

BELANGRIJKSTE RESULTATEN VAN DE GEZONDHEIDS- & BODYCHECKS

Uitgevoerd in de periode oktober 2024 t/m maart 2025



Wist u dat een langdurig zieke medewerker uw organisatie gemiddeld zo'n **EUR 6.880** per maand kost?

Neem vitaliteit van uw medewerkers serieus! Het levert u én uw medewerkers direct resultaat op.

Meer informatie over de Gezondheids- & Bodycheck is te vinden op www.susag.nl of neem contact op via info@susag.nl of 085-2101057.

BELANGRIJKSTE ADVIEZEN VOOR U EN UW MEDEWERKERS

*Er is werk aan de winkel! Bent u **werkgever, leidinggevende, KAM-medewerker of HR-medewerker**? Volg onderstaande adviezen om de duurzame inzetbaarheid van uw medewerkers te verbeteren.*

1. **Stimuleer de Gezondheids- & Bodycheck.**

Stimuleer uw medewerker(s) persoonlijk om deel te nemen aan het GBC. Vraag een gratis promotiepakket op bij SUSAG en behandel de Toolbox GBC. Bij meer dan 15 deelnemers kunt u (tegen betaling) een bedrijfsrapportage aanvragen. Geef dit voorafgaand aan het versturen van de uitnodigingen door bij SUSAG.

2. **Biedt (met subsidie) Gezondheidscoaching aan.**

Medewerkers hebben aangegeven aan de slag te willen met beweging, ontspanning, slaap, voeding en het verminderen van pijnklachten. Gezondheidscoaching is individueel, maar ook in een groep mogelijk en wordt door SUSAG voor 60% gesubsidieerd (tot maximaal EUR 950,-). Bekijk alle mogelijkheden op: www.susag.nl/werkgevers-gezondheidscoaching/.

3. **Ga in gesprek over werkgerelateerde 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 fysieke belastende werkzaamheden. Bied een werkplekonderzoek en/of beeldschermbril aan.

4. **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.

5. **Stimuleer scholing en ontwikkeling**

Bijvoorbeeld met de werk gerelateerde e-learnings over 'Fysieke werkbelasting', 'Goed beeldschermwerken', 'Veilig werken met stoffen', 'Veilig werken op hoogte' en 'Werken met verf'. Bekijk alle leermogelijkheden op www.mijnvakmijnonwikkeling.nl en www.onderhoudnl.nl/trainingen.

ARBO UNIE I DEELNEMERS

Deelname medisch onderzoek: 989
Deelname vragenlijst onderzoek: 861

Vragenlijstonderzoek kantoor



Lichamelijke klachten 33%
33% heeft last van lichamelijke klachten, maar 30% stelt de werkplek altijd juist in.



Gehoör 35%
35% ervaart gehoorproblemen. 18% heeft mild tot ernstig gehoorverlies. Slechts 30% draagt altijd gehoorbescherming.



Bevoegenheid 26%
26% scoort slecht op bevoegenheid in het werk. Dit is de mate waarin medewerkers met plezier, energie en toewijding hun werk uitvoeren.

Armtrillingen 18%
18% ervaart klachten als pijn, ongemak, tintelingen en verdoofd gevoel in de hand en arm.



Neurologisch 9%
9% ervaart klachten als vergeetachtigheid en niet in slaap vallen. Bij deelnemers met meer dan 1 klacht geeft 34% aan dat de klachten werk gerelateerd zijn.



Hitte/koud belasting 28%
18% ervaart klachten als pijn, ongemak, tintelingen en verdoofd gevoel in de hand en arm.

KLACHTEN KANTOOR I medisch onderzoek

50%
50% van de medewerkers heeft last van lichamelijke klachten. Bij de helft van deze medewerkers is dit werk gerelateerd.



71%
71% van de medewerkers heeft overgewicht, waarvan 26% obesitas.



Rug



Schouders/armen



Benen



Buikomvang te hoog.



Cholesterol ratio verhoogd risico hart- en vaatziekten.



Bloedruk (licht) verhoogd.



Ogen kan een beeldschermbril gebruiken.

KLACHTEN UITVOEREND I medisch onderzoek

41%
41% van de medewerkers heeft last van lichamelijke klachten.



71%
71% van de medewerkers heeft overgewicht, waarvan 21% obesitas.



Rug



schouders/handen/armen



Benen/voeten



Buikomvang te hoog.



Bloedruk (licht) verhoogd.



Cholesterol ratio verhoogd risico hart- en vaatziekten.

ADAPTICS I DEELNEMERS

Deelname medisch onderzoek: 163
Deelname vragenlijst onderzoek: 167

LEEFSTIJL EN BEWEGING



Beweging 24%
24% voldoet aan de beweegrichtlijn.



Voeding 17%
17% voldoet aan de fruitnorm en 7% voldoet aan de groentennorm.



Slaap 26%
26% ervaart slapeloosheid. 20% slaapt minder dan 6 uur per nacht.



Roken 23%
23% rookt dagelijks, dit ligt boven de benchmark van 12%.



Alcohol 21%
21% is een zware drinker
6% is een overmatige drinker.

WERKOMGEVING EN VEILIGHEID



Hinderlijke werkomstandigheden 67%
67% van de deelnemers ervaart hinder op de werkplek.
De grootste oorzaken zijn stof (47%), kou (46%), geluid (32%) en temperatuurswisselingen (29%).

Toch vindt 91% dat er voldoende aandacht is voor het verminderen van hinderlijke werkomstandigheden.



Gevaarlijke stoffen 20%
20% van de deelnemers is in de afgelopen 2 jaar onbeschermd blootgesteld aan gevaarlijke stoffen. Van deze groep had 15% aansluitend gezondheidsklachten, voornamelijk aan de huid en luchtwegen.



PBM's 20%
20% gebruikt niet altijd PBM's tijdens het werken met gevaarlijke stoffen.

PSA



Financiële zorgen 45%
45% ervaart in mindere of meerdere maten financiële zorgen.



Stress 13%
13% ervaart hinderlijke stress, voornamelijk door werkdruk (71%), prestatiedruk (57%) of privéomstandigheden (29%).

FYSIEKE GEZONDHEID I medisch onderzoek



Risico hart- en vaatziekten 30%
30% van de deelnemers valt in het risicoprofiel hart- en vaatziekten.



Fysieke klachten 54%
voornamelijk klachten aan nek, schouders en armen. 54% geeft aan dat de klachten worden veroorzaakt door werk.