

## In gesprek over gezondheid

In iedere sector komen medewerkers in aanraking met risico's voor de gezondheid en belastbaarheid. Fysieke belasting vormt een belangrijke factor in het ontstaan van ziekteverzuim en arbeidsuitval. Of het nu veroorzaakt wordt door het tillen, repeterend handelen of werken in extreme temperaturen. Een goede werkplek, juiste werkhouding en voldoende rust zijn noodzakelijke voorwaarden.

Het is als werkgever belangrijk inzicht te krijgen in de risico's die medewerkers kunnen lopen.

Bij sommige risico's kun je als werkgever maatregelen nemen. In de zorg zijn vaak al veel hulpmiddelen beschikbaar zoals hulpmiddelen bij het tillen. Je kunt echter ook denken aan het opstellen van gezondheidsreglementen, toezien op tijdige pauze e.d. De risico's kunnen ook in het gedrag van de medewerker liggen. Dan biedt dit gesprek uitkomst.

### Aan de slag

Als je ziet dat een medewerker een verhoogd gezondheidsrisico loopt of minder belastbaar is kun je met de medewerker in gesprek gaan. Probeer de medewerker attent te maken op zijn gedrag. Tilt hij met de verkeerde houding? Houdt hij zich aan de voorschriften?

Als je dit hebt besproken met de medewerker is het natuurlijk belangrijk dat het gedrag van de medewerker ook verandert. Spreek hem daarom aan op zijn gedrag tijdens het werk. Zorg dat je na een periode van bv een maand weer een keer het gesprek aangaat. Heeft het gesprek tot het gewenste resultaat geleid? Zo niet, kun je de medewerker hierop aanspreken.

### Tips

- Geef in het gesprek duidelijk aan welk risico de medewerker loopt.
- Steek het gesprek positief in. Het gaat immers om gezondheid. Je wilt dat de medewerker zich goed voelt en daardoor goed presteert.

### Links

[www.ergocoaches.nl/](http://www.ergocoaches.nl/)

Vitaliteitsgesprekken Waterland Ziekenhuis:

- [aan de slag met vitaliteitsgesprekken](#)
- [handleiding vitaliteitsgesprek](#)
- [checklist vitaliteitsgesprek](#)

Door de vergrijzing van het personeel wordt het steeds belangrijker mensen langer vitaal inzetbaar te houden. Belangrijk is dat zij daarvoor goed op hun gedrag letten en gebruik maken van de regels en hulpmiddelen die hen beschermen. Maak dit dus bespreekbaar en zorg dat de medewerkers zich bewust zijn van hun gezondheid!