



ORGANISATIE VOOR VITALITEIT, ACTIVERING EN LOOPBAAN

Week van de Werkstress 2020 - maandag 16 t/m vrijdag 20 november

Blijf in balans!

Van **16 tot en met 20 november 2020** organiseert OVAL de zevende Week van de Werkstress. Doel is om werkenden en werkgevers bewust te maken van hun eigen verantwoordelijkheid en de mogelijkheden om een gebalanceerd leven te leiden waarin werkstress niet tegen, maar juist voor hen gaat werken. Ook in deze onzekere tijden. Het centrale thema is daarom dit jaar: **Blijf in balans!**

Samenwerking ligt aan de basis van het succes van de Week van de Werkstress. De Week van de Werkstress heeft een hoge vlucht genomen doordat niet alleen het ministerie van SZW, maar ook werkgevers- en werknemersorganisaties, branche- en beroepsverenigingen en vele honderden individuele bedrijven activiteiten organiseerden, de week ondersteunden en hun schouders er onder zetten. OVAL heeft vanaf 2018 de organisatie overgenomen van het ministerie van SZW en zet die traditie van samenwerken graag voort. Daarom zoekt OVAL naar partners om de handen ineen te slaan. Dit kan verschillende vormen hebben. Bijvoorbeeld als sponsor, maar ook met middelen en tijd. In dit document vindt u ons campagneplan en de mogelijkheden om mee te doen en u als partner aan de Week van de Werkstress 2020 te verbinden.

Campagneboodschap

Weleens op een wiebelige ladder gestaan? Dan kun je wel wat houvast gebruiken. Het zijn bijzondere tijden. De werkloosheid stijgt. De onzekerheid neemt toe. De grens tussen werk en privé is nog nooit zo vaag geweest. Meer dan een miljoen mensen loopt jaarlijks het risico op een burn-out. Je staat plotseling niet meer zo stevig op je ladder. Hoe ga jij hiermee om? Levert het je stress op of houd je juist energie over? Alles draait om balans. Tussen werk en privé, uit- en aanstaan, energiegevers en energievreters. Heb jij grip op de situatie? Of is het de hoogste tijd voor een harde reset om opnieuw de balans te kunnen vinden? In deze editie van de Week van de Werkstress krijg je tools die je helpen de balans te vinden en te behouden. En hoe je anderen daarbij kunt helpen. Zo sta je stevig, wat er ook komen gaat. Doe mee en sluit je aan bij de Week van de Werkstress van 16 t/m 20 november 2020!

Boodschap verspreiden | De boodschap verspreidt zich tijdens de Week van de Werkstress als een olievlek door Nederland. Een week waarin bedrijven activiteiten organiseren, de pers vol staat met cijfers, feiten en persoonlijke verhalen over werkstress en balans, en via de dagelijkse nieuwsflits, LinkedIn en Twitter vele praktische tips voor werkgevers worden verspreid.

Zet in op goed werkgeverschap | Het wordt voor werkgevers steeds belangrijker om een goede werkgever te zijn, iemand die investeert in de balans van de medewerkers. Bijvoorbeeld door te zorgen voor voldoende ontwikkelingskansen en goede faciliteiten op de werkplek maar ook thuis.

Week van de werkstress: Blijf in balans!

De Week van de Werkstress is een jaarlijkse traditie voor bedrijven en journalisten; het staat bij hen in de agenda. Bedrijven en organisaties melden zich als deelnemer, organiseren activiteiten en ontvangen tips en tricks om te delen in hun eigen organisaties. Journalisten verwachten feiten, cijfers en persoonlijke verhalen. Die verhalen, tips, tricks, cijfers en content brengen we naar buiten tijdens de week. Volop haakjes om in de eigen organisatie, voor klanten en anderen activiteiten te organiseren. Zo ontstaat er een week vol activiteiten, digitaal en fysiek. Het totale programma vullen we graag samen met de verschillende partners verder in.

Vijf thema's

De balans werd en is bij veel werkenden en werkgevers ruw verstoord door de coronacrisis. Hoe houd je het vol? Heb ik nog wel werk de komende tijd? Hoe blijf ik beter in balans bij verandering? Hoe zorg je dat je medewerkers niet kopje onder gaan door overbelasting in het werk of privé? Dit jaar werken we met vijf sub-thema's die als een rode draad door de week lopen.

Focus | Daar sta je dan, onderaan de ladder. Je kijkt omhoog. De ladder lijkt eindeloos. Waarom zou je gaan klimmen en waar moet je beginnen? Misschien voel jij je ook zo. Of misschien voelen je medewerkers zich zo. Je moet weer opnieuw beginnen. Opnieuw betekenis en richting zoeken. En werken is sinds de coronacrisis niet meer hetzelfde. Hoe krijg je jezelf in beweging? Hoe zorg je er voor dat je niet snel afgeleid wordt? Probeer jezelf te herpakken, focus op de zaken die je verder helpen en breng in kaart wat meer of juist minder aandacht vereist. Met de juiste focus zorg je dat je jouw doelen kunt bereiken, op een efficiënte manier. Zorg dat je de visie niet uit het oog verliest, stel de juiste prioriteiten en zorg dat deze voor iedereen duidelijk zijn.



Samenwerking | Een ladder beklimmen is geen eenpersoonsklus. Dat kan zelfs levensgevaarlijk zijn. Veiligheid staat voorop. Vraag dus om hulp. We hebben elkaar nodig. Dat heeft 2020 ons wel geleerd. Het ik-gevoel lijkt misschien bevrijdend, maar zodra het tegenzit kan de druk op je schouders te veel worden. Deel de verantwoordelijkheid en laat je helpen. Ga voor het wij-gevoel en zorg dat iedereen betrokken blijft. Zoek actief de verbinding op, ook op afstand. Dan ervaar je pas hoe leuk het is. Zorg dat er voldoende ondersteuning is en aandacht voor elkaar. Maak slim gebruik van de juiste tools en mensen om je heen. Praat opnieuw met je balans-buddy over werkdruk en werkplezier. Want samen werken is veel leuker.



Ontwikkeling | Wat motiveert jou nu echt om stappen te zetten? Doelen zijn handig en mensen kunnen je motiveren, maar waar krijg jij of waar krijgen jouw medewerkers energie van? Zet alles op een rij en krijg meer controle over je energie. Zo vind je de juiste drive om te blijven klimmen, en nieuwe uitdagingen aan te gaan. Buiten je comfortzone stappen voelt vaak spannend, maar denk eens aan het gevoel wanneer dit lukt. Blijf je dromen volgen. Ook al sta je bovenaan de ladder, the sky is the limit. Alles is mogelijk. Blijf werken aan je bevoegdheid en ontwikkel de vaardigheden om met stress om te gaan. Blijf kijken naar de toekomst en zoek uit wat nodig is om daar te komen.



Grip | Je hebt niet alles in de hand. Dat wordt ons deze tijd wel duidelijk. Hoe krijg je weer grip op de zaak? Hoe neem je de controle weer in eigen handen? We geven je er handige tools en tips voor. Focus vooral op zaken waar je wél controle over hebt. Verkrijg inzicht in processen en jouw eigen rol daarin. Bewaar het overzicht en zorg dat je realistisch blijft. Dat geeft rust. Zorg dat je weet wat er speelt in de markt en ook in je team. Daarmee houd je grip op de zaak.



Creativiteit | Door de coronacrisis moeten veel bedrijven en werkenden extra creatief zijn. Wat heb jij geleerd van deze onzekere periode? Welke lessen neem je mee voor de toekomst? Met de juiste creativiteit en innovativiteit kun je veranderingen en tegenslagen aan. Hoe kun je die creativiteit behouden en bij anderen stimuleren? Hoe kunnen we elkaar inspireren? Juist wanneer we het even niet zien zitten? Je krijgt tools om je aanpassingsvermogen te trainen en creatief te denken. Werk niet harder, werk slimmer!



Feiten en cijfers over de Week van de Werkstress 2019

Om een idee te geven van de activiteiten, omvang en impact van de Week van de Werkstress, geven we u een overzicht van de belangrijkste wapenfeiten van de vorige editie. In 2019 stond de Week van de Werkstress in het teken van een Week vol Werkplezier met iedere dag een ander thema.

- ✓ Honderden bedrijven in het hele land hebben deelgenomen aan de Week vol Werkplezier en activiteiten georganiseerd voor hun eigen medewerkers.
- ✓ 35 organisaties hebben zich als partner aan de Week van de Werkstress verbonden. Zij leverden inhoudelijke input en een financiële bijdrage voor de invulling van de campagne.
- ✓ Gedurende de hele week was een camerateam op pad die het thema van de dag in beeld brachten met dagelijks meerdere filmpjes van activiteiten bij bedrijven.
- ✓ Er is een nieuwe huisstijl en een aparte campagnewebsite ontwikkeld waarop de Week vol Werkplezier is uitgewerkt, waar initiatieven werden gemeld en nieuws en tools waren terug te vinden. De website is 27.000 keer bezocht tijdens de campagneperiode.
- ✓ Op 16 oktober 2019 vond een inspirerende campagnebijeenkomst plaats
- ✓ Op 13 november 2019 werd het OVAL-event 'Kom in beweging!' gehouden met een opening door Staatssecretaris Van Ark, een mooie line-up van sprekers en prikkelende breakoutsessies.
- ✓ Tweewekelijks is een Nieuwsflits (totaal 8 edities aan 1382 personen) verspreid met updates
- ✓ In samenspraak met TNO is een speciale factsheet naar buiten gebracht.
- ✓ Persbericht 'Plezier als remedie tegen werkstress'.
- ✓ Tientallen uitingen in de media zoals een interview bij Editie NL, bijdragen in Trouw, Volkskrant, Metro, Reformatorisch Dagblad, RTV Noord, BNR en vele andere artikelen in dagbladen, vakbladen, items op de radio en online.
- ✓ Tijdens de campagneperiode meer dan 100.000 views op Twitter en 111.000 views op LinkedIn posts gerelateerd aan de Week van de Werkstress.



Partnerpakketten Week van de Werkstress 2020

Tijdens de Week van de Werkstress willen we zoveel mogelijk werkende Nederlanders bereiken. Daarbij richten we ons vooral op werkgevers. Via hen bereiken we een grote groep werknemers en daarnaast organiseren we een brede publiekscampagne. Het gaat erom dat we samen een beweging weten te realiseren waarbij we zoveel mogelijk mensen bewust maken van het belang om in balans te blijven.

U kunt zich als partner verbinden aan dit maatschappelijke initiatief. Dat kan op verschillende manieren; deze zijn hieronder uitgewerkt in een aantal partnerpakketten. In alle gevallen levert het u mooie exposure op.

Maatwerkafspraken zijn in overleg altijd mogelijk. Vragen? Mail of bel ons dan gerust. We bespreken graag de mogelijkheden met u.

→ Word sponsor!

Hoofdsponsor

De hoofdsponsors zijn de meest zichtbare partners van de Week van de Werkstress.

Let op: het aantal beschikbare pakketten voor hoofdsponsors is beperkt!

Hoofdsponsors worden beloond met:

- ✓ **Adopteer een thema!** We organiseren 16 tot en met 20 november de Week van de Werkstress rond het thema Blijf in balans!. De week is ingericht rond de thema's Focus, Samenwerking, Ontwikkeling, Grip en Creativiteit. De thema's lopen door de hele week heen. Ieder thema kan geadopteerd worden door een hoofdsponsor die zich wil profileren met een bepaald thema.
- ✓ U bent de 'motor van het thema'. Dat betekent dat we u uitdagen om in de week activiteiten rond het thema te organiseren. Denk aan tools, webinars, vlogs, digitale en fysieke events en challenges. Dat kan digitaal en fysiek zijn en zich richten op uw eigen netwerk (van klanten), maar bij voorkeur is een deel van de activiteiten ook breed, publiek toegankelijk.
- ✓ De activiteiten worden uitgelicht in woord en beeld via de kanalen van de campagne; i.c. via de website, Nieuwsflits en in vlogs.
- ✓ Minimaal vijf maal naamsvermelding in de social mediacampagne via LinkedIn en Twitter.
- ✓ Informatie en tools die u kunt gebruiken voor het informeren van uw netwerk.
- ✓ Vermelding van uw logo op de homepage van de website van de Week van de Werkstress.
- ✓ Vermelding van uw logo op de poster die via de toolkit aan alle honderden deelnemende organisaties wordt verspreid.
- ✓ Een digitale banner met 'hoofdsponsor Week van de Werkstress' om via uw eigen kanalen te verspreiden. Op de banner zet u een link naar de speciale Week van de Werkstress website.
- ✓ Ruimte voor afspraken op maat.

Kosten: vanaf € 10.000



Sponsor

Als sponsor steunt u zichtbaar de Week van de Werkstress. U verbindt zich aan dit mooie initiatief en steunt de uitvoering van de verschillende activiteiten online en live. In overleg is het mogelijk om een activiteit te adopteren. Denk aan een interview met een expert, een online sessie, webinar of productie van een factsheet.

Sponsoren worden beloond met:

- ✓ Mogelijkheid tot hosten van een activiteit bij uw organisatie.
- ✓ De activiteit wordt uitgelicht in woord en beeld via de kanalen van de campagne; i.c. via de website, Nieuwsflits en in een vlog.
- ✓ Minimaal twee maal naamsvermelding in de social mediacampagne via LinkedIn en Twitter.
- ✓ Informatie en tools die u kunt gebruiken voor het informeren van uw netwerk.
- ✓ Vermelding van uw logo als sponsor op de website van de Week van de Werkstress.
- ✓ Een digitale banner met 'sponsor Week van de Werkstress' om via uw eigen kanalen te verspreiden. Op de banner zet u een link naar de speciale Week van de Werkstress website.
- ✓ Ruimte voor afspraken op maat.

Kosten: vanaf € 3.750

Word supporter!

Netwerk-supporter: Stel uw netwerk open

Voor een beweging als deze is het belangrijk dat de boodschap op zoveel mogelijk plaatsen wordt verspreid. Als netwerk-supporter laat u aan uw netwerk van leden en klanten zien dat u verbonden bent aan de Week van de Werkstress.

Netwerk-supporters worden beloond met:

- ✓ Informatie en tools die u kunt gebruiken voor het informeren van uw netwerk.
- ✓ Vermelding van uw logo als supporter op de website van de Week van de Werkstress
- ✓ Een digitale banner met 'Supporter Week van de Werkstress' om via uw eigen kanalen te verspreiden. Op de banner zet u een link naar de speciale Week van de Werkstress website.

Kosten: € 1.000,-.

Kennis-supporter: Stel uw expertise beschikbaar

Feitelijke onderbouwing is van groot belang om de business case rond werkplezier te onderbouwen. Heeft u veel kennis van een bepaald onderwerp? Bent u wetenschapper? Een onderzoeksbureau dat zich aan de Week van de Werkstress wil verbinden? Dan komen we graag met u in contact. In overleg bespreken we de mogelijkheden voor een onderzoek, publicatie, presentatie of een andere bijdrage.

Kennis-supporters worden beloond met:

- ✓ Informatie en tools die u kunt gebruiken voor het informeren van uw netwerk.
- ✓ Vermelding van uw logo op de website van de Week van de Werkstress
- ✓ Een digitale banner met 'Supporter Week van de Werkstress' om via uw eigen kanalen te verspreiden. Op de banner zet u een link naar de speciale Week van de Werkstress website.

Kosten: € 1.000,-.



Media-supporter: Bied ruimte op uw kanalen

Een grote campagne kan niet zonder media-aandacht. Het onderwerp werkstress en werkplezier kan op veel belangstelling rekenen van een brede doelgroep. We vragen partners om hun platform open te stellen en (advertentie)ruimte te bieden op (social) mediakanalen.

Media-supporters worden beloond met:

- ✓ Informatie en tools die u kunt gebruiken voor het informeren van uw netwerk.
- ✓ Vermelding van uw logo op de website van de Week van de Werkstress
- ✓ Een digitale banner met 'Supporter Week van de Werkstress' om via uw eigen kanalen te verspreiden. Op de banner zet u een link naar de speciale Week van de Werkstress website.

Kosten: in overleg

Interviews en items op radio en tv, artikelen in kranten en tijdschriften of via digitale kanalen; ze zijn van harte welkom. Vanuit de organisatie van de Week van de Werkstress zijn cijfers, tips en tricks en mooie praktijkverhalen beschikbaar.