

ARBO UNIE DEELNEMERS



GEHOOR

22% heeft mild tot ernstig gehoorverlies. De leeftijd 40-49 scoort het slechtst.



WERKVERMOGEN

17% scoort matig tot slecht op werkvermogen en loopt risico om uit te vallen op lange termijn als gevolg van fysieke en/of mentale belasting.

22%



Verhoogd risico hart- en vaatziekten

BMI, buikomvang, bloeddruk en cholesterol is problematisch in alle leeftijdscategorieën.



Psychische belasting versus energiebronnen

Vooraf jonge kantoormedewerkers ervaren hoge werkdruk, emotionele- en mentale belasting op werk enerzijds en lage assertiviteit, zelfvertrouwen en slaapkwaliteit anderzijds.



FYSIEKE KLACHTEN ONDERHOUD



25%

Nek / Schouders

22%

Rugklachten

39%

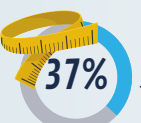
39% van de deelnemers geeft aan dat deze klachten soms, en 31% vaak of altijd door het werk worden veroorzaakt.

48%

Bijna de helft (48%) van de medewerkers vindt het werk soms en bijna een derde vaak of altijd (28%) lichamelijk belastend.

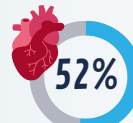
69%

69% heeft overgewicht waarvan 18% obesitas.



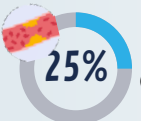
BUIKOMVANG

37% te hoog



BLOEDDRUK

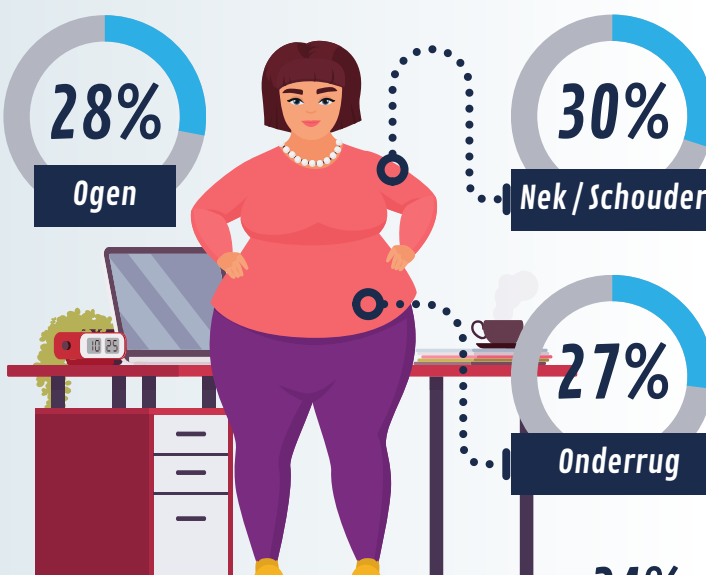
52% (licht) verhoogd



CHOLESTEROL

25% (sterk) verhoogd

FYSIEKE KLACHTEN KANTOOR



28%

Ogen

30%

Nek / Schouders

27%

Onderrug

24%

Ongeveer een kwart (24%) van de deelnemers geeft aan dat deze klachten door het werk worden veroorzaakt.

32%

Een derde van de deelnemers (32%) geeft aan dat de klachten verband hebben met het werk.

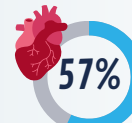
69%

69% heeft overgewicht waarvan 22% obesitas.



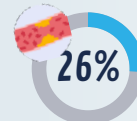
BUIKOMVANG

45% te hoog



BLOEDDRUK

57% (licht) verhoogd



CHOLESTEROL

26% (sterk) verhoogd

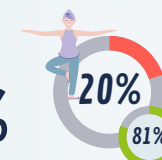
ADAPTICS DEELNEMERS



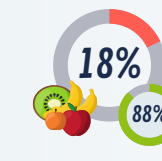
SLAAP

25% van de deelnemers ervaart slapeloosheid met als voornaamste redenen: stress door werk- of privéomstandigheden en lichamelijke klachten.

25%



81% vindt dat hij/zij voldoende beweegt. Maar 20,2% voldoet aan de beweegnorm. *tenminste 5 dagen per week, 30 minuten, matig tot intensief bewegen



88% vindt dat hij/zij gezond eet. Maar 6,1% voldoet aan de groentenorm en maar 17,8% aan de fruitnorm. *1400 gram groenten en 14 stuks fruit per week

*1400 gram groenten en 14 stuks fruit per week



STRESSBRONNEN



13% ervaart hinderlijke stress



8% ervaart hoge mentale belasting



32% ervaart hoge mentale belasting



21% slaapt minder dan 6 uur per nacht



15% ervaart hoge werkdruk



26% ervaart fysieke belasting

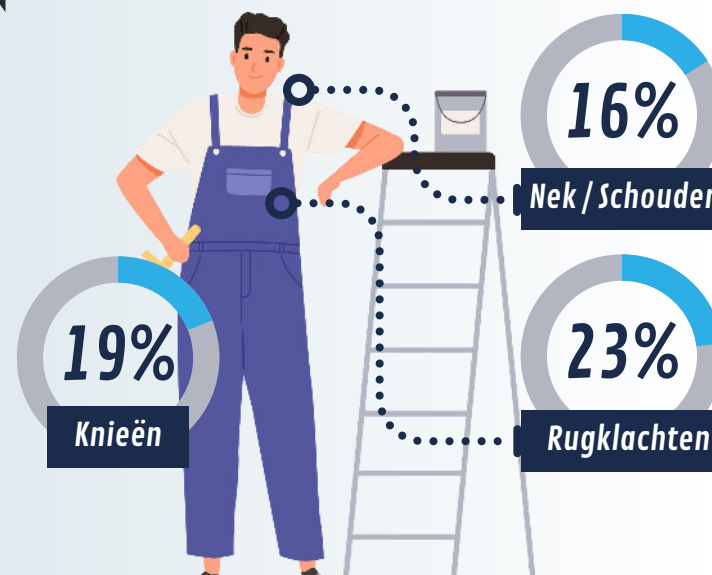


19% ervaart hoge werkdruk



16% ervaart fysieke belasting

FYSIEKE KLACHTEN ONDERHOUD



16%

Nek / Schouders

19%

Knieën

23%

Rugklachten

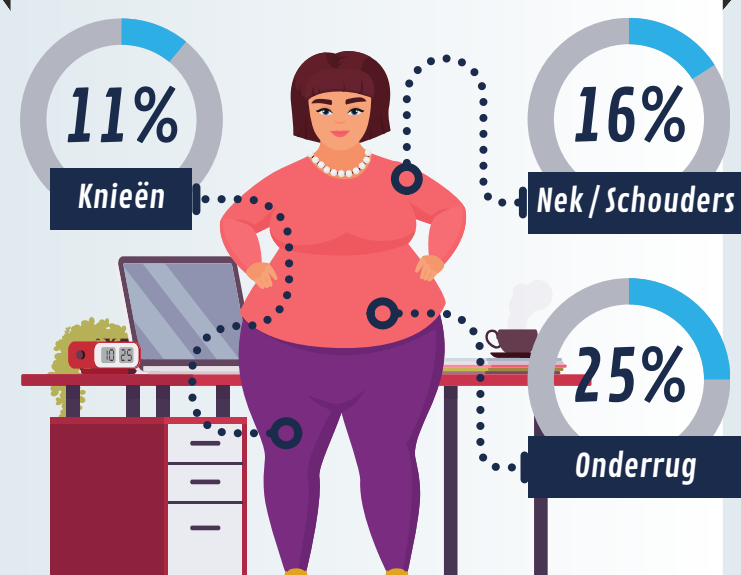
21%

21% heeft huidklachten. Hiervan geeft 49% aan dat dit veroorzaakt wordt en 45% dat dit verergerd wordt door werk.

41%

41% ervaart luchtwegklachten. Hiervan geeft 15% aan dat dit veroorzaakt wordt en 23% dat dit verergerd wordt door werk. 14% van het onderhoudspersoneel heeft een milde tot ernstige afwijkende longcapaciteit.

FYSIEKE KLACHTEN KANTOOR



11%

Knieën

16%

Nek / Schouders

25%

Onderrug

66%

66% van de deelnemers is de afgelopen 3 maanden gehinderd door fysieke klachten.

56%

56% geeft aan dat de klachten veroorzaakt worden door werk.

52%

52% geeft aan dat de klachten verergerd worden door werk.

Heeft u hulp nodig of vragen? Neem voor meer informatie over duurzame inzetbaarheid, de Gezondheids- & Bodycheck, Gezondheidscoaching of MijnVakMijnOntwikkeling contact op met SUSAG via info@susag.nl of 085 210 10 57.

BELANGRIJKSTE ADVIEZEN VOOR U EN UW MEDEWERKERS

Er is werk aan de winkel! Bent u werkgever, leidinggevende of HR-medewerker? Volg onderstaande adviezen om de duurzame inzetbaarheid van uw medewerker(s) te verbeteren!

1. Deel deze infographic met uw medewerkers en inventariseer waar hoge werkdruk, mentale en fysieke belasting ervaren wordt

Ondersteun leidinggevenden bij het voeren van gesprekken over gezonde leefstijl en goede fysieke en mentale gezondheid ten behoeve van duurzame inzetbaarheid. En zorg voor een structurele dialoog hierin. Maak de e-learning 'Jouw medewerkers gezond en fit' op mijnvakmijnontwikkeling.nl om te leren hoe u in gesprek gaat met uw medewerker(s).

2. Stimuleer de Gezondheids- & Bodycheck

Stimuleer uw medewerker(s) persoonlijk, vraag een gratis promotiepakket (bestaande uit posters met uw bedrijfslogo, flyers en whatsappafbeeldingen) op bij SUSAG en behandel de Toolbox GBC. Bij meer dan 15 deelnemers kunt u (tegen betaling) een bedrijfsrapportage opvragen. Geef dit voorafgaand aan het versturen van de uitnodigingen door bij SUSAG.

3. Bied Gezondheidscoaching (Vitaliteitscoaching) aan

Bijvoorbeeld op het gebied van sporten, bewegen, stoppen met roken, slaap/ontspanning, mentale veerkracht, stress- en energiemanagement en fysieke belasting. Gezondheidscoaching is individueel, maar ook in groepstrainingen mogelijk en wordt door SUSAG voor 60% gesubsidieerd (tot maximaal €950).

4. Stimuleer scholing en ontwikkeling

Bijvoorbeeld met de werkgerelateerde e-learnings over 'Fysieke werkbelasting', 'Gezond beeldschermwerken', 'Veilig werken met stoffen', 'Veilig werken op hoogte' en 'Werken met verf'. Bekijk alle leer mogelijkheden op mijnvakmijnontwikkeling.nl en startmijn carrière.nl

5. Ga in gesprek over werk gerelateerde fysieke klachten

Besteed aandacht aan ergonomie op de werkplaats. Stel het belang van de juiste werkhouding regelmatig aan de orde. Afwisseling van werkhouding is van groot belang. Zo ook afwisselen met rek- en strekoefeningen. Bied voldoende hulpmiddelen bij fysiek belastende werkzaamheden. Bied een werkplekonderzoek en/of beeldschermbril aan.

6. Bied gehoorbescherming aan

Bij een dB vanaf 80. Dit is verplicht als werkgever. Informeer werknemers dat gebruik van gehoorbescherming verplicht is bij een dB vanaf 85, maar adviseer om bij alle vormen van lawaai, gehoorbescherming te dragen.

7. Stimuleer gezondere leef- en eetgewoonten, bied gezonde voeding aan op het werk en geef het goede voorbeeld!

Heeft u hulp nodig of vragen? Neem voor meer informatie over duurzame inzetbaarheid, de Gezondheids- & Bodycheck, Gezondheidscoaching of MijnVakMijnOntwikkeling contact op met SUSAG via info@susag.nl of **085 210 10 57**.

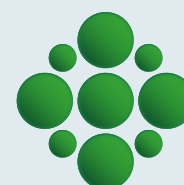
BELANGRIJKSTE RESULTATEN GEZONDHEIDS- & BODYCHECKS

UITGEVOERD IN DE PERIODE OKTOBER 2022 T/M MAART 2023



Wist u dat een langdurig zieke medewerker al snel circa **€400,-** per dag tot **€6800,-** per maand kost?

Neem de vitaliteit van uw medewerker(s) dus serieus en ga aan de slag!



SUSAG

Schilders-, Afwerkings-,
Vastgoedonderhoud- en Glaszetbedrijf

Powered by

