

■ www.gezondwerken.be

Portaalsite voor alle info over gezond werken: acties, goede praktijkvoorbeelden, dienstverleners, evoluties en trends,...



■ www.nvgezond.be

nv gezond is een innovatieve methodiek waarbij KMO's gestimuleerd worden om samen (cluster)- activiteiten op vlak van gezondheid op te zetten met hun buurbedrijven om dan vervolgens verbeteringen te doen in het eigen bedrijf.



■ www.jobfit.be

Jobfit is een methodiek voor bedrijven om acties, activiteiten of een project rond gezonde leefstijl op te zetten, te verbeteren en in hun beleid te verankeren.



■ www.qado.be

Q-ADO 2.0 is een vragenlijst die bedrijven begeleidt in de uitwerking van een alcohol- en drugbeleid.



Voor vragen en ondersteuning kun je terecht bij de Centra voor Alcohol- en andere Drugproblemen Limburg via

www.cadlimburg.be.

■ www.10000stappen.be

Voor wie de drempel naar de sport te groot is: een actieve levensstijl opbouwen en gezondheidsvoordelen realiseren kan ook door dagelijks 10 000 stappen te zetten. Ontdek hoe je in je bedrijf een 10000 stappenproject of een stappencompetitie start.



■ www.vlaanderenstoptmetroken.be

Vlaanderen Stopt met Roken is dé portaalsite rond rookstop met concrete acties en ondersteunende materialen om rookstop in jouw bedrijf onder de aandacht te brengen.



REKEN OP HULP!

Dienstverleners

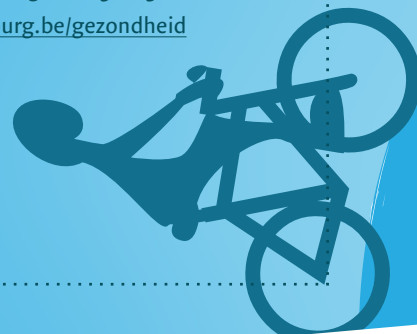
Ondersteuning nodig bij het organiseren van een gezondheidsactie of het invoeren van een gezondheidsbeleid? Vraag je Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk of andere dienstverleners naar hun aanbod.

CONTACT

Logo Limburg (vzw Limburgs Gezondheidsoverleg) werkt aan een betere gezondheid voor alle Limburgers. Daarom ondersteunen wij ook onze partners die een gezonde leefstijl op het werk promoten. We informeren, stimuleren samenwerking, en bieden acties rond verschillende gezondheidsthema's.

■ Meer info:

Logo Limburg, 011 23 82 50
www.limburg.be/gezondheid



Gezond werken
als onderdeel
van het
diversiteitsbeleid

Gezond werken

GEZONDHEID, DE BASIS VAN GOED WERKVERMOGEN

Investeren in gezondheid van de werknemers kan een onderdeel zijn van een diversiteitsplan. Een goede gezondheid vormt immers het fundament van een goed werkvermogen, één van de pijlers van een loopbaan-/diversiteitsplan.

Gezondheid en werk staan niet los van elkaar en is een gedeelde verantwoordelijkheid van zowel de werknemer als de werkgever.

Werkgevers die zorgen voor een werkbare en gezonde werkomgeving maar ook inzetten op het motiveren van de werknemers voor een gezonde leefstijl, dragen bij tot een beter werkvermogen.

WAT LEVERT EEN BETER WERKVERMOGEN OP?

- Betere prestaties, minder verzuim, grotere betrokkenheid bij het werk
- Langere inzetbaarheid, ook van de prioritaire doelgroepen
- Minder uitval bij oudere werknemers door gezondheidsproblemen
- Een duurzame integratie op de arbeidsmarkt.

GEZONDHEIDSTHEMA'S

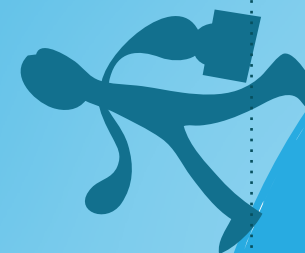
Interventies op het werk kunnen betrekking hebben op verschillende gezondheids- of leefstijlthema's:

- Stoppen met roken
- Gezonde en evenwichtige voeding
- Voldoende beweging
- Versterken van mentale veerkracht
- Beperken van alcohol- en druggebruik

GEZONDHEIDSBELEID OP HET WERK

Om duurzame veranderingen in het bedrijf te realiseren volg je best steeds hetzelfde stramien voor eender welk thema:

- Creëer een draagvlak
- Organiseer en communiceer
- Breng de noden en behoeften in kaart
- Stel een actieplan op
- Voer het actieplan uit
- Evalueer het gezondheidsproject
- Pas aan en veranker



diversiteitsbeleid