

# Het gezondheidsbeleid naar een hoger niveau tillen

Silvia Van Cauter Stafmedewerker Gezond Leven

VLAAMS INSTITUUT  
**GEZOND  
LEVEN**

# Vlaams Instituut Gezond Leven

- ▶ Van VIGeZ naar Vlaams Instituut Gezond Leven
- ▶ Expertisecentrum & partnerorganisatie van Vlaamse overheid
  - mensen op een toegankelijke manier helpen om gezond te leven
  - methodieontwikkeling en coördinatie projecten
  - beleidsondersteuning
  - onderbouwde informatie- en adviesverstrekking
  - vormingen op vraag/maat
- ▶ Over het preventief gezondheidsbeleid, beweging, sedentair gedrag, tabakspreventie, evenwichtige voeding en mentaal welbevinden, gezondheid & milieu
- ▶ Uitgebreid netwerk van (bedrijfs)gerelateerde partners

# Inhoud

1. Gezondheidstoestand van de Vlaming: enkele cijfers
2. Gezondheidsbeleid op het werk als bedrijfsstrategie
3. Naar een gezondheidsbeleid op het werk: de kadermethodiek Gezond Werken
4. Ondersteunende methodieken en instrumenten

# 1

## Gezondheidstoestand van de Vlaming

### Enkele cijfers

# Gezondheidstoestand van de Vlaming

- ▶ 32% van de bevolking (15+) geeft psychische problemen aan
- ▶ 44% van de bevolking eet niet dagelijks fruit (30% haalt de aanbevolen hoeveelheid van minstens 2 porties fruit per dag).
- ▶ Bijna de helft (48%) van de volwassen bevolking heeft overgewicht, 14% is zwaarlijvig (vooral in de sectoren bouw, voeding, metaal, chemie en transport)
- ▶ Slechts 36% besteedt minstens 30 minuten per dag aan (minstens matige) lichaamsbeweging
- ▶ Slechts 8 % van de Belgen geeft aan veel op het werk te bewegen
- ▶ Vlaamse volwassenen zitten gemiddeld 9 uur stil
- ▶ 23 % van de volwassen Vlamingen rookt vnl. werkzaam in de bouw, transport & horeca
- ▶ 13 % van de mannen vertoont problematisch alcoholgebruik, bij vrouwen gaat het om 4 %

Bron: Gezondheidsenquête 2013 (WIV)

## Gezondheid en -gedrag bij laaggeschoolde WN's (Bellstress)

- 39.4% van de lager geschoolden geeft aan een “gemiddelde” tot “slechte” algemene gezondheid te hebben. Bij de middelbaar geschoolden was dit 34,5% en 26,7% bij de hoger geschoolden
- Van de lager geschoolden had 56,2% overgewicht of was obees ten opzichte van 48,8% van de middelbaar geschoolden en 37,7% van de hoger geschoolden
- Lager geschoolden hebben minder beweging buiten het werk dan middelbaar en hoger geschoolden.
- Van de lager geschoolden in deze studie rookt 38.5%, wat significant meer is dan bij de andere opleidingsgroepen
- Bij de lager geschoolden zitten meer geheelonthouders, maar ook meer personen die buitensporig drinken

# 2

## Gezondheidsbeleid op het werk als bedrijfsstrategie

# Gezondheidsbeleid als bedrijfsstrategie? Ja, zeker!

## Enkele uitdagingen voor de Vlaamse arbeidsmarkt

- Vergrijzing van de werknemerspopulatie opvangen
- Werkbaarheid van het werk verhogen → werkstress doen dalen
- Mensen langer en met goesting aan de slag houden tot aan het pensioen
- Absenteïsme (en presenteïsme) op de werkvloer terugdringen



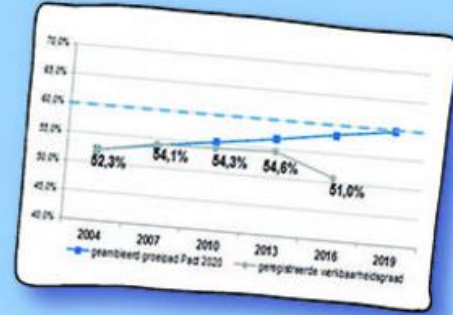
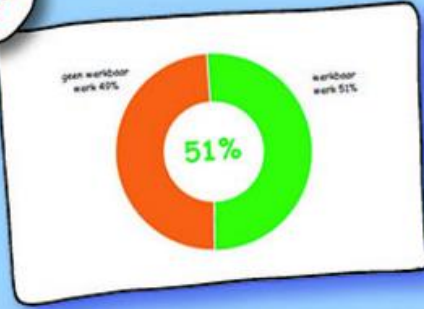
# WERKBAAR WERK WERKNEMERS 2016



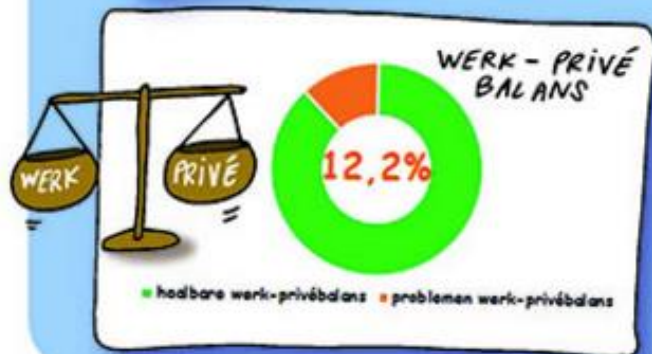
WAT IS WERKBAAR WERK?



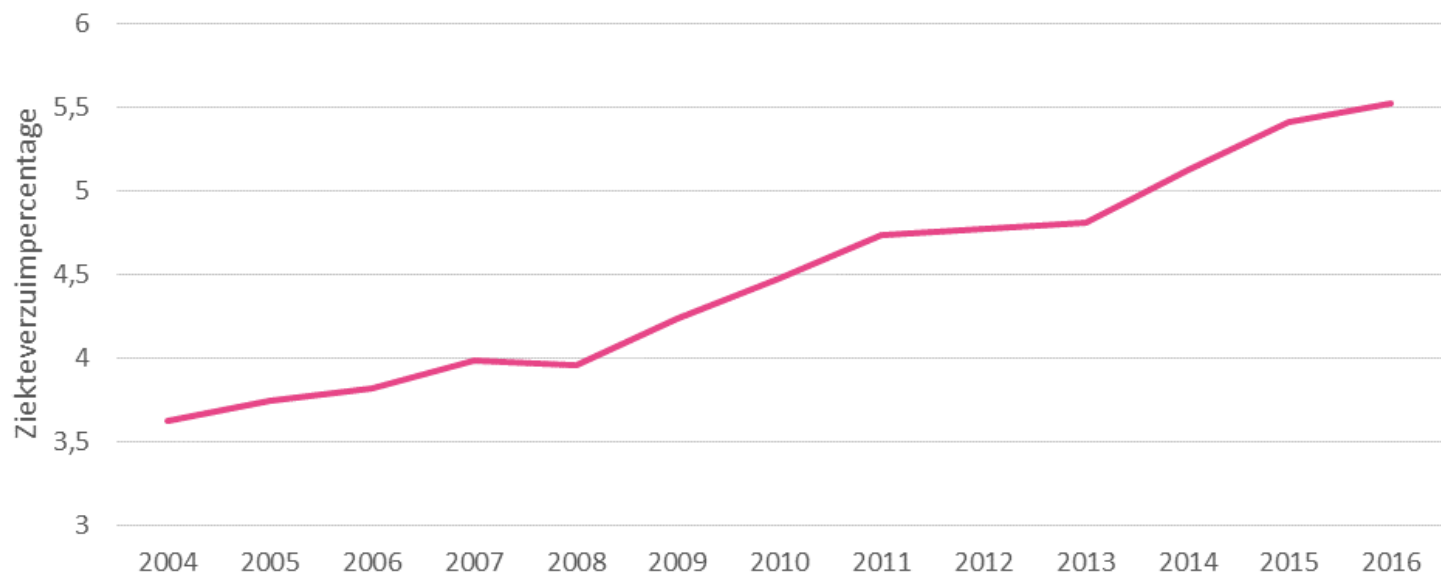
WERKBAARHEIDSGRAAD: WERKNEMERS DIE WERKBAAR WERK HEBBEN



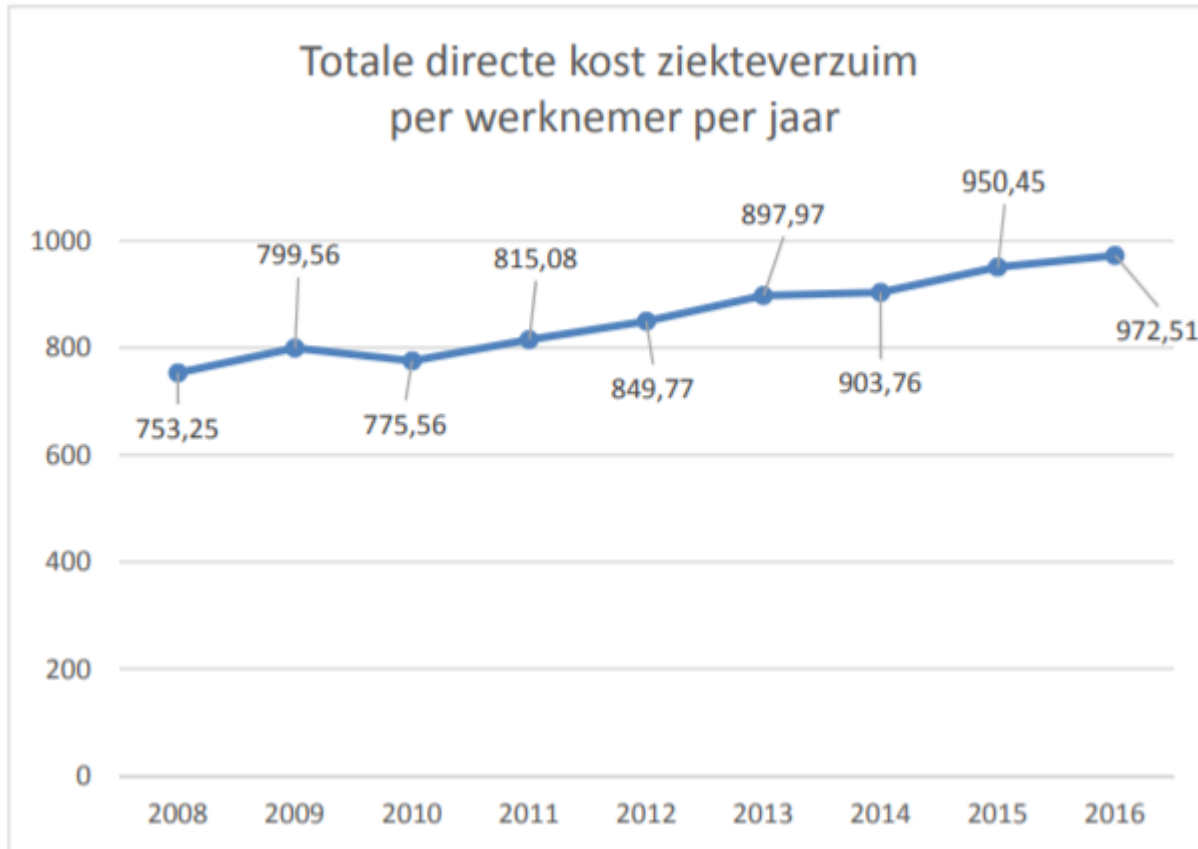
# WERKBAARHEIDSKNELPUNTEN 2016



## Evolutie ziekteverzuim sinds 2004



Bron: SD WORX, 2016



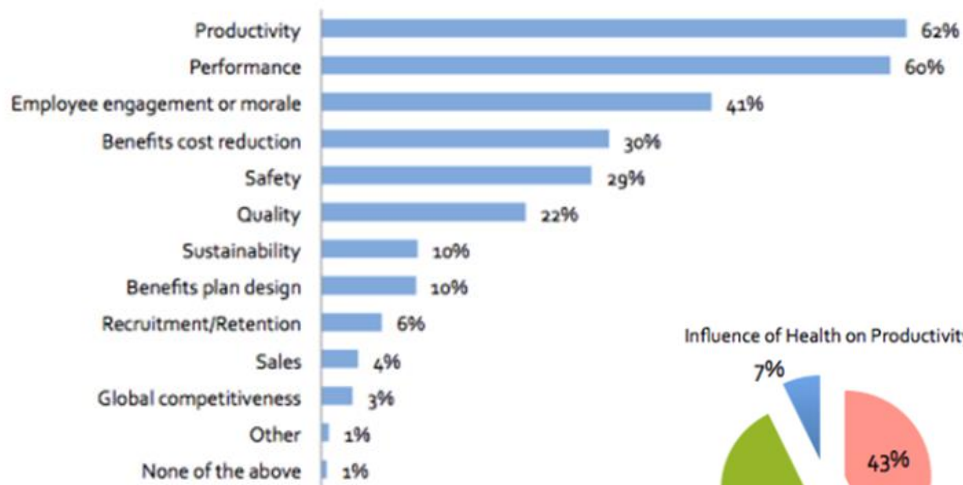
Grafiek 3: Totale directe kost van het ziekteverzuim per werknemer per jaar

# Voordelen van een gezondheidsbeleid

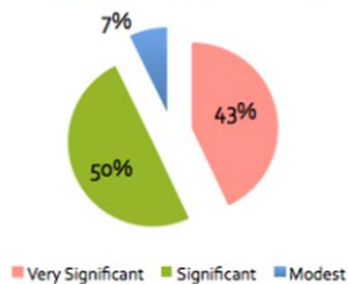


ENWHP 2004, Making the case for workplace health promotion (WHP). Analysis of the effects of WHP

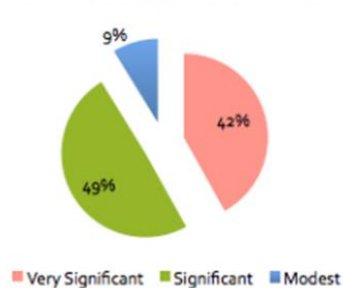
## Business Priorities Influenced by Health



Influence of Health on Productivity



Influence of Health on Performance



Source: Health Enhancement Research Organization (HERO), 2015

60% organiseert activiteiten rond gezondheid  
vnl rond voeding (74%), alcohol (73%) en  
mentale gezondheid (61%)

# 3

## Naar een gezondheidsbeleid op het werk De kadermethodiek Gezond Werken



# Wat is een preventief gezondheidsbeleid op het werk?

- ▶ ...een beleid dat werknemers moet aanzetten tot een gezonde(re) **leefstijl**
- ▶ ...een beleid dat zowel **individueel** als via de **werkomgeving** gezond gedrag tracht te bevorderen
- ▶ ...een beleid waarbij de nadruk ligt op het **motiveren en/of ondersteunen** van de medewerkers
- ▶ ...een beleid dat de **individuele keuzevrijheid** van werknemers op het vlak van gezondheid **respecteert**
- ▶ ...een beleid dat ervoor zorgt dat werknemers **voldoende bewegen, lang zitten onderbreken, evenwichtig eten, stoppen met roken, alcoholverbruik beperken** en zich goed in hun vel voelen op het werk en daarbuiten
- ▶ ...een beleid dat **aanvullend is aan en verder bouwt op het welzijnsbeleid** van de organisatie
- ▶ ...een beleid dat **niet wettelijk** verplicht is en gebaseerd is op een **engagement** van de onderneming
- ▶ ...een beleid dat aandacht heeft voor **werknemers met specifieke noden en –behoeften** op vlak van gezondheid
- ▶ ...een beleid met een **visie op lange termijn** dat aansluit op de **strategische bedrijfsdoelstellingen** van de organisatie


# Kadermethodiek Gezond Werken



# Beleidsinstrument 1: Stappenplan voor ondernemingen



# Beleidsinstrument 2: Gezondheidsmatrix voor ondernemingen

 VLAMSE INSTITUUT GEZOND LEVEN	werknemer (+ prioritaire of risicodoelgroepen)	afdeling of team	bedrijf/organisatie (= alle werknemers en hun leefomgeving binnen de werkcontext)	omgeving buiten het bedrijf (bv. gezin van werknemers, leveranciers, buurtbedrijven, gemeentebestuur, fietspaden, sectorgerichte acties ...)
educatie				
omgevingsinterventies				
afspraken en regelgeving				
zorg en begeleiding				

# MIX VAN INTERVENTIES = VERSCHILLENDE STRATEGIEËN

- **Educatie (voorlichting en sensibilisatie):** motiveren tot gezond gedrag bij werknemers door te informeren, sociale steun te voorzien, in te spelen op waarden en normen en vaardigheden te versterken
- **Omgevingsinterventies:** structurele maatregelen in de organisatie nemen die gezond gedrag kunnen uitlokken (laagdrempelig en gezond aanbod) of rechtstreeks beïnvloeden (gezonde omgeving)
- **Beleid, afspraken en regelgeving:** het maken, integreren en hanteren van voorschriften of officiële afspraken rond gezondheid in het algemene beleid van de organisatie
- **Zorg en begeleiding:** voorzien van zorg- en begeleidingstrajecten die een gezonde leefstijl bevorderen bij werknemers met specifieke gezondheidsrisico's

## Beleidsinstrument 2: Gezondheidsmatrix voor ondernemingen

### Werking op verschillende niveaus (↑)

#### – Niveau 1: Individuele werknemer

Acties die rekening houden met individuele noden van WN's op vlak van gezondheid

#### – Niveau 2: Team/afdeling

Acties die rekening houden met de organisatorische en ruimtelijke aspecten die betrekking hebben op teams en/of afdelingen bvb arbeiders vs bedienden

#### – Niveau 3: Bedrijf/organisatie

Acties die gericht zijn naar alle werknemers binnen de organisatie

#### – Niveau 4: Omgeving buiten het bedrijf

Acties die gericht zijn naar de omgeving buiten de organisatie bvb gezin, omgeving van het bedrijf, acties binnen de sector of Vlaamse acties

# 4

## Ondersteunende methodieken en instrumenten

# StEIGERs – Sociale Economie en GEzondheidspRomotie





# Handleiding om een beleid op te zetten

- ▶ Wil je als werkgever een beleid opzetten rond voeding/ beweging/ sedentair gedrag?
- ▶ Er wordt uitleg voorzien hoe de organisatie acties kan ondernemen om stap voor stap een gezondere werkomgeving te creëren
- ▶ Deze handleiding kaart enkele thema's aan: aanbod van dranken, aanbod van tussendoortjes, actief transport naar het werk en het verminderen van langdurig stilzitten.

# Screeningsinstrument

- ▶ Instrument voor begeleiders
- ▶ Bevraging van doelgroep werknemers rond de thema's: tabak, alcohol, beweging, sedentair gedrag, voeding en je goed in je vel voelen.
- ▶ Na het afnemen van de vragenlijst kan de begeleider gebruik maken van een praktische handleiding om de scores per gezondheidsthema te achterhalen. Inclusief tips + advies + doorverwijzen waar nodig.

# Goed-Gevoel-Stoel naar de sociale economie

## Geestelijke gezondheidsbevordering

bij maatschappelijk kwetsbare mensen (zonder ernstige psychische klachten)

d.m.v. het versterken van  
**veerkracht**

Mensen die het moeilijk hebben sterker maken,  
samen zoeken naar manieren om een **goed  
gevoel langer te kunnen vasthouden**

# Coaching van ondernemingen naar een preventief personeelsbeleid

Minister Vandeurzen trekt 2,8 miljoen euro uit voor gezondheidsbevordering op het werk.

Voor ondernemingen die

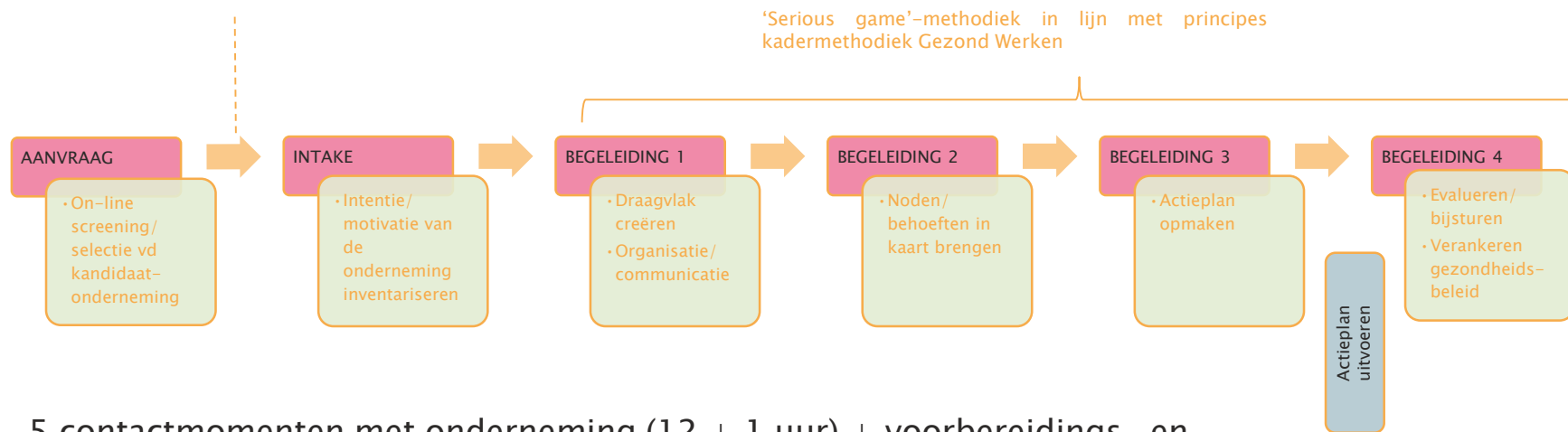
- momenteel **géén preventief gezondheidsbeleid** hebben
- hoofdzakelijk **laag- en midden geschoolden** tewerkstellen

Een beleid dat werknemers moet stimuleren om **gezonder** te gaan leven (niet-arbeidsgebonden gezondheidsrisico's) op vlak van **voeding, beweging, roken, alcohol en drugs, sedentair gedrag en geestelijke gezondheid,**

Begeleiding door een 40 opgeleide coaches die

- in staat om ondernemingen te **ondersteunen**
- bij de opzet en de verankering van een **kwaliteitsvol en duurzaam preventief gezondheidsbeleid** op het werk.
- aan de hand van de coachingmethodiek “gezondernemen & co”

# Traject

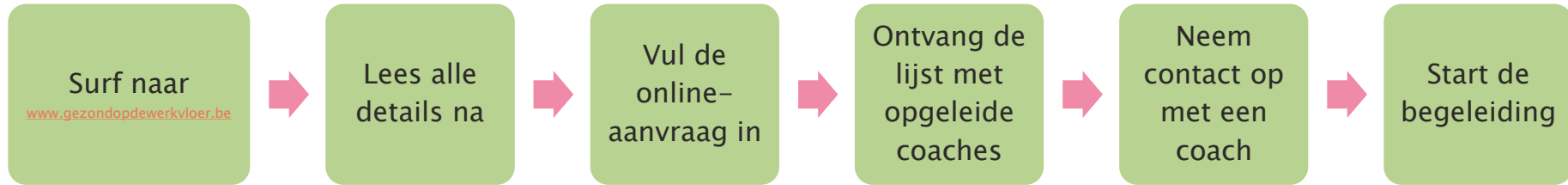


5 contactmomenten met onderneming (12 + 1 uur) + voorbereidings- en verwerkingstijd (7 uur)

# Aanvraag

- In aanmerking voor subsidie: doorverwijzing naar coach
  - 500 euro voor onderneming
  - 1000 euro subsidie
- Niet in aanmerking voor subsidie: eveneens doorverwijzing naar coach
  - Geen vastgelegde tarieven
- ▶ Onderneming kiest zélf een coach en neemt contact op met de coach

# Actie!



► Meer info:

- [www.gezondopdewerkvloer.be](http://www.gezondopdewerkvloer.be)
- [bedrijfscoaching@gezondleven.be](mailto:bedrijfscoaching@gezondleven.be)
- Lisa Gebett op nummer 02 421 09 62

# Methodieken en instrumenten

**GEZOND  
WERKEN**  
VLAAMS INSTITUUT GEZOND LEVEN

START TO  
**STAND**



**GEZOND  
LEVEN**