

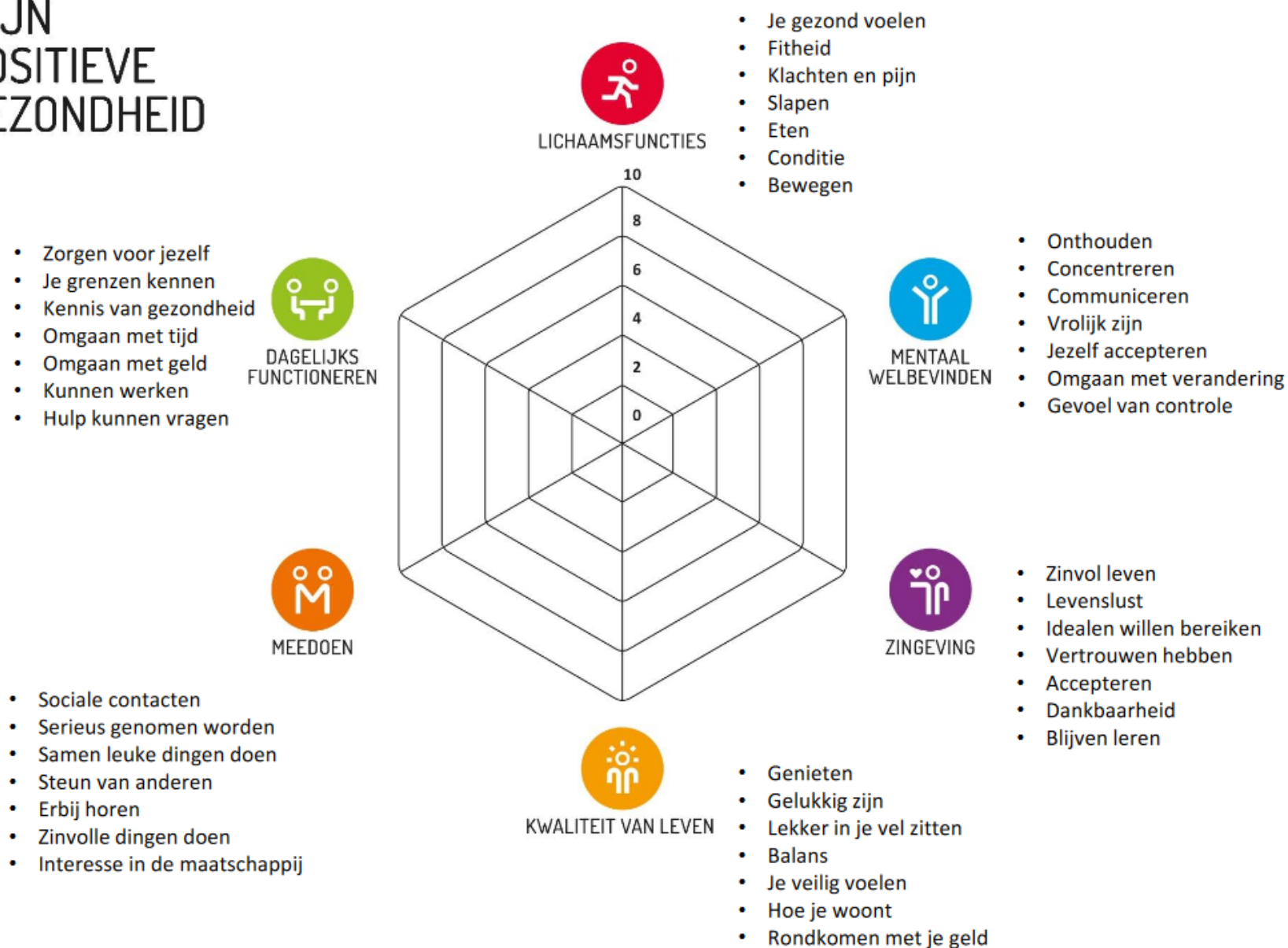
# HOE STAAT HET MET DE GEZONDHEID VAN ONZE MEDEWERKERS?

Marjolein Stoopendaal, Epidemioloog & Onderzoeker Publieke Gezondheid

Eugenie Botden, Adviseur Preventie & Gezondheid

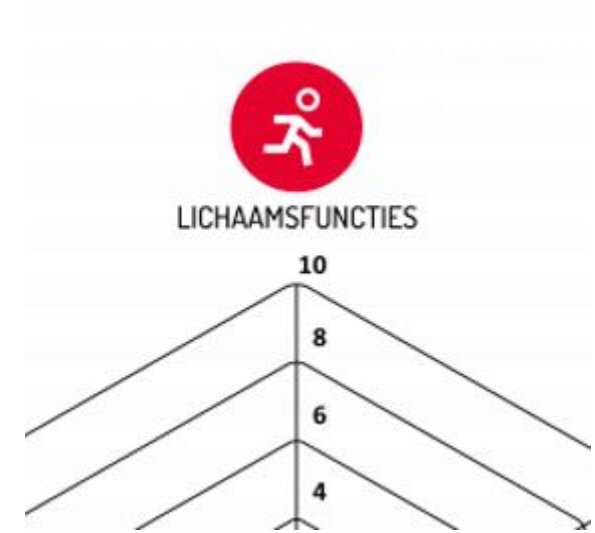


# MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



# Wat is waar?

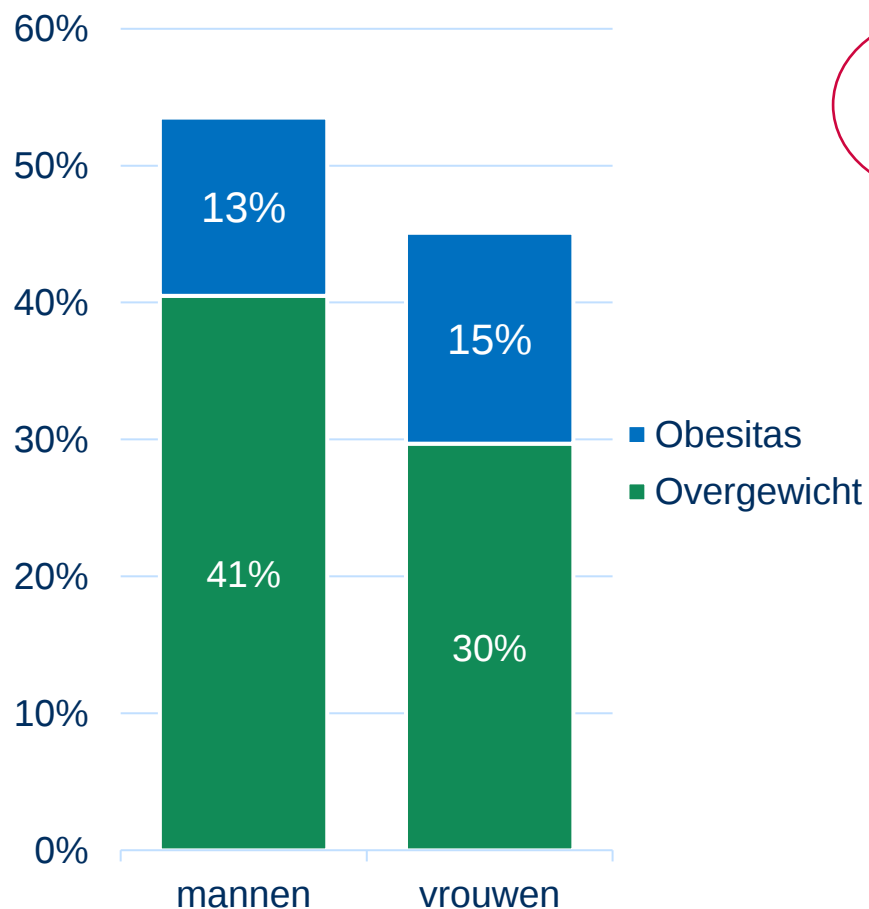
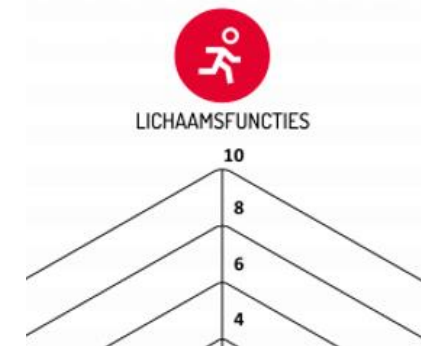
Deze vragen gaan over werkende mensen tussen 18-64 jaar



- A. Meer dan de helft van de werkende mannen tussen 18-65 jaar heeft overgewicht
- B. Vrouwen hebben vaker overgewicht dan mannen
- C. Meer dan de helft van de werkende vrouwen tussen 18-65 jaar heeft overgewicht
- D. Niet werkende mensen hebben vaker overgewicht dan werkende mensen

# Lichamelijke gezondheid

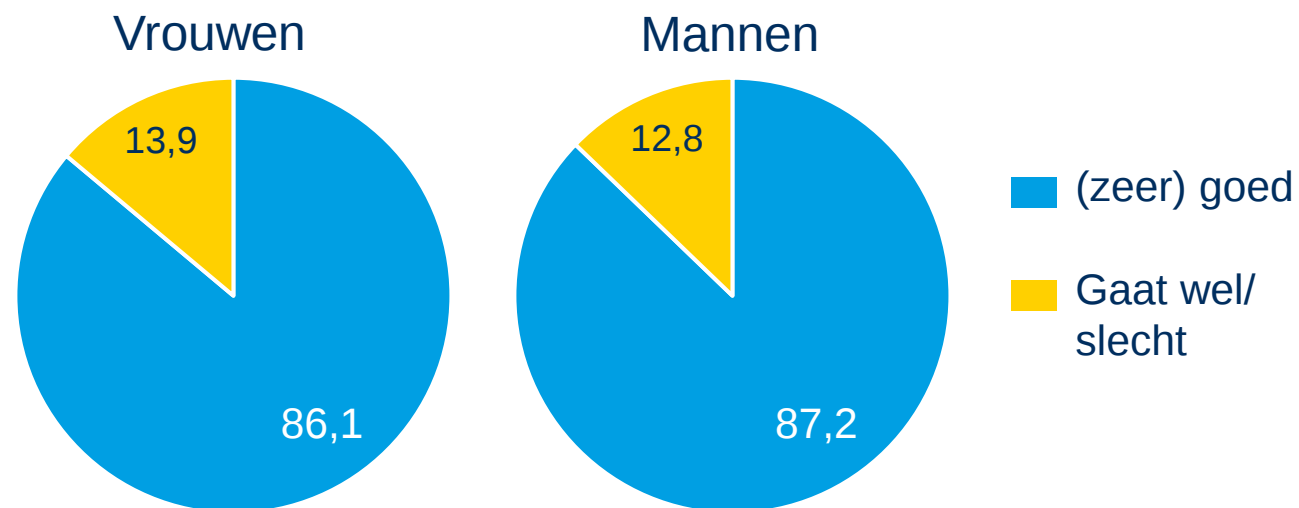
Werkende bevolking WB (18-64 jaar)



47%

Van de werkende volwassenen voldoet niet aan beweegrichtlijn.  
*2,5 uur per week matig intensieve inspanning*

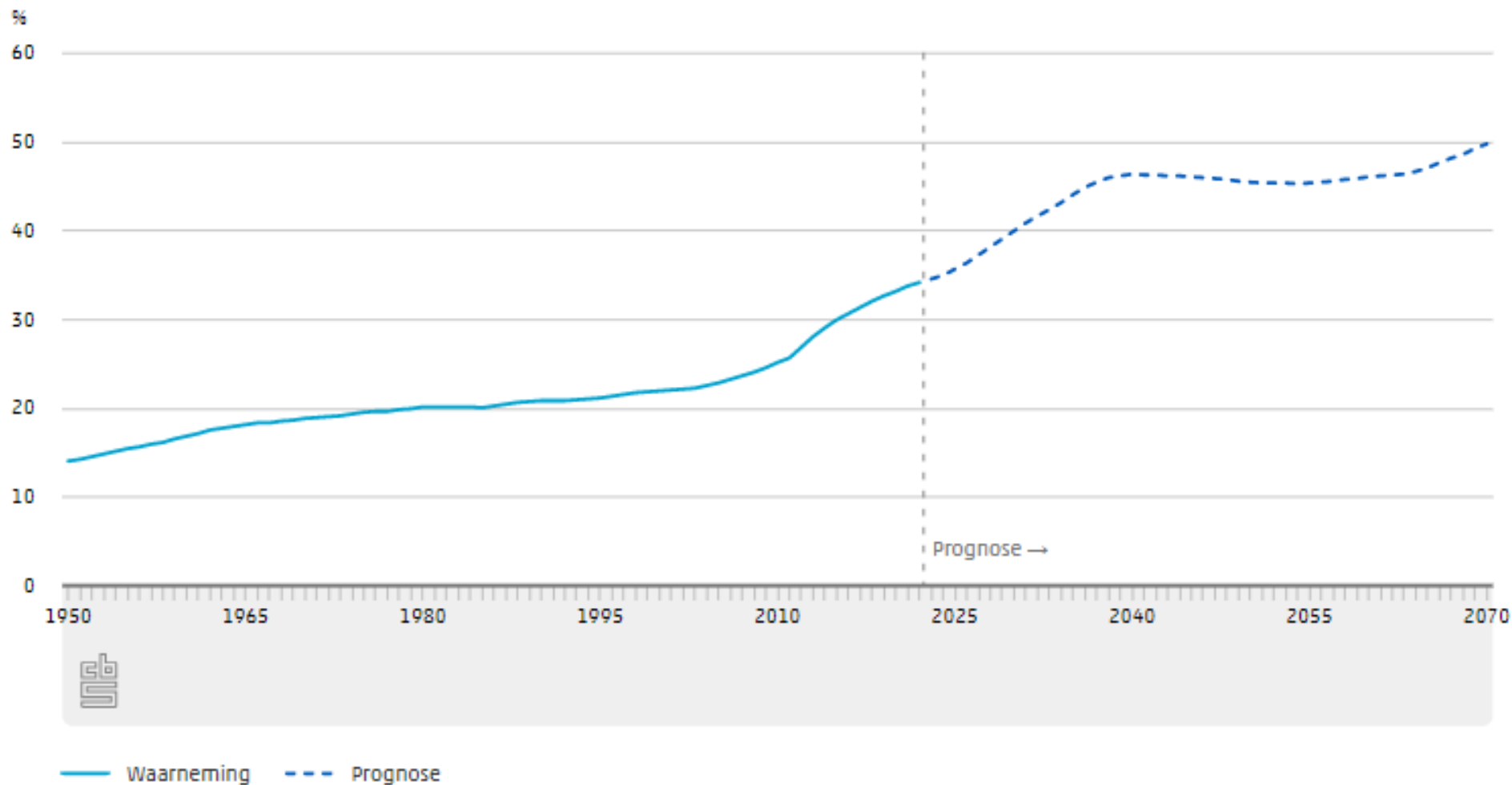
## Ervaren gezondheid



# Vergrijzing

## Grijze druk

Aantal 65-plussers t.o.v. aantal 20- tot 65-jarigen



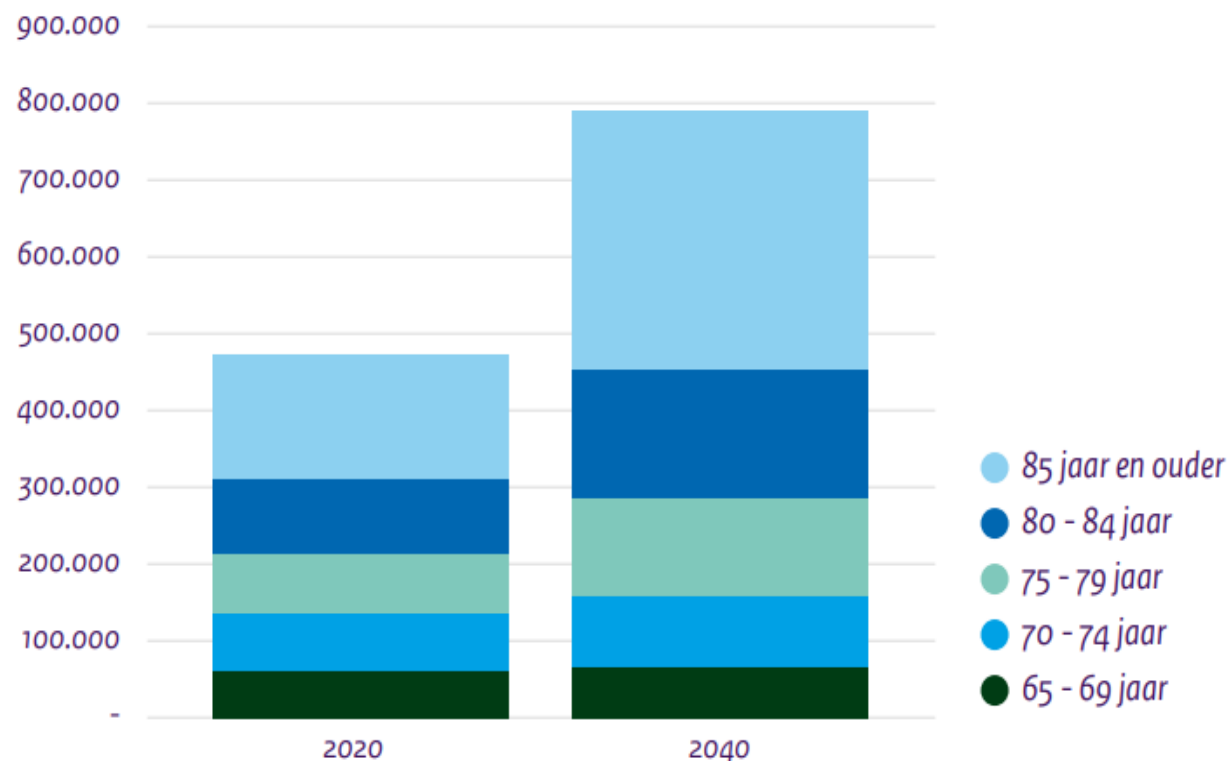
Bron: CBS, Dashboard  
Bevolking:  
[Ouderen \(cbs.nl\)](https://cbs.nl/ouderen)

# Prognose mantelzorg

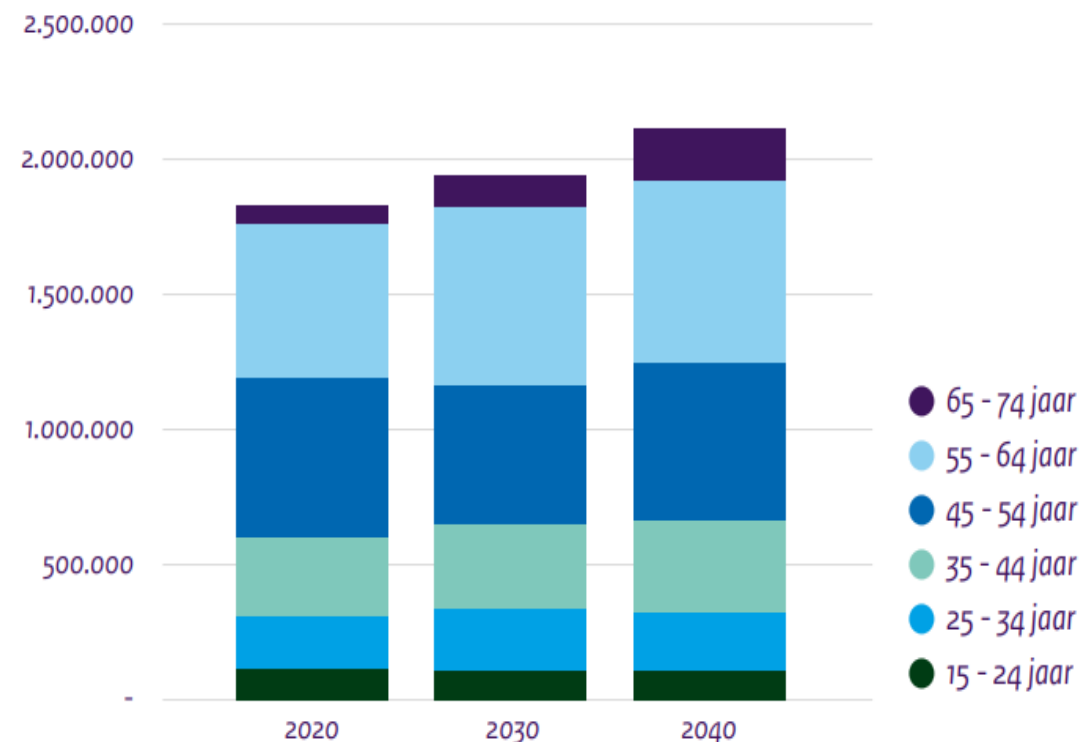
Bron: Werkende mantelzorgers van ouderen. RIVM. 2021. Beschikbaar: [Werkende mantelzorgers van ouderen | RIVM](#)



## Aantal ontvangers van mantelzorg 65+



## Aantal werkende mantelzorgers naar leeftijd



# Mantelzorgers in West-Brabant

**56%** Van de mantelzorgers is 45-64 jaar oud  
→ Onder 55-59 jarigen is **27,5%** mantelzorger

 **77%** v.d. mantelzorgers tussen 18-64 jaar oud heeft een betaalde baan  
→ **48%** van werkende mantelzorgers heeft ook nog thuiswonende kinderen



| Werkende mantelzorgers                                                              |                                                            | Collega's                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  | <b>6,8%</b> cijfer werk-privé balans                       |  <b>7,4%</b> |
|                                                                                     | <b>35%</b> vermoeid                                        | <b>18%</b>                                                                                      |
|                                                                                     | <b>33%</b> te weinig tijd voor zichzelf/ontspanning        | <b>15%</b>                                                                                      |
|                                                                                     | <b>22%</b> lichamelijke klachten (hoofdpijn, maag/rugpijn) | <b>12%</b>                                                                                      |
|                                                                                     | <b>19%</b> gestrest                                        | <b>9%</b>                                                                                       |
|                                                                                     | <b>14%</b> moeite met concentratie                         | <b>9%</b>                                                                                       |
|                                                                                     | <b>1,3%</b> ziekmelden door stress en/of vermoeidheid      | <b>0,6%</b>                                                                                     |

# Werkgevers met aandacht voor mantelzorg hebben een streepje voor

**92%** v.d. werkende mantelzorgers vindt dat een mantelzorgvriendelijk beleid het verschil kan maken

Bij **87%** van de werkende mantelzorgers speelt aandacht voor de werk-privé situatie een rol bij de keus voor een nieuwe werkgever

## Top 3 behoeften werkende mantelzorger



- 1 flexibiliteit in werkplek en -tijd
- 2 aandacht en begrip
- 3 maatwerkoplossingen

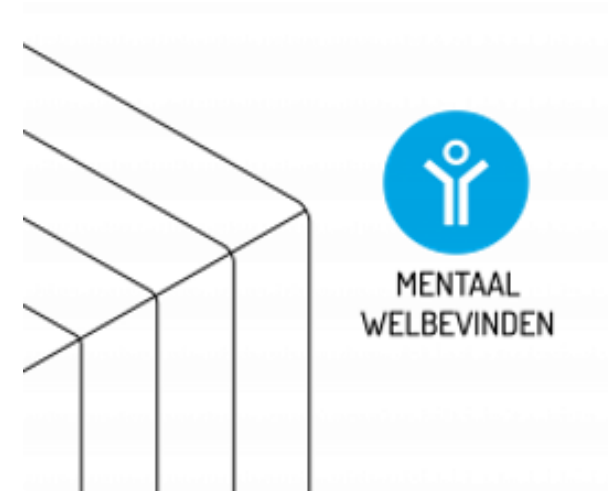
## 10 meest gebruikte maatwerkoplossingen:

- 1 Flexibiliteit in werktijd, -dag en -plaats.
- 2 Mogelijkheid om in bepaalde periodes meer of minder uren te werken.
- 3 Tijdelijk of permanent een andere functie/project.
- 4 Samen met iemand anders een functie delen.
- 5 Thuiswerken.
- 6 Bellen op het werk met thuis of met instanties.
- 7 Bereikbaar mogen zijn tijdens werktijd.
- 8 Tussendoor even naar huis kunnen.
- 9 Tijdige aankondiging als werktijden veranderen, overwerk noodzakelijk is of trainingen/ werkzaamheden ver(der) weg plaatsvinden.
- 10 Invloed op het werkrooster.

Bron: WERK&MANTELZORG, jaarpublicatie 2022-2023.  
Beschikbaar: [WerkMantelzorg-Jaarpublicatie-2022-2023.pdf](#)  
(werkenmantelzorg.nl)

# Wat is waar?

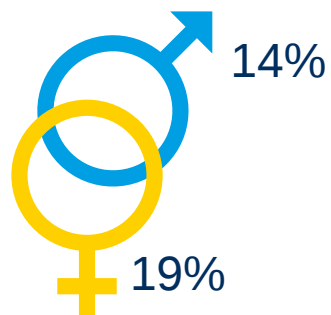
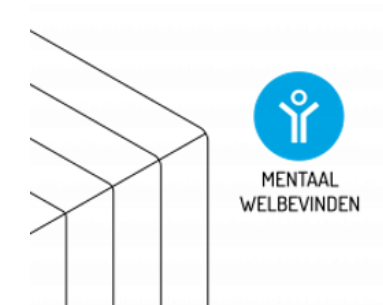
Deze vragen gaan over werkende mensen tussen 18-64 jaar



- A. 1 op de 10 werkende mannen heeft een slecht ervaren psychische gezondheid
- B. 1 op de 5 werkende mannen heeft een slecht ervaren psychische gezondheid
- C. 1 op de 5 werkende vrouwen heeft een slecht ervaren psychische gezondheid
- D. 1 op de 10 werkende vrouwen heeft een slecht ervaren psychische gezondheid

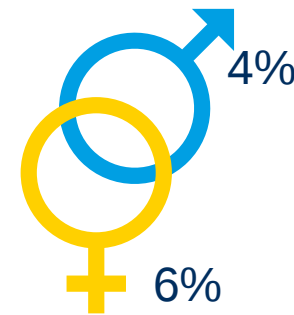
# Mentaal welbevinden

Werkende bevolking WB 18-64 jaar

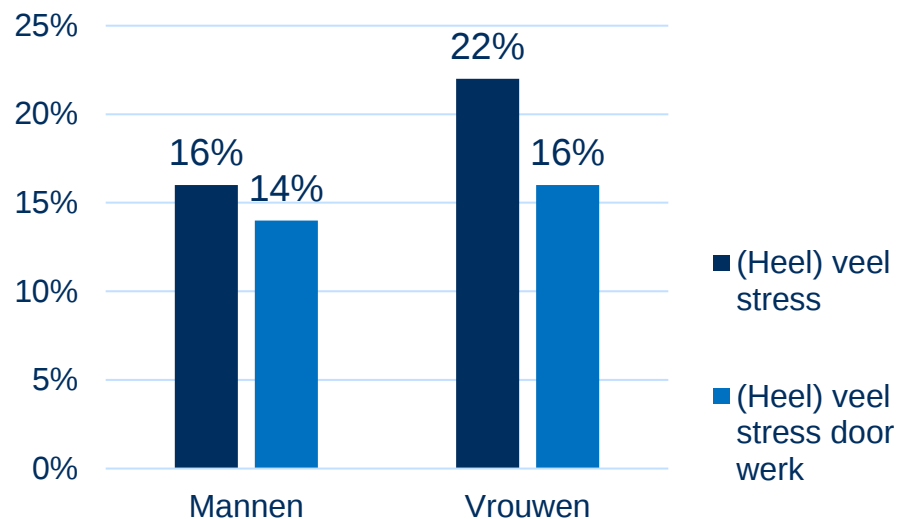


**Slecht ervaren psychische gezondheid**

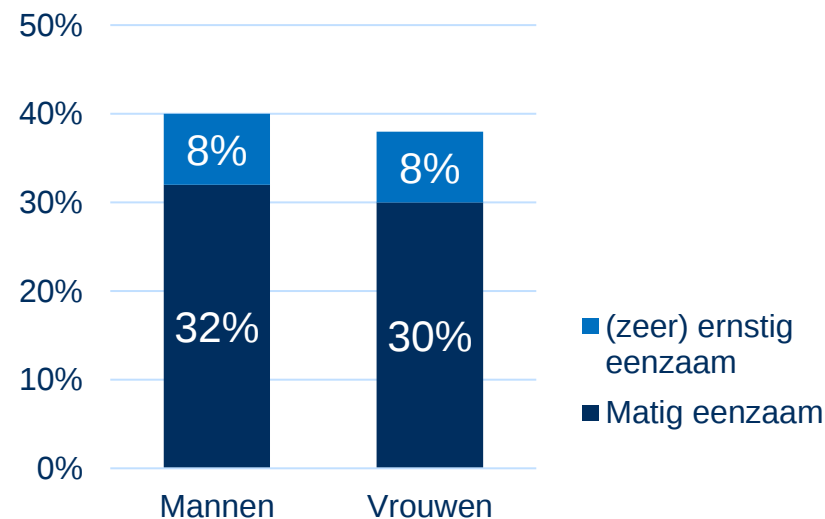
**Hoog risico op angststoornis of depressie**



**Stress afgelopen 4 weken**



**Eenzaamheid**

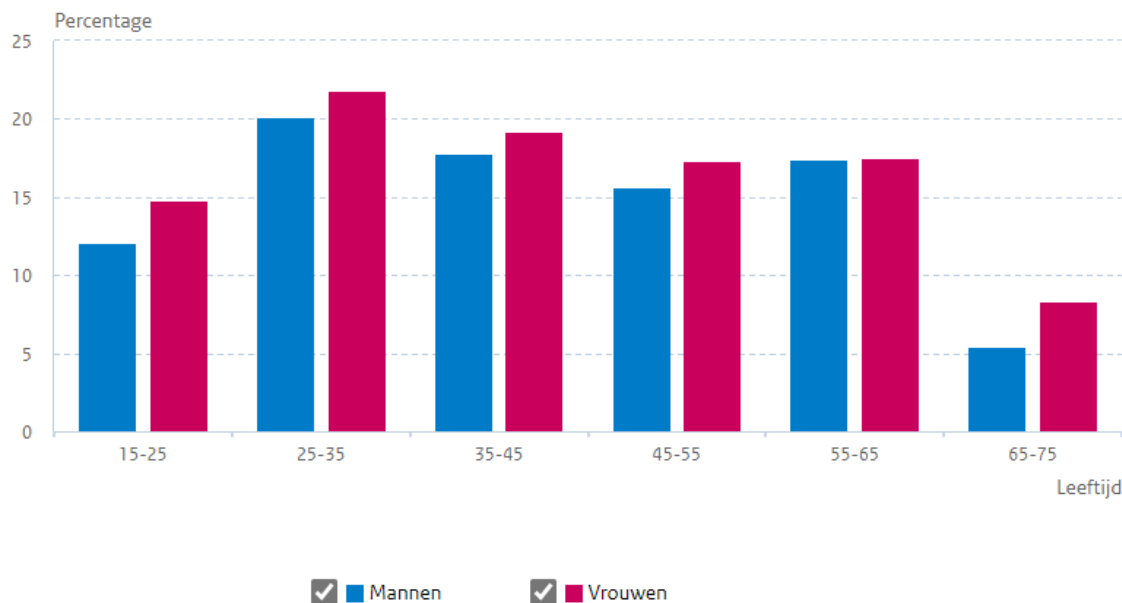


Cijfers: Gezondheidsmonitor Volwassenen

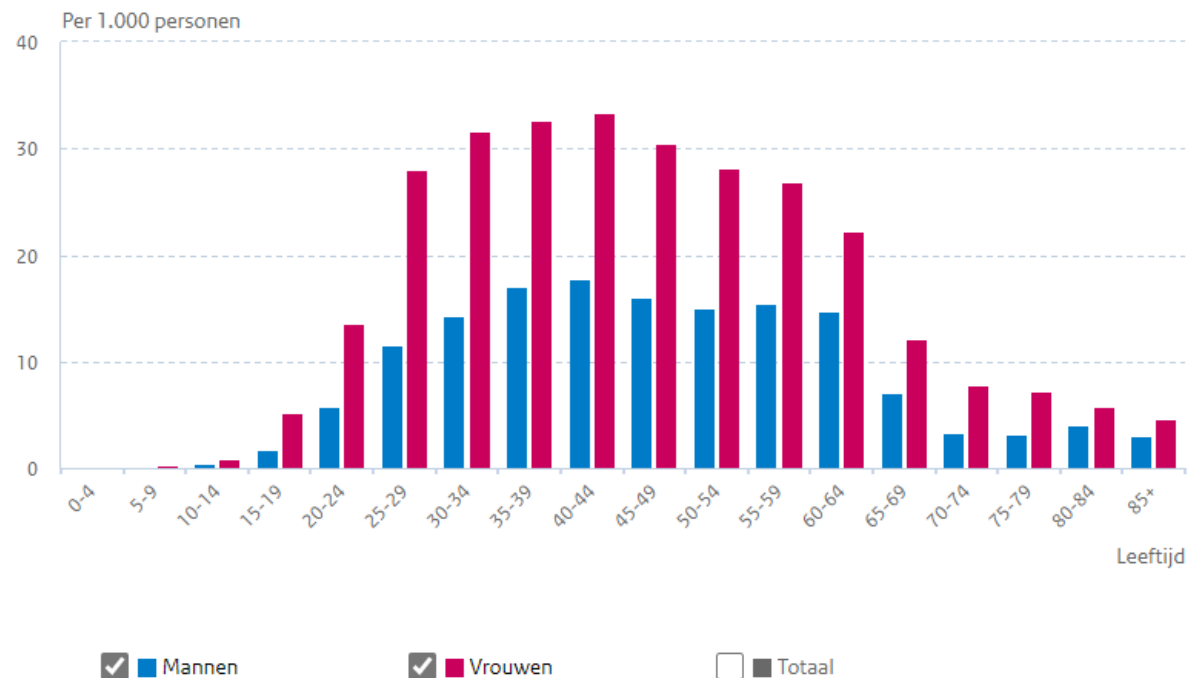
# Werkstress bij ruim 37% van de werknemers oorzaak van verzuim

- 45% van gemelde beroepsziekten komt door overspannenheid/ burn-out

Prevalentie zelfgerapporteerde burn-outklachten bij werknemers 2018

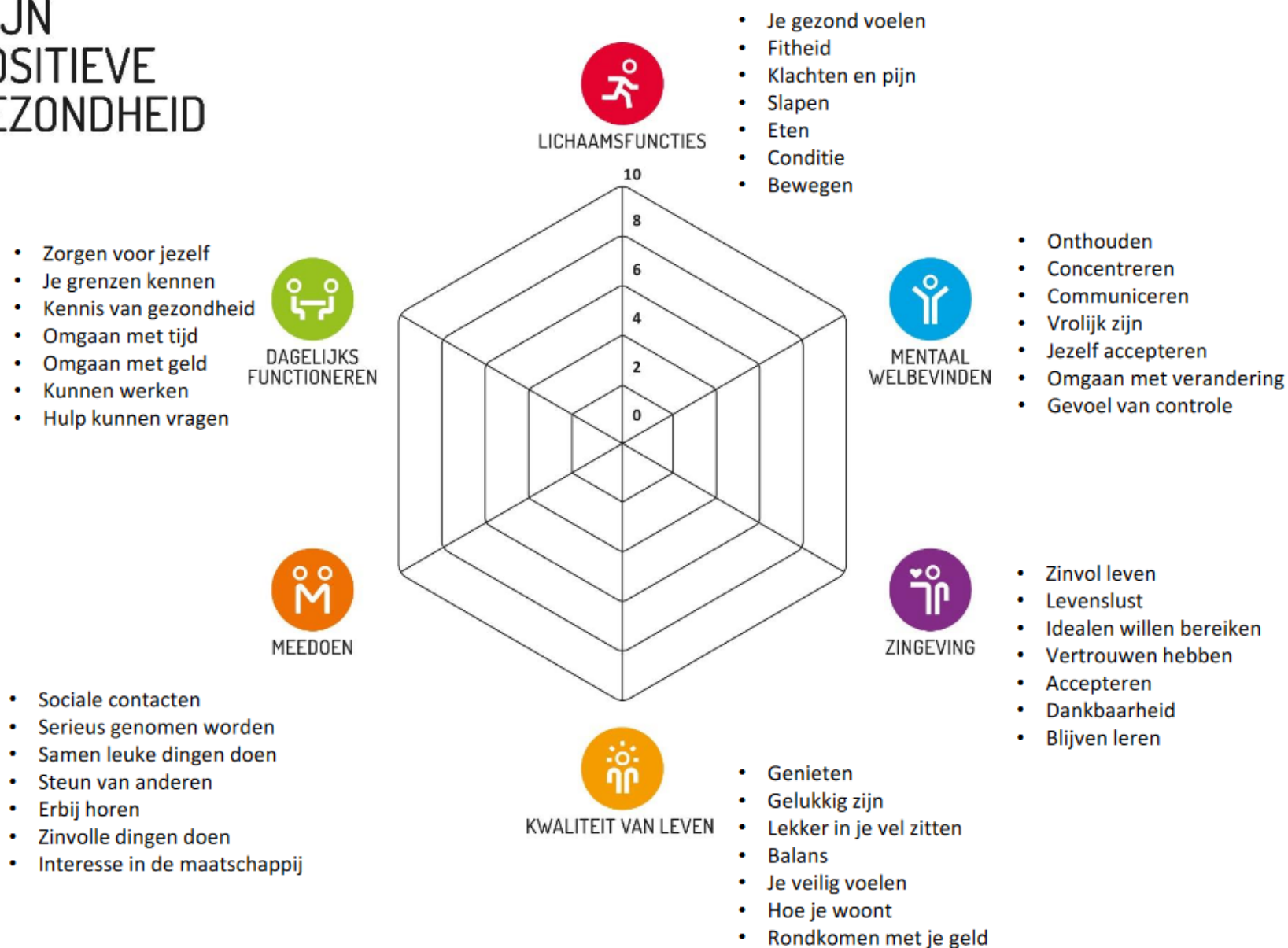


Jaarprevalentie overspannenheid in huisartsenpraktijk 2021



Bron: VZ Info. Overspannenheid en burn-out. Beschikbaar: [Overspannenheid en burn-out | Volksgezondheid en Zorg \(vzinfo.nl\)](https://vzinfo.nl)

# MIJN POSITIEVE GEZONDHEID



# Positief Gezond Werkgeverschap- inspiratie

## 10 tips om Positief Gezond Werkgeverschap succesvol in de organisatie in te bedden - Alles is gezondheid

- Positieve Gezondheid op het werk leidt tot betekenisvol werk, betere arbeidsverhoudingen, zelfreflectie, veerkracht en autonomie.



2019 IZA Whitepaper Positieve gezondheid.pdf



iph-pg-en-werk-handreiking-def.pdf



**Werk & Mantelzorg** Aan de slag | Werk-Mantelzorg (werkenmantelzorg.nl)

# BEDANKT! VRAGEN?

[WWW.GGDWESTBRABANT.NL](http://WWW.GGDWESTBRABANT.NL)



PROFESSIONALS MET PASSIE / VERBINDEND / BETROKKEN