



De Persoonlijke Gezondheidscheck

Bij

Belastingsamenwerking Oost-Brabant



Belastingsamenwerking
Oost-Brabant





De inhoud van De Persoonlijke Gezondheidscheck



Wat is uitgevraagd?

Basis gezondheidscheck

- ✓ Persoonlijke Gezondheidsomgeving
- ✓ Vragenlijst Gezondheid, Vitaliteit & Leefstijl
 - Algemene gezondheidsrisico's
 - Beweging, Roken, Alcohol, Voeding en Stress (o.a. financieel)
 - Motivatie & Persoonskenmerken
 - Risico op COPD, hart- en vaatziekten, diabetes en nierfalen
- ✓ Meting van BMI en buikomvang
- ✓ Meting van bloeddruk en hartslag
- ✓ Labtest voor cholesterol- en diabetesprofiel

Uitbreidingen

Online vragenlijsten aansluitend op RI&E:

- Vragenlijst Gezond aan het werk
 - Workability Index (WAI)
 - PsychoSociale Arbeidsbelasting (PSA): o.a. veerkracht en ongewenst gedrag
 - Bevlogenheid
 - Fysieke werkbalans: bewegingsapparaat
- Vragenlijst Beeldschermwerk
- Vragenlijst Mentale Gezondheid
- Vragenlijst Gezond door de overgang
- Vragenlijst Inzetbaarheid & Werkplezier

Hoe zien de resultaten eruit voor de deelnemer

Deelnemer

Inzicht

Mijn gezondheid

**Mentale werkbalans**
In balans

**Lichamelijke klachten**
Aanvaagig

**Cholesterol**
Verhoogd

**Eten**
Kan gesonder

**Gewicht en buikomvang**
Gesond

**Draagkracht**
Licht uit balans

**Raken**
Aanstaand

**Bloeddruk**
Verhoogd

**Fysieke werkbalans**
Kan gesonder

Advies

Draagkracht **Licht uit balans**

Wat je aan kunt

Uit je antwoorden blijkt dat je klachten hebt die te maken kunnen hebben met een verminderde balans tussen wat je kunt en wat je moet doen in je dagelijks leven. Als je voor een langere tijd veel verplichtingen, andere mensen en afspraken hebt, kan dat veel spanning (stress) geven. Als je niet laat horen van een verhoogde vitaliteit, kan je hier overspannen van raken. Als je overspannen bent, haal je last van spanning geklachten en functioneer je minder goed.

Jouw situatie

Veel last van stress

Kan ouder

Klachten die te maken kunnen hebben met een verminderde vitaliteit

Kan ouder

Stress (overig)

Kan ouder

Tips & tricks

Stress verminderen

Vitaliteit verbeteren

Nag een tip over dit onderwerp

Interventies

Draagkracht **Licht uit balans**

**NiceDay: Support wanneer het ertoe doet**
Internet
★★★★☆  Gratis

**Huisarts - Psychisch welzijn**
Professionele begeleiding - Persoonlijk contact
★★★★☆  Gratis

**Zelfhulp module Stressreductie**
Internet - Zelfstandig
★★★★☆  Gratis

**Cholesterol**
Ongezond



De resultaten voor BSOB



Wie nam er deel?



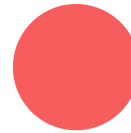
- 49% HBO/WO/Postdoctoraal
- 47% MBO/HAVO/VWO
- 4% VMBO/MAVO



- 68% vrouw
- 32% man



- Gemiddelde leeftijd 44 jaar
 - 18-30 jaar 8%
 - 30-40 jaar 34%
 - 40-50 jaar 28%
 - 50+ 30%



- 28% heeft op één of meerdere onderdelen een hoog risico profiel en een doorverwijzing gekregen naar een Medisch specialist



- 68% heeft op drie of meer onderdelen een verhoogd risicoprofiel



- 4% heeft op twee of minder onderdelen een oranje profiel

- 84 uitnodigingen
- 61 deelnames
- 58 deelnemers met persoonlijk rapport (op moment van rapportage)

Analyses BSOB

Impact op verzuim

Factoren

Stijging van verzuim door

- | | |
|----------------------------|------|
| • Stress | 1.7% |
| • Verminderd vitaliteit | 1.6% |
| • Verhoogd risico op angst | 1.4% |
| • KANS | 0.6% |

Uitgangspunt is
een verzuim-
percentage van
6.9%

Impact op productiviteitsverlies

Factoren

- | | |
|-----------------------------------|------|
| • Verminderde vitaliteit | 2.1% |
| • Stress | 1.7% |
| • (sterk)Verhoogd risico op angst | 1% |
| • Verminderd werkvermogen | 0.8% |

Aandacht voor de werkgever

- Vitaliteit
 - 47% oranje/rode profielen (benchmark 38%)
 - Impact op productiviteit en verzuim
 - Kenmerk Vitaliteit: veel energie en (geestelijke) veerkracht
- (Werk)stress
 - 40% oranje/rode profielen (41% benchmark)
 - Mogelijke stressoren
 - Benutten van ontwikkelingsmogelijkheden: 40% (benchmark 43%)
 - Stress thuis: 38% (benchmark 32%)
 - Agressiviteit op de werkvloer: 11% (benchmark 20%)
- Angstklachten
 - 23% oranje/rode profielen (benchmark 20%)
 - 4% hiervan scoort een rood profiel

Aandacht voor de medewerker en wat gaat er goed

Aandacht voor de medewerker

- Roken
 - 20% oranje/rode profielen
 - 14% benchmark
- Alcohol
 - 14% oranje/rode profielen
 - 14% benchmark
- Voeding
 - 98% oranje/rode profielen
 - 98% benchmark

Goed bezig

- Sociale steun collega's
- Afwisseling
- Zelfstandigheid

Aan de slag

Wat geven de deelnemers aan

Bewegen

- Meer bewegen inbouwen in mijn dagelijkse activiteiten 26%
- Zelfstandig sporten ongeacht tijd en plaats 25%

Voeding

- Met professionele begeleiding 32%

Werkstress

- Met professionele begeleiding 51%

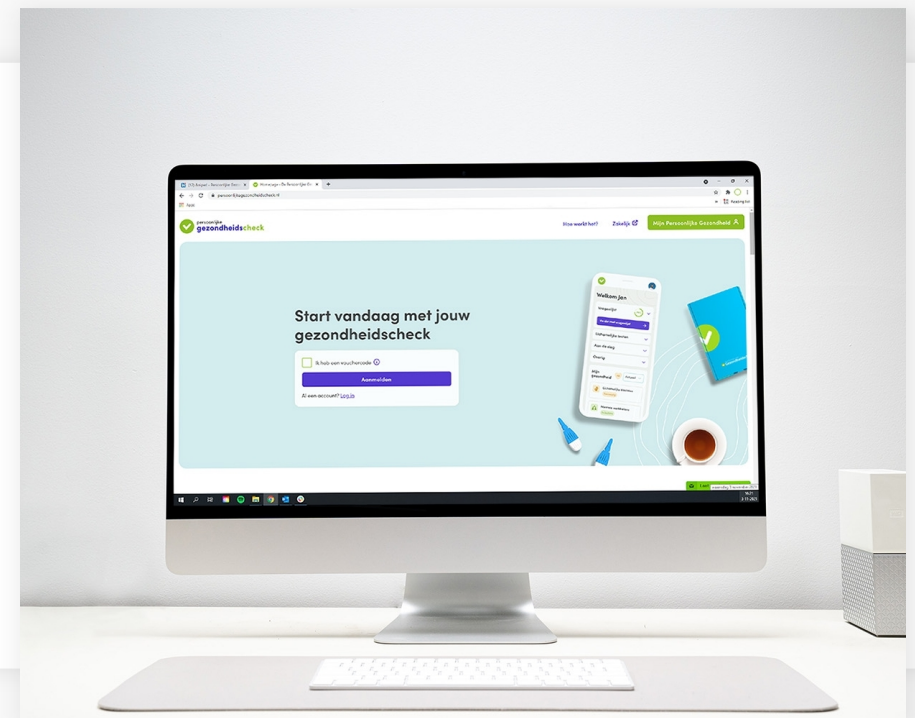
Stress

- Met professionele begeleiding 17%





En nu...



Tips & oplossingen

Quick Wins

Wat kan je als leidinggevende doen om de Gezondheid van je eigen medewerkers te bevorderen?

Quick Wins

- Ga het gesprek aan
 - Gezondheid als gespreksonderwerp
 - Social talk
 - Wat kan jij als leidinggevende
- Nudging
 - Trap stimuleren ipv lift
 - Gezonde voeding aanbieden
- Bewegen tijdens werktijd
 - Tijdens meetings sta-moment inbouwen
 - Overleggen wandelend
- Hermeten
 - Continue bewustwording van eigen gezondheid

Tips & oplossingen

Lange(re) termijn

Wat kan Belastingsamenwerking Oost-Brabant doen om de Gezondheid van de medewerkers te bevorderen?

Lange(re) termijn

- Waar kun je aan denken?
 - Plan van aanpak
 - Ontwikkelen / aanpassen visie
 - KPI's en speerpunten
 - Gezondheidsbeleid
 - Providerboog
 - Inzet interventies
 - Check op: Waar heeft de medewerker behoefte aan en op welke wijze
 - Afweging: Wat is de impact op verzuim en productiviteit bij de inzet interventie