Mensen die vitaal en productief zijn en meedraaien naar vermogen, ook als er iets speelt met hun gezondheid of in hun thuissituatie.

Organisaties die medewerkers de regie geven, passende mogelijkheden bieden en oprecht verbindingen aangaan, onderscheiden zich op een positieve manier. Alles is Gezondheid en iPH werken nauw samen om Positief Gezond Werkgeverschap verder te ontwikkelen. Als werkgever kun je onderscheidend zijn met het toepassen van Positieve Gezondheid op de werkvloer.

‘Positieve Gezondheid, de sleutel voor regie en veerkracht’

Duurzame inzetbaarheid

Met Positieve Gezondheid is duurzame inzetbaarheid mogelijk voor iedereen. Maar dat gaat niet vanzelf. Inspanning is nodig van organisaties en medewerkers om vitaal en in goede gezondheid te kunnen werken tot de pensioengerechtigde leeftijd. Dit vraagt om preventie en daarmee om bewustwording én concrete acties. Laat je inspireren door urgente cijfers, tips, tools en leerzame voorbeelden.



Cijfers laten de urgentie zien

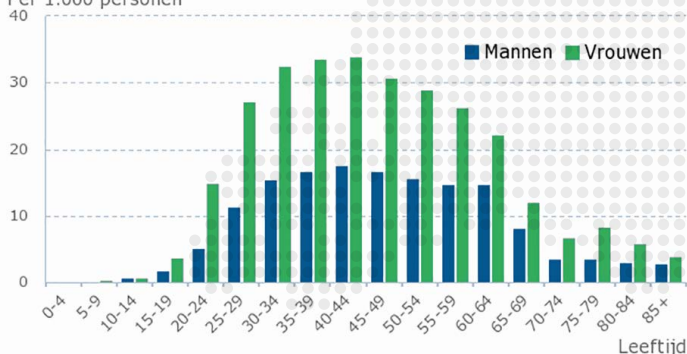
Meer burn-out klachten en werkstress

Tussen 2007 en 2018 is het percentage werknemers met burn-outklachten gestegen. Bij mannen nam het toe van ruim 11 naar 16%. Bij vrouwen is de stijging groter, van ruim 10 naar 18%. De verwachting is dat dit de komende jaren verder zal stijgen

Bron: bronnen.zorggegevens.nl

Jaarprevalentie overspannenheid in huisartsenpraktijk 2020

Per 1.000 personen



Wetgeving aangescherpt

Van werkgevers wordt steeds meer verwacht om uitval van hun medewerkers te voorkomen. Wijzigingen in het stelsel van sociale zekerheid en andere wetgeving kondigen dit aan.

Denk bijvoorbeeld aan de nieuwe Arbowet waarin preventie meer centraal staat.

'Het aandeel werkgebonden psychische klachten (zoals stress, depressie en angst) is in Nederland 31,5%. Dit ligt een stuk hoger dan het gemiddelde van de EU Europese unie-landen (16,4%)'

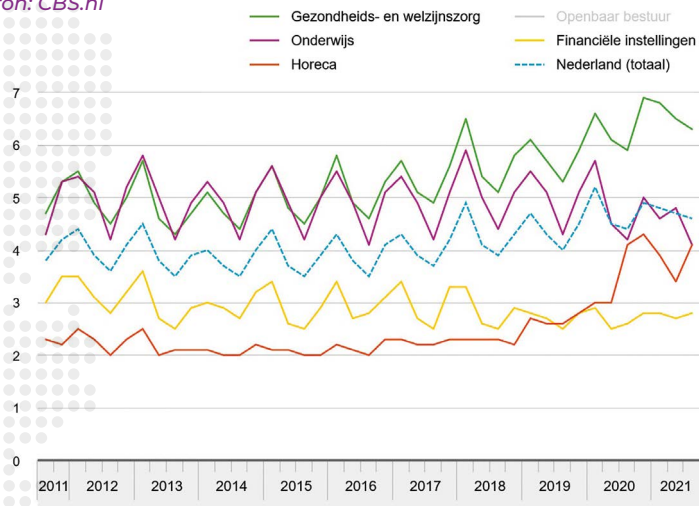
Bron: vzinfo.nl



Ziekteverzuim groeit

Het ziekteverzuim schommelt gemiddeld rond de 4,5%. Vooral in de zorg is de uitval zorgwekkend met 8,2%. Corona heeft deze tendens versterkt, maar ook voor de crisis was sprake van stevig verzuim. Ook in het onderwijs is het ziekteverzuim hoog (4,6%).

Bron: CBS.nl

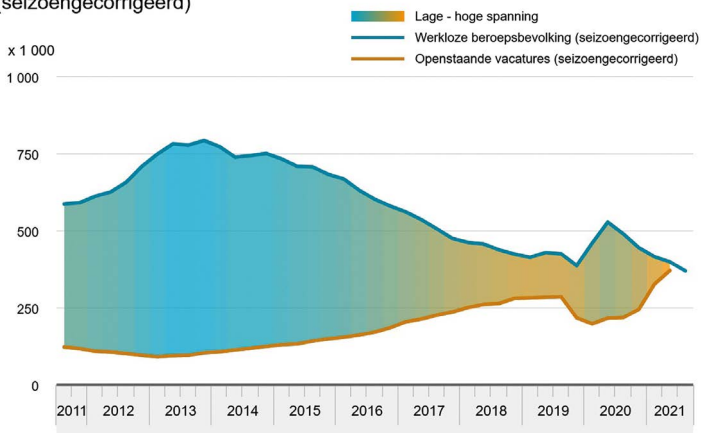


Tekort aan personeel

Het afgelopen jaar laat een ongekend tekort aan personeel zien; ook in 2022 zal dit doorzetten. Vooral de zorg en het onderwijs hebben moeite vacatures te vervullen. Onvoldoende instroom in opleidingen en uitstroom van pensioengerechtigden versterken deze trend.

Bron: CBS.nl

Openstaande vacatures en werkloze beroepsbevolking (seizoengecorrigeerd)



A photograph of Machteld Huber, a woman with short grey hair and glasses, wearing a black blazer over a grey top and a chunky necklace. She is holding a microphone and a small device. In the background, a black banner features the text 'ALLES IS GEZONDHEID' and 'ALLESISGEZONDHEID.NL'.

DE KRACHT VAN POSITIEVE GEZONDHEID

“Positieve gezondheid is het vermogen van mensen om zich aan te passen en eigen regie te voeren, in het licht van de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven”

Machteld Huber (foto), arts, grondlegger van het gedachtegoed Positieve Gezondheid en oprichter van Institute for Positive Health (iPH)

Positieve Gezondheid biedt een brede kijk op gezondheid. Het gaat niet om wat mensen mankeren, of niet kunnen. Het gaat juist om de mens in zijn totaliteit, om zijn veerkracht en om wat het leven van mensen betekenisvol maakt. Met het concept Positieve Gezondheid kun je als werkgever concreet aan de slag om ervoor te zorgen dat werknemers gezond en vitaal werken en leven (ook wel gezond menselijk kapitaal genoemd).

Duurzame inzetbaarheid

Het gaat erom mensen aan te spreken op hun veerkracht, oprechte aandacht te geven en verbinding te maken. Medewerkers voelen zich gehoord en gezien en werken met plezier. Dat maakt ze productiever en ze voelen zich sterker verbonden met de organisatie.



BEWUSTWORDING EN MAATWERK

Positieve Gezondheid gaat uit van een brede benadering van gezondheid in zes met elkaar verbonden domeinen:

- **Lichaamsfuncties:** je gezond en fit voelen, goed slapen en bewegen.
- **Mentaal welbevinden:** zelfacceptatie, goed kunnen communiceren en omgaan met veranderingen.
- **Zingeving:** levenslust, idealen en vertrouwen hebben.
- **Kwaliteit van leven:** in balans zijn, veilig voelen, onderdak en kunnen voorzien in levensonderhoud.
- **Meedoen:** sociale contacten, meedoen in de maatschappij, erbij horen.
- **Dagelijks functioneren:** zorgen voor jezelf, grenzen kennen, hulp vragen, kunnen werken.

Zo maak je eigen regie mogelijk

Mensen verschillen, dat is normaal. Als werkgever betekent het dat je sommige medewerkers meer moet ondersteunen dan anderen. Ondersteuning kan bestaan uit **bewustwording**, **begeleiding** en **opleiding**. Naarmate werknemers meer zelfredzaam zijn, kun je meer ruimte bieden. Maatwerk is een sleutelwoord. Doel is steeds om goed werkgeverschap als uitgangspunt te nemen en in HR-beleid vorm te geven. Met het concept Positieve Gezondheid krijgen alle activiteiten meer samenhang en kracht.

Instrumenten die helpen

Organisaties en sectoren in Nederland verschillen enorm van elkaar.

Daarom is er ook geen blauwdruk voor de perfecte aanpak. Op de website van Institute for Positive Health (iPH) vind je veel informatie en handige tools die je kunt gebruiken in jouw organisatie. Denk bijvoorbeeld aan:

- **Het spinnenweb:** laat medewerkers de vragenlijst invullen. Zo wordt duidelijk wat belangrijk voor hen is in hun leven. Er zijn verschillende versies, geschikt voor volwassenen, jongeren of mensen die moeite hebben met lezen. De resultaten zijn een vertrekpunt voor een gesprek.
- **Het Andere Gesprek:** Met Positieve Gezondheid voer je gesprekken die tot verrassende uitkomsten kunnen leiden. Achter een gezondheidsklacht kan een heel ander probleem schuilgaan. Mensen weten verbluffend goed wat nodig is om hun gezondheidssituatie te verbeteren.
- **Een evaluatiewijzer:** met deze wijzer (in ontwikkeling) kun je de impact en de effecten van het werken met Positieve Gezondheid in kaart brengen.
- **Vitaliteitscan:** iPH en Mediquest ontwikkelden in opdracht van Vitaal Bedrijf een Vitaliteitsscan voor het mkb met Positieve Gezondheid als basis. Medewerkers krijgen met de scan hun persoonlijke resultaten te zien en kunnen aangeven wat ze willen veranderen. Werkgevers zien alleen anonieme uitkomsten waar ze hun beleid op kunnen inzetten.



Het Andere Gesprek in drie stappen

- #1 Reflectie: mijn positieve gezondheid
- #2 Focus: veranderwens
- #3 Actie: afspreken en plannen

Kernvragen in een goed gesprek tussen werkgever en werknemer

- Wat zou JIJ willen (eigen regie)?
- Hoe kan IK je daarbij helpen?

Meer weten?
Kijk op iph.nl



RESULTATEN STEEDS MEER ZICHTBAAR

Positief Gezond Werkgeverschap biedt aanknopingspunten om in de arbeidsmarkt verschil te maken. Alles is Gezondheid en iPH organiseerden informatieve bijeenkomsten waar bestuurders en beroepsgroepen uit verschillende sectoren elkaar ontmoetten om aan de slag te gaan met Positieve Gezondheid. Diverse sessies met de bibliotheeksector, bedrijfsartsen, Arbo-deskundigen en HR-adviseurs staan op de stapel. Meer weten? Kijk op allesisgezondheid.nl/evenementen/

ACTIELEERNETWERKEN: SAMEN AAN DE SLAG MET POSITIEVE GEZONDHEID

Een krachtig instrument is een Actieleernetwerk waarin mensen samen leren én ontwikkelen. Alles is Gezondheid adviseert, stimuleert en ondersteunt daarbij.

ACTIELEERNETWERK IN DE CULTURELE EN CREATIEVE SECTOR GESTART

Een groep HR-medewerkers van de culturele en creatieve sector (netwerk DigiPACCT) startte eind 2021 een Actieleernetwerk dat onderzoekt wat Positieve Gezondheid kan betekenen voor medewerkers bij musea, poppodia, orkesten, podiumkunsten, openbare bibliotheken en Nationale opera en ballet.

Door kennis en ervaring uit te wisselen, met ondersteuning van Alles is Gezondheid, zoekt het netwerk via Positieve Gezondheid oplossingen. Vraagstukken zijn bijvoorbeeld: wat kun je doen als kleine organisaties met weinig HR-capaciteit? Hoe kun je werkdruk verlagen, ook voor de vele zzp'ers in deze sector? Hoe zorg je ervoor dat openheid en kwetsbaarheid in persoonlijke gesprekken niet in de knel komen met privacy en vertrouwen?

ANDERE ACTIELEERNETWERKEN:

- De Zorggroep (VVT), Jeroen Bosch Ziekenhuis (NVZ), Omring (VVT) en GGZ-organisaties Vincent van Gogh, Pro Persona en GGZ Breburg.

Meer weten over samen netwerken?
Kijk op allesisgezondheid.nl/samenwerken

INFORMATIEVE BIJEENKOMSTEN WERKEN ALS OLIEVLEK



- Werkgroep Positieve Gezondheid Noordelijke Maasvallei, bestaande uit: gemeenten, GGD Hart voor Brabant, GGD Oost Brabant, Pantein, Radius; welzijn Land van Cuijk, Robuust, Syntein, VGZ, Zorgbelang Brabant en het Louis Bolk Instituut.
- Gezondheidsprofessionals, arbo-artsen en maatschappelijk werkers vinden elkaar in een nieuw Actieleernetwerk.

DRIE TIPS UIT DE PRAKTIJK:

- #1** Maak ruimte voor vitaliteit, gezondheid en duurzame inzetbaarheid
- #2** Ga in gesprek, kijk wat mensen wél kunnen
- #3** Zoek informatie en samenwerking, bijvoorbeeld in een Actieleernetwerk

*“Waar mensen **autonomie** krijgen, erkend worden in hun **vakmanschap** en zich **verbonden** voelen met de organisatie, is de kans ze gezonder oud worden groter. Maatwerk betekent misschien meer puzzelen, maar zo behoud je wel vitale mensen in je organisatie!”*

Piet Vessies, netwerkadviser bedrijven en gezondheid



Duurzame inzetbaarheid: subsidie vanuit MDIEU-regeling

Het belang van duurzame inzetbaarheid heeft een belangrijke plaats in het pensioenakkoord (2019). Sectoren kunnen met de MDIEU-regeling subsidie aanvragen voor activiteiten die passen bij deze thema's:

- *bevorderen gezond en vitaal werken* • *bevorderen goed werkgever- en werknemerschap* • *een leven lang ontwikkelen en bevorderen arbeidsmobiliteit* • *bewustwording van duurzame inzetbaarheid en eigen regie op de loopbaan.*

*Outdoor
Office Day*

NEEM JE WERK MEE NAAR BUITEN

Hoe zorg je voor fitte en geïnspireerde medewerkers? Stimuleer dat ze op tijd pauze nemen, liefst in de buitenlucht. Organiseer eens een 'weeting' (een combinatie van 'walk' en 'meeting') om wandelend te overleggen.

'Duurzame inzetbaarheid in de praktijk'

Ook voor mensen die niet gemakkelijk een uitstapje kunnen maken, is buitenlucht goed. Zo brengt Alles is Gezondheid mensen uit verschillende organisaties bij elkaar voor de Outdoor Office Day. Een jaarlijks dag om aandacht te vragen voor gezond werken.



Lees meer en doe mee via
www.outdoorofficeday.nl

GEZONDE WERKPLEK: ALLE TIPS IN EEN WEBINAR

Bewegen op de werkvloer, een rookvrije werkomgeving en mentaal in balans blijven: zo kun je actuele leefstijlthema's in de praktijk brengen. Voor organisaties die aan de slag willen met een gezonde werkplek organiseert het regionetwerk van Alles is Gezondheid NOG Fitter en Vitaler bijeenkomsten voor werkgevers en werknemers.

WERK ALS BESTE ZORG

Werken is gezond, denk aan minder economische afhankelijkheid, meedoen in de samenleving. Sociale Dienst Drechtsteden, GGZ-instelling Yulius en zorgverzekeraar VGZ werken samen om GGZ-cliënten naar werk te begeleiden. Zo brengen zij Positieve Gezondheid in de praktijk: door samen te werken, informatie uit te wisselen en cliënten persoonlijk te begeleiden. Meer weten? Kijk op allesisgezondheid.nl/nieuws/werk-als-beste-zorg/

Positieve Gezondheid is ook: werken aan inclusiviteit

WERKEN IS GEZOND: CONCRETE OPBRENGSTEN

Samen met de stichting SBI ontwikkelt Alles is Gezondheid initiatieven voor een meer inclusieve en diverse arbeidsmarkt. SBI staat voor samenwerking, bezinning en inspiratie. Concrete opbrengsten onder meer:

- **Stapelbanen;** het combineren van deeltijdbanen bij één werkgever om economische onafhankelijkheid te bevorderen.
- **Ruimteridders;** initiatief in Utrecht om van vrijwilligerswerk naar betaalde arbeid te gaan, meegenomen door Hotspotlab.
- **Vitaliteitscontract;** minder vrijblijvende afspraken tussen werkgever en werknemer over samen werken aan gezondheid – in uitvoering bij Alles is Gezondheid.





Advies of ondersteuning nodig rond Healthy Human Capital, gezondheid, duurzame inzetbaarheid of preventie? Neem contact op met Alles is Gezondheid of CAOP.

Dit is een publicatie van Alles is Gezondheid in
samenwerking met Institute for Positive
Health en CAOP.

Kijk voor meer informatie en bronnen op
allesisgezondheid.nl



CAOP

info@caop.nl
070 376 57 65

IPH

info@iph.nl
www.iph.nl

ALLES IS
GEZONDHEID

www.allesisgezondheid.nl
info@allesisgezondheid.nl
085 485 32 16