

# Vital@Work



Coördinatie



Sponsor



# VITAL@WORK

Een systeemaanpak voor mentale gezondheid van werknemers door:



Met als resultaat een betere mentale gezondheid door:

- ✓ Minder psychosociale arbeidsbelasting, en
- ✓ Tijdige herkenning van klachten/risico factoren waardoor verzuim kan worden voorkomen

Met als resultaat:

- ✓ Eerdere start- en eerdere volledige werkhervatting
- ✓ Werknemer ervaart toegenomen kwaliteit van leven
- ✓ Werkgever bespaart tussen €3000-6000 per medewerker/jaar

# WERKPAKKET 1: PREVENTIE

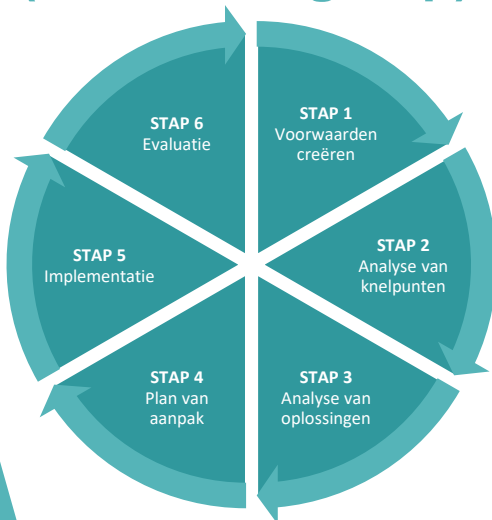
## DOEL

Ontwikkelen en evalueren van een aanpak gericht op preventie van werkstress, psychosociale arbeidsbelasting, burn-out en psychische klachten.

## AANPAK

We gaan aan de slag om een combinatie van effectieve interventies in te zetten, zodanig dat jullie als organisatie dit na het project ook zelf kunnen. Dit doen we aan de hand van de Participatieve Aanpak (PA) op afdeling- of teamniveau.

## PARTICIPATIEVE AANPAK (interventiegroep)



Totale doorlooptijd ongeveer 1 jaar:

- Stap 1: Inventarisatie wat gebeurt er nu op het gebied van een mentale gezonde werkvloer en waar zitten risico's, wat zijn belangrijke voorwaarden?
- Stap 2: Analyse van en tot consensus komen over belangrijkste knelpunten die allereerst moeten worden aangepakt
- Stap 3: Haalbare oplossingen bedenken
- Stap 4: Plan van aanpak opstellen
- Stap 5: Implementatie
- Stap 6: Evaluatie

## EFFECTMETING

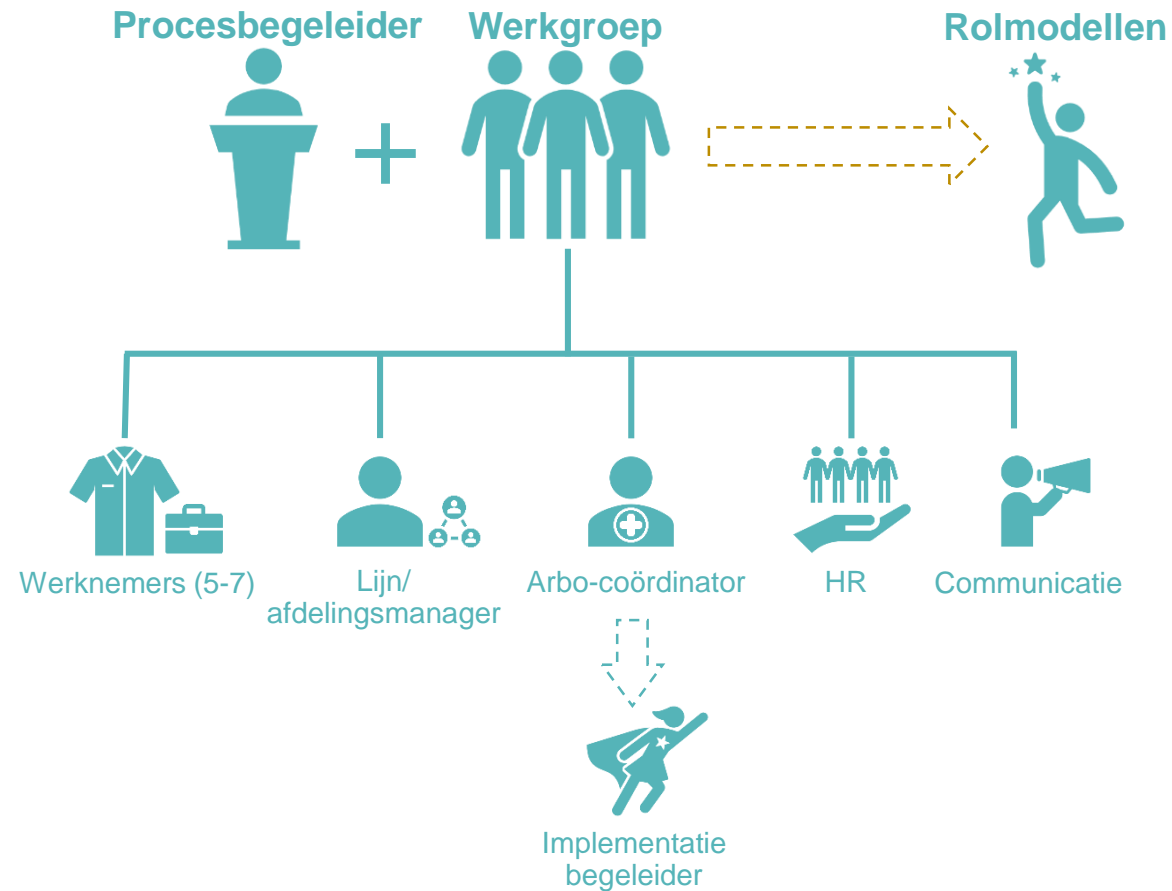


- 1 Bij aanvang
- 2 Na 6 maanden
- 3 Na 12 maanden

Invullen: interventie- en controle groep

Projectgroep deelnemende afdeling (interventiegroep) bestaat uit:

## PARTICIPATIEVE AANPAK



# Tijdsbesteding betrokkenen

Stap PA	Tijdsbesteding in uren	Functie	Betrokkenen	Taken
Stap 1-6	Circa 1,5 uur per bijeenkomst	Projectgroep	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Manager departement</li> <li>▪ Arbo-coördinator / ...?</li> <li>▪ HR business partner</li> <li>▪ Onderzoeker VU</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Coördineren van PA</li> <li>▪ Communicatie tussen topmanagement, procesbegeleider/ Arbo-coördinator en werkgroep</li> </ul>
Stap 1-4	8 uur + 2 uur voorbereiding	Procesbegeleider	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Bij voorkeur iemand met expertise op het gebied van mentale gezondheid en werk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Werkplekinventarisatie</li> <li>▪ Voorbereiden en inhoudelijk leiden van het de PA</li> </ul>
Stap 1-4	8 uur	Werkgroep	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 5- max.7 werknemers</li> <li>▪ Lijn/afdelingsmanager</li> <li>▪ Arbo-coördinator / HR business partner / ..?</li> <li>▪ 1-2 medewerker(s) ondersteunende diensten (HR, financiën, facilitair, ICT)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Informeren van ervaren knelpunten collegae</li> <li>▪ Identificeren knelpunten</li> <li>▪ Bedenken, beoordelen en kiezen van oplossingen</li> <li>▪ Opstellen implementatie plan</li> </ul>
Stap 5-6	8 uur	Implementatie begeleider	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Arbo-coördinator / HR business partner / ...?</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Coördineren en faciliteren van implementatie proces</li> </ul>
Stap 5-6	8 uur	Rolmodellen	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Deelnemers werkgroep getraind tot rolmodel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Invoeren van implementaties</li> <li>▪ Motiveren en begeleiden t.a.v. gebruik innovaties</li> <li>▪ Bestendigen van gezond gedrag op afdeling</li> </ul>

# WERKPAKKET 2: RE-INTEGRATIE

## Doel

Ontwikkelen en evalueren van een aanpak gericht op het bevorderen van de re-integratie van werkenden die uitgevallen zijn door burn-out en stress-gerelateerde klachten.

## Aanpak

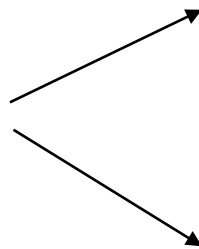
Op basis van triage worden op maat e-health modules aangeboden gericht op psycho-educatie, 'helpende en niet helpende gedachten' en/of 'problemen aanpakken', indien nodig in combinatie met individuele werkaanpassingen of job coaching naast de standaard arbozorg.



Triage – e-health  
interventie op maat  
(doorlooptijd ongeveer  
6 weken)



Na 10 weken nog  
steeds ziek  
gemeld?



Individuele  
werkaanpassing

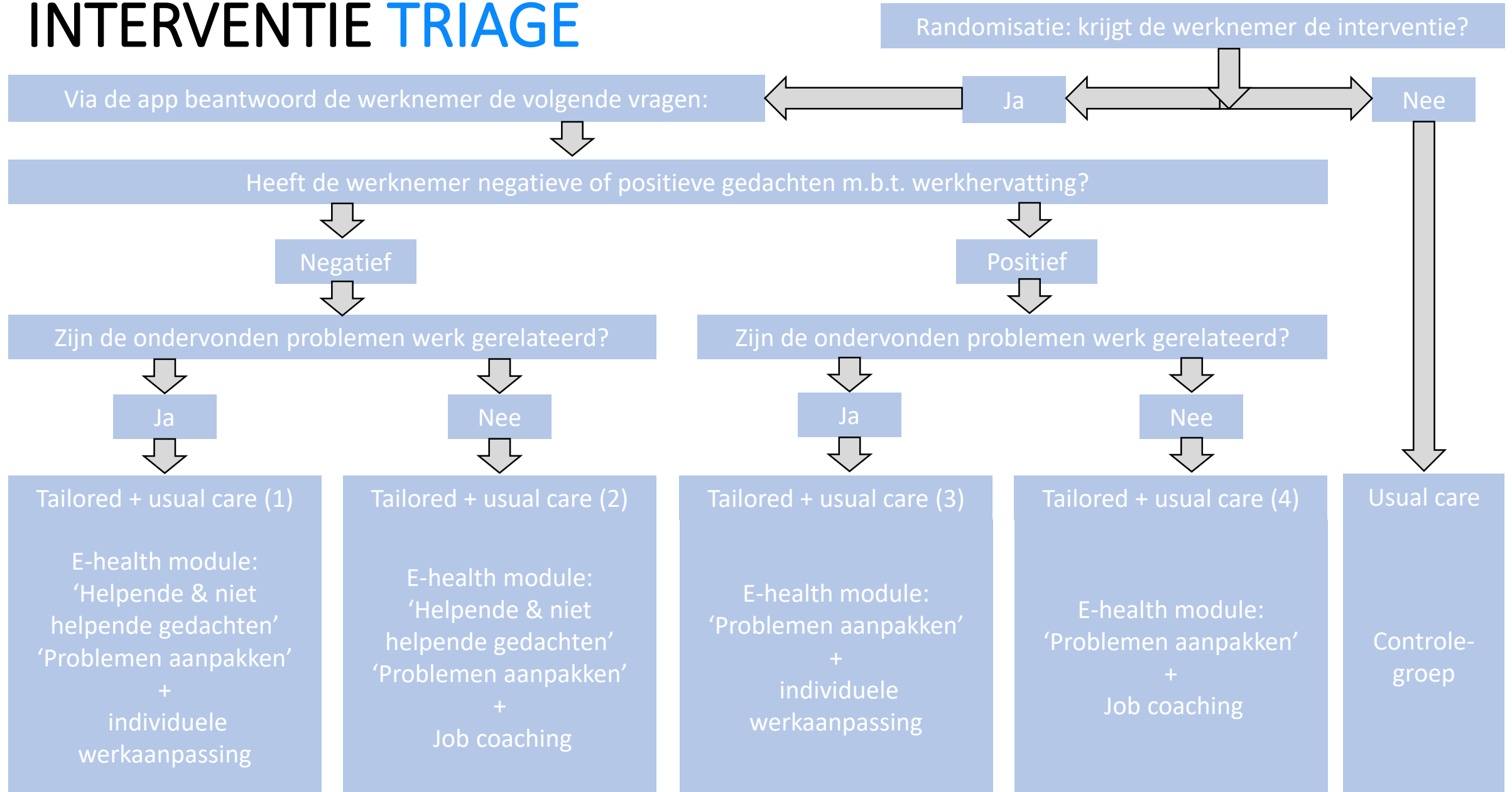


Job coaching

**Van eerste afspraak  
t/m evaluatie = de  
doorlooptijd  
ongeveer 3  
maanden**

**Werknemers  
worden gedurende  
een jaar gevolgd**

# INTERVENTIE TRIAGE



# WERKPAKKET 2: RE-INTEGRATIE

## MEETMOMENTEN

### Wanneer?

Aanvang

Na 3 maanden

Na 6 maanden

Na 12 maanden



### Vragenlijsten

Fysieke en mentale  
gezondheid

Terugkeer naar werk &  
attitude over werkhervatting

Inhoud van het werk



# TIJDSINVESTERING **BETROKKENEN**

Onderdeel	Taken	Betrokkenen + ureninschatting
Algemene informatie interventie	Informatiesessie over de interventie bijwonen	Potentiele procesbegeleiders en bedrijfsartsen: 1x dag(deel)
Interventie how-to	'App training' volgen	Procesbegeleiders: 1 x dagdeel (max. 4 uur)
Interventie monitoren	Voortgang monitoren en evalueren met werknemer	Procesbegeleiders: 2 x 0.5 uur <b>per werknemer</b>
Individuele werkaanpassing / job coaching	'Procesbegeleider training' volgen	Procesbegeleider: 2 x dagdeel (max. 6 uur in totaal)
Individuele werkaanpassing	7-stappenplan doorlopen	Procesbegeleider: 10 uur <b>per werknemer</b> Leidinggevende: 3-4 uur <b>per werknemer</b> Werknemer: 3-4 uur Bedrijfsarts: nihil (alleen tijdens spreekuur vragen aan werknemer hoe de interventie gaat)
Job coaching	7-stappenplan doorlopen	Procesbegeleider: 8-10 uur <b>per werknemer</b> Leidinggevende: 3-4 uur <b>per werknemer</b> Werknemer: 3-4 uur Bedrijfsarts: nihil (zelfde reden als hierboven)

\*De uren die voor de leidinggevende staan opgetekend zijn de uren die normaal gesproken ook aan de re-integratie kwijt zou zijn.



# Welke (financiële) bijdrage verwachten we van deelnemers?

- **Non profit organisatie of MKB: 100% in kind\*** (= kapitalisatie uren deelname personeel, uren arbodienst)
- **Groot bedrijf (> 250 werknemers) met winstoogmerk: 2/3 in cash & 1/3 in kind\***
- Momenteel nemen 4 organisaties deel aan het onderzoek/project dat nog loopt t/m 2026

Formeel te regelen met iedere deelnemende organisatie: Commitmentverklaring en samenwerkingsovereenkomst

Deelname aantal organisaties	3	4	5
Geschatte bijdrage per organisatie*	€40.000/jr	€30.000/jr	€25.000/jr

# Meer informatie of vragen?

[t.juurlink@amsterdamumc.nl](mailto:t.juurlink@amsterdamumc.nl)