

‘Een gezond lijf in een gezond bedrijf’

Dat werkgevers willen dat hun werknemers gezond zijn en veilig werken, is natuurlijk niet nieuw, maar dat werkgevers daar een actieve rol in kunnen spelen was een eyeopener voor een aantal vertegenwoordigers van de regionale afdelingen en vakgroepen van de VHG.

Op initiatief van de VHG kwamen op dinsdag 7 juli jl. vertegenwoordigers van de regionale afdelingen en vakgroepen van de VHG naar het Landelijk Bureau in Houten voor een demovoortlichtingsbijeenkomst met het thema ‘Een gezond lijf in een gezond bedrijf’, welke werd verzorgd door Stigas in samenwerking met Menzis.

Gezondheidsbeleid

Als een werkgever een actief gezondheidsbeleid voert, gaat op de eerste plaats de kwaliteit van leven van zijn personeel erop vooruit. Daarnaast is het van belang voor de continuïteit van de bedrijfsvoering. Daarom willen steeds meer werkgevers hun werknemers helpen om gezond te blijven.

De voordelen van een actief gezondheids-

beleid zijn onder andere een hogere kwaliteit van leven, prettiger werken, lager verzuim, minder ongevallen en minder gezondheidsschade. Het TOM werkboek waar veel bedrijven mee werken, is een uitstekend boekwerk om gezond en veilig werken binnen onze sector onder de aandacht van werkgevers en werknemers te brengen. Met de campagne ‘Een gezond lijf in een gezond bedrijf’ gaat Stigas nog dieper en breder op de materie in. In samenwerking met Menzis zijn 22 interessante modules ontwikkeld waarover Stigas een prestatie kan geven. De VHG had enkele adviseurs van Stigas uitgenodigd en zo passeerde in een zeer afwisselend programma verschillende van deze modules de revue.

Totaalaanpak

Math Creemers, manager Stigas, startte de bijeenkomst met een korte inleiding over de totaalaanpak van Colland: preventie, verzuimbegeleiding, re-integratie en verzekeren. Met Colland Zorg, de zorgverzekering die speciaal is afgestemd op de agrarische en groene sector, komt het element zorg in de groene keten nog meer tot zijn recht.

Daarna vertelde Sjoek van de Maarl, arbo-adviseur bij Stigas, over de inhoud van de arbocatalogus. De arbocatalogus is een nieuw praktisch hulpmiddel bij het opzetten van een gezonde en veilige bedrijfsvoering. In de arbocatalogus hebben werkgevers- en werknemersorganisaties voor de meest voorkomende knelpunten en aandachtsgebieden in het werk samen oplossingen en aanbevelingen op een rij gezet. Ook ging hij in op de module machineveiligheid en besprak hij veel praktische zaken met de bijbehorende tips.

Gezond bewegen

Marieke van Esveld, adviseur voor Stigas, liet de aanwezigen door middel van een oefening ervaren wat de invloed van de houding is op het langdurig werken met een snoeischaar boven het hoofd. Daarna werd er een leerzame, grappige tekenfilm getoond, welke de aanwezigen bewust maakte van de invloed van hun keuzes ten opzichte van de eigen gezondheid, in je werk en je privéleven. Wat betekent het als je ‘altijd maar doorgaat’? En hoe kan het anders? Hoe kun je in balans blijven? Maar ook trillingen en geluid, het voor werkgevers interessante verzekeringspakket van Sazas, gezond bewegen, stoppen met roken en Periodiek Medisch Onderzoek kwamen aan de orde.

Binnen de groene sector is het ziekteverzuimpercentage redelijk stabiel: 3,6% (in 2008). Om dit zo te houden of liever nog te verlagen, kan een eerste winst geboekt worden door jonge hoveniers goed in het arbeidsproces te begeleiden en te attenderen op bijvoorbeeld tiltechnieken, de juiste werkhouding of langdurig veel belasten. 45% van de verzuimklachten in de sector zijn door spier-/en gewrichtsklachten, aldus Stigas.

Gezondheidscheck

De bedrijfsarts van Stigas, Marilous Chaillet, ging uitvoerig in op de voordelen van een Preventief Medisch Onderzoek (PMO) en de gezondheidscheck.

De gezondheidscheck kunt u zien als een ‘APK voor het lichaam’, waarin zaken als gewicht, bloeddruk en cholesterol aan de orde komen. De gezondheidscheck is gratis voor deelnemers aan Colland Zorg en wordt uitgevoerd door Stigas. Elke deelnemer krijgt direct de uitslag van de metingen van de bedrijfsarts, plus een persoonlijk advies. Dit alles wordt opgenomen in een persoonlijke Gezondheidspas.

Mirjam de Groot, adviseur Stigas, ging in op een aantal life style-aspecten. Menzis heeft een aantal speciale preventieprogramma's ontwikkeld zoals Gezond



VHG directeur Egbert Roozen meet met de Wellpoint zijn gezondheid



De gezonde hapjes vielen in de smaak

afvallen, verstandig eten en meer bewegen (de Afslankacademie), Een rookvrij leven (stoppen met roken), Leren slapen en een programma over de balans tussen werk en privé.

Kosteloos

De voorlichtingsbijeenkomsten worden tot het eind van dit kalenderjaar (2009) kosteloos door Stigas bij de regionale afdelingen, studieclubs of direct bij werkgevers gegeven. Een aantal vertegenwoordigers van de regionale afdelingen zag direct mogelijkheden voor hun afdeling. De regionale afdelingen stellen samen met de VHG uit alle modules zelf een programma samen. De kans is groot dat u binnenkort van de VHG namens uw regionale afdeling een uitnodiging ontvangt om een voorlichtingsbijeenkomst met het thema ‘Een gezond lijf in een gezond bedrijf’ bij te wonen. Na afloop van de demovoortlichtingsbijeenkomst was er een gezonde afsluiting, die zeer in de smaak viel bij de aanwezigen. Ook konden de deelnemers aan de voorlichtingsbijeenkomst met behulp van een zogenaamde Wellpoint hun eigen gezondheid doormeten. Het apparaat berekende het Body Mass Index (BMI), het vetpercentage, de hoogte van de hartslag en de bloeddruk. Met de uitdraai van de gezondheidsresultaten gingen de meesten gelukkig huiswaarts. ■

Voor meer informatie kunt u telefonisch terecht bij Gony van der Vliet, coördinator Regionale Afdelingen van de VHG, via (030) 659 56 61. E-mailen kan ook: g.vander.vliet@vhg.org.

Ter inspiratie

www.gezonderafvallen.nl
www.bewustgezonder.nl
www.afslankacademie.nl
www.eenrookvrijleven.nl
www.wanneerzegjijstop.nl
www.lerenlapen.nl

Deelnemers ervaren de invloed van houding op langdurig boven het hoofd werken

