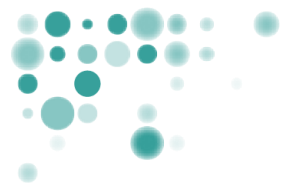




# Kennissessie

**Van welzijn op het werk naar  
toekomstgericht model  
“Human Capital”**

**29 april 2019**



# Welkom

Geert Moerman – Voka KvK Oost-Vlaanderen



# Programma

18u10      Aanbevelingen vanuit Voka

**Pieter Van Herck** (Voka)

18u30      Keynote

**Michael Portzky**

19u30      Best practices:

- **Christine Van Daele** (Partena)
- **Luc Cooman** (Carrefour)



# Programma

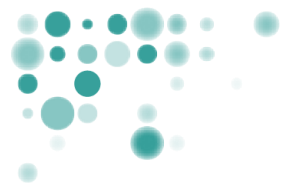
20u00      Politiek debat o.l.v. Bart De bruyn (Onuitwisbaar)

- **Robrecht Bothuyne** (CD&V)
- **Mieke Schauvliege** (Groen)
- **Helga Stevens** (N-VA)
- **Egbert Lachaert** (Open Vld)
- **Anja Vanrobaeys** (sp.a)

20u40      Q&A

21u00      Conclusie – **Pieter Van Herck** (Voka)

21u10      Netwerkreceptie



WIFI GUEST 009  
USER + PASWOORD: VOKA

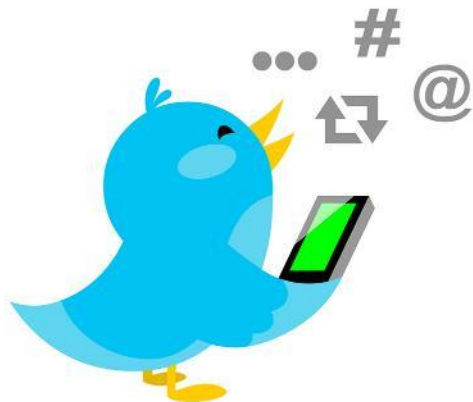
# Twittert u mee?

@Voka\_HC

#welzijnophetwerk

#humancapital

#reintegratie





# Aanbevelingen vanuit Voka

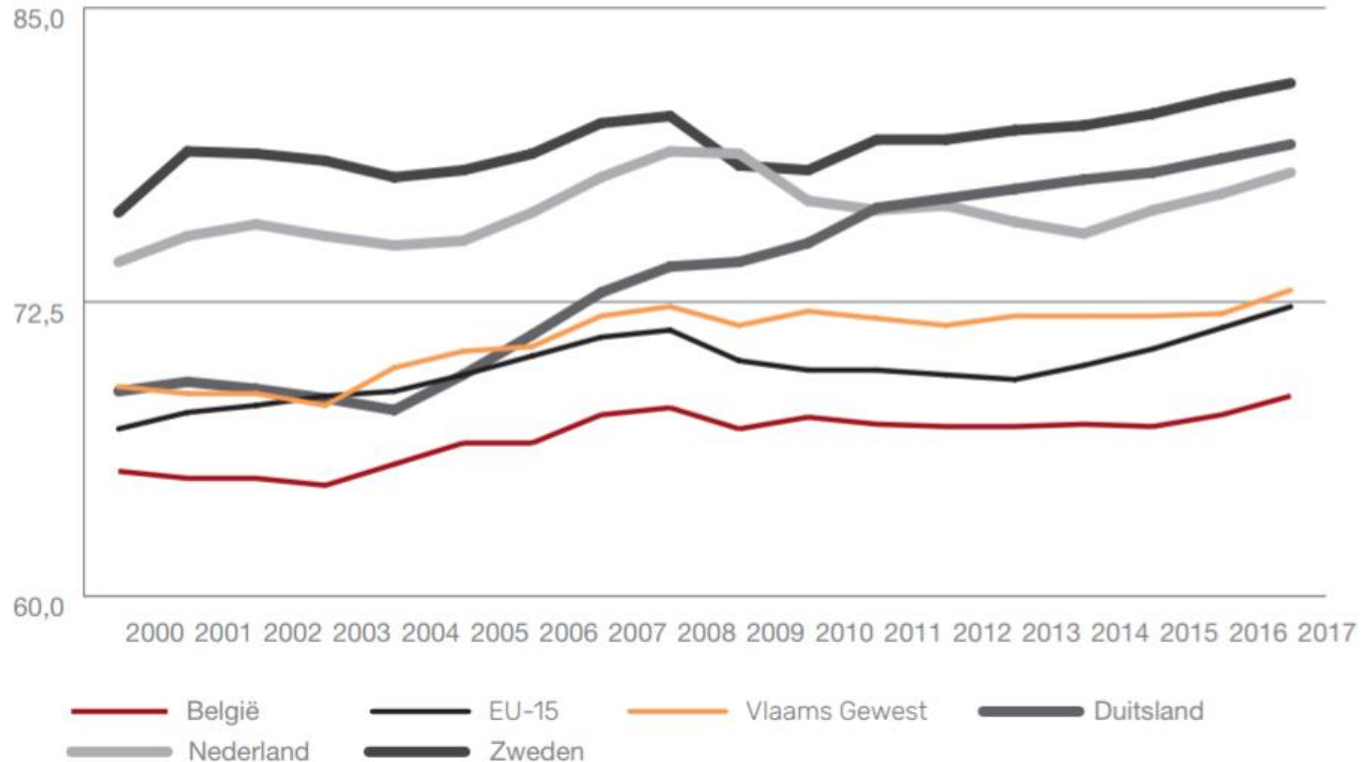
Pieter Van Herck – Voka

# **HERVORMINGSPLAN WELZIJN OP HET WERK VERKIEZINGEN 2019**

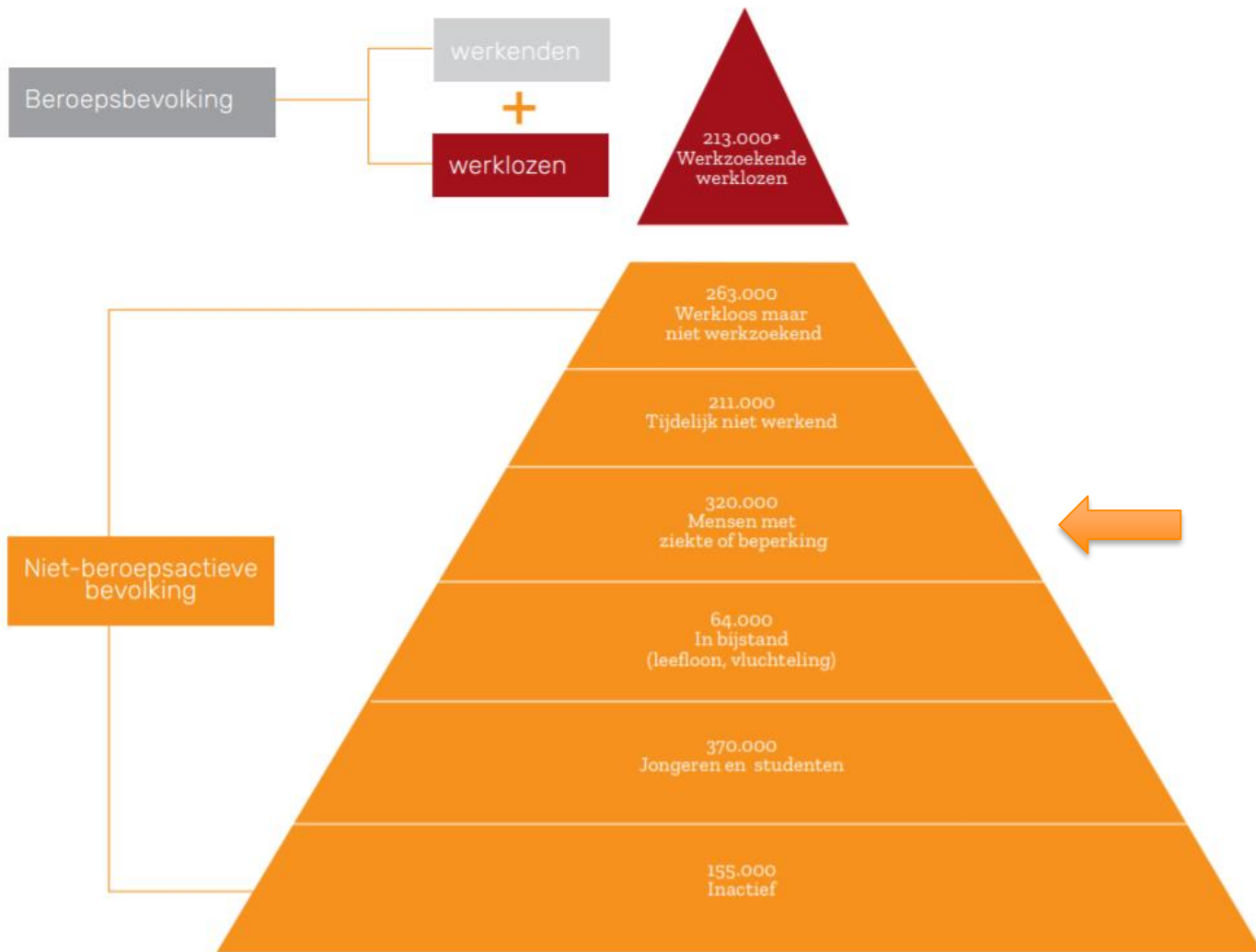
Pieter van Herck  
Adviseur welzijn- en gezondheidsbeleid

29 april 2019

# IN VLAANDEREN WERKT 1 OP 4 NIET. IN BELGIE 4 OP 10

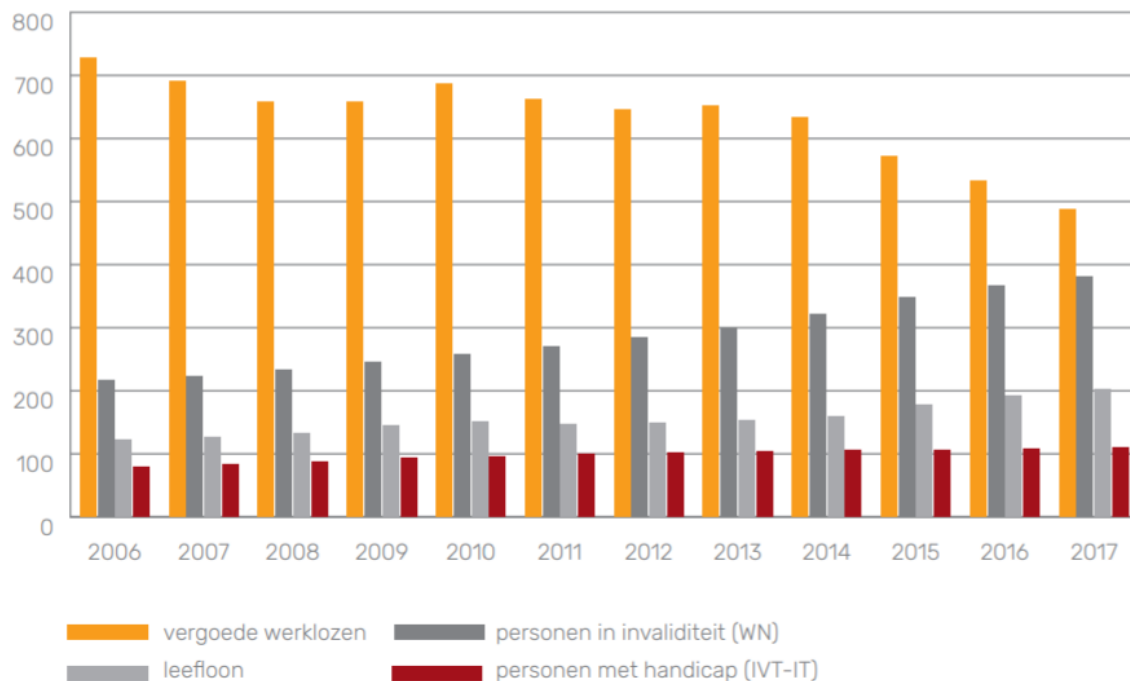






# COMMUNICERENDE VATEN

(in duizendtallen)



415.000

8 miljard  
euro







# WERKEN IS GOED VOOR UW WELZIJN EN GEZONDHEID

- Werkloosheid schaadt de gezondheid, hoe jonger hoe nefaster
- Sterk bewijs voor beschermend effect (vb. depressies)
- Kwaliteit van het werk?

# STERKE VERBETERING ARBEIDSKWALITEIT

- > Arbeidsduur - werkdruk
- > Werktijd - vrije tijd
- > Slaaptijd
- > Combinatie arbeid en gezin
- > Emotionele belasting
- > Arbeidsomstandigheden
- > Relatie leidinggevende
- > Motivatie
- > Autonomie





# ONTSLAGMACHINE?

- Trajecten: 25% hertewerkstelling, 70% definitief ongeschikt
  - > Medische overmacht meestal initiatief werknemer
- Tienvoud via werkhervattingsonderzoeken
- Gecombineerd:
  - > 60% aangepast werk mogelijk, 3% overmacht



1,5 tot 3



# PIJNPUNTEN

- Te laat, stigma, angst
- Procedurefocus
- Verouderde wetgeving
- Rigide rollen
- Interventiemogelijkheden
- Gebrekkige gegevensdeling & IT
- Beroepsgeheim
- Capaciteitsproblemen
- Preventie-schaarste
- 'Passieve' ziektebriefjes
- Betalingsmodel
- Monopolies
- Kennisgebrek
- Focus op input i.p.v. output
- Rolverdeling overheid



EVIDENCE BASED





# SLIMME CARENZDAG

- 2<sup>e</sup> dag geen nettoloon-component
- Gedragsprikkel 10% + solidariteit langdurig

Nederland:

**Wachtdagen bij ziekte: inhouden loon eerste ziektedagen**

In principe krijg je vanaf de eerste ziektedag je loon doorbetaald. Soms krijg je te maken met loonvrije wachtdagen bij ziekte. Dat betekent dat je over maximaal de eerste 2 ziektedagen geen loon ontvangt.

**Wettelijk toegestaan**

Loonvrije wachtdagen bij ziekte zijn wettelijk toegestaan. Wel moeten de afspraken schriftelijk zijn vastgelegd in je arbeidsovereenkomst of **cao**. Daarin kunnen ook andere afspraken staan. Bijvoorbeeld dat je werkgever voor de wachtdagen vakantie-uren mag inhouden.



**FIT**  
*note*

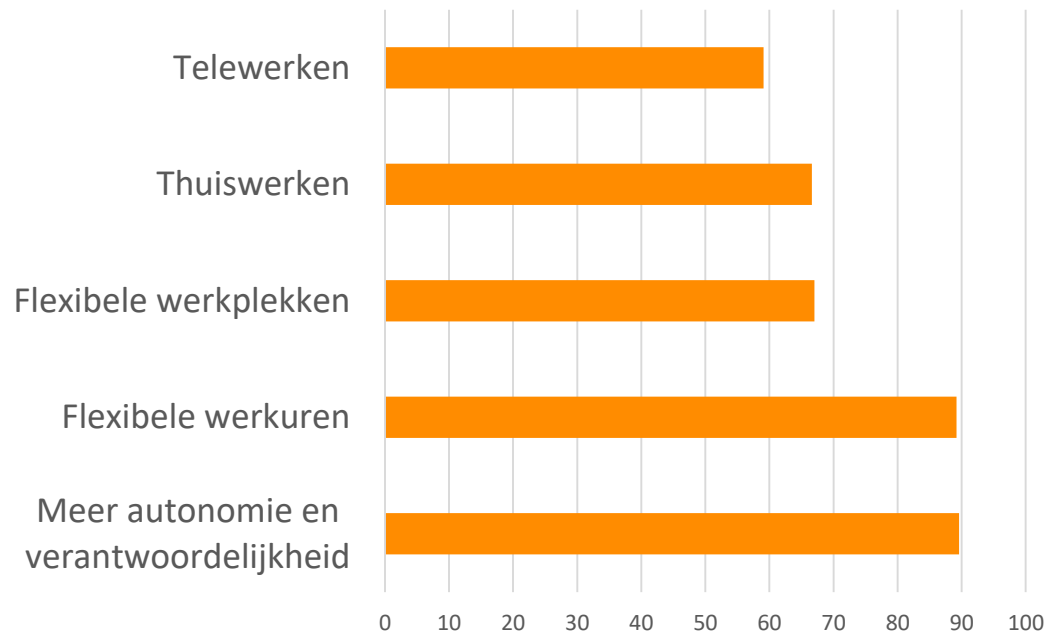


**PREVENTION  
IS BETTER  
THAN  
CURE**





# POSITIEF EFFECT FLEXIBILITEIT





# POSITIEF EFFECT EXTERNE DOORSTROMING

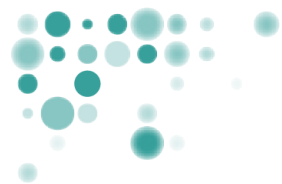
- 5,5% in Vlaanderen verandert van werk
- Stagnatie jobmobiliteit op 40j
- Drempels in loonopbouw & arbeidsbescherming
- Progressieve werkhervatting
  - > 47.500 in België, 70% in eerste maanden van ziekte



# WE MAKEN 1,1 MILJARD EURO VRIJ VIA EEN BETERE EN MEER EFFICIËNTE PREVENTIE EN AANPAK VAN ARBEIDSONGESCHIKTHEID

- Slimme carenzdag (nettoloon 2<sup>e</sup> dag ziekte per ziekteperiode) als extra bijdrage sociale zekerheid – 331 miljoen euro
- Structurele hervormingen – doelstelling 10% (800 miljoen euro)
  - > **Investeren:** 250 mio euro investering preventie (20% werk)
  - > **Verstrenging criteria:** Fitnotes, evidence based richtlijnen, sancties en gespecialiseerde attestering > 1 maand
  - > **Begeleiding:** Diepgaande hervorming preventiediensten en ziekenfondsen
    - Betalingsmodel, marktwerking, kwaliteitslabel, taakverschuiving...
  - > **Activatie:**
    - VDAB als centrale regisseur
    - Vertienvoudiging van de begeleide werkhervatting: van 4500 naar 45000 personen
    - Expansie progressieve werkhervatting en externe doorstroming
  - > **Prikkels:** 10% shared savings (preventiedienst, adviserend arts, behandelend arts...)
  - > **Randvoorwaarden:** Digitalisering (gegevensdeling, AI) en moderne wetgeving welzijn op het werk (re-integratietrajecten versnellen, vereenvoudigen... + logistieke basis welzijn op het werk)





# Keynote

Michael Portzky

# ‘Stress in balans: het verschil tussen lijden en leiden’

**VOKA HC - 29/04/2019**



**Drs. Michael Portzky**

**Klinisch Psycholoog/Gezondheidszorgpsycholoog**

**[michael.portzky@pcgs.be](mailto:michael.portzky@pcgs.be)**

**+32 (0)476 207 170**



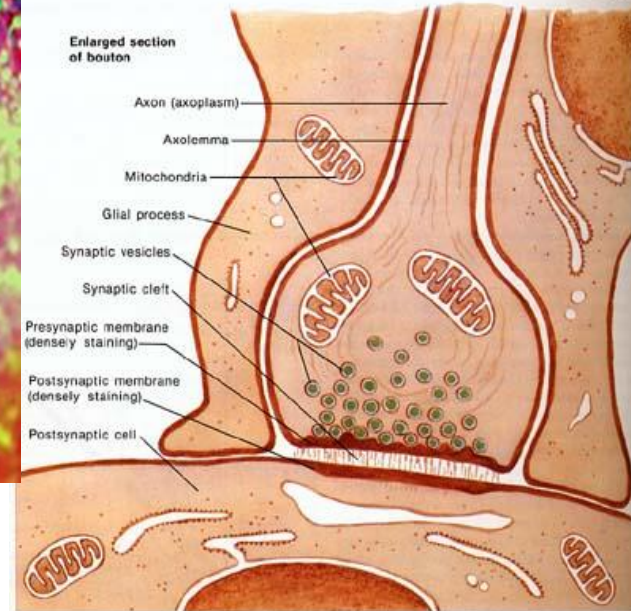
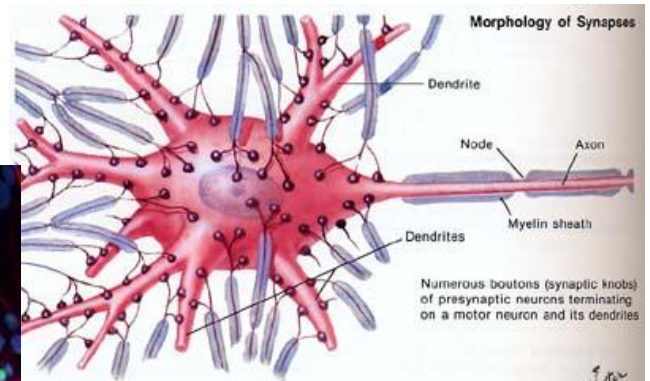
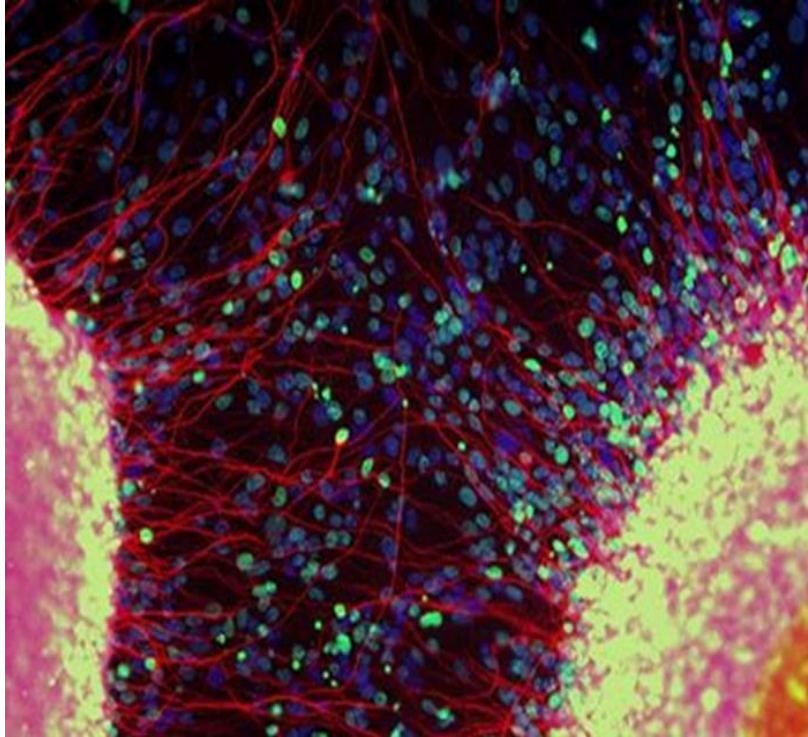
# Op het menu...

- Veerkracht dienen we over te slaan vanwege de tijd, dus... meteen naar: STRESS, wat houdt het nu concreet in?
- Hoe maken we de vertaalslag van 'het bereiken van de grenzen van je veerkracht' naar 'pathologie'?
- Wat zijn onze guidelines inzake preventie en herstel?
- Hoe kunnen we die kwetsbaarheid testen? Hoe kunnen we zien wie 'at risk' is... zelfs al zijn het hogescoorders op de Veerkrachtschaal?!

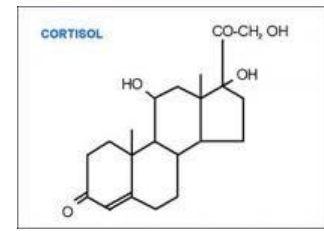
# Wat houdt stress en vooral chronische stress nu concreet in?

- Wat is de vertaalslag van het concept veerkracht naar pathologie?
- We gaan 'veerkracht' vertalen naar 'stressbestendigheid'





# Rol van cortisol?

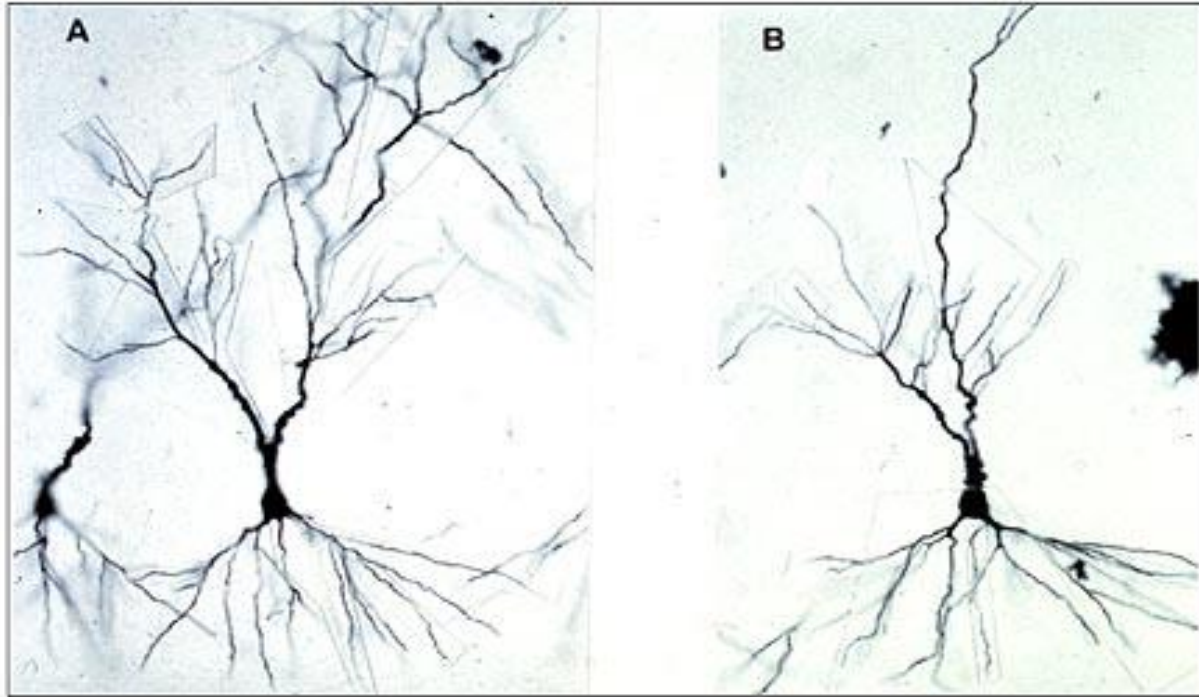


- Hormoon dat aangemaakt wordt bij langdurige en overmatige stress, en dit om de heftige werking van adrenaline wat af te remmen (terugkeren naar evenwicht!)
- MAAR... **langdurige hoge concentraties** van cortisol blijken **neurotoxisch** te zijn: ze tasten de neuronale dendrieten aan (veroorzaken atrofie in limbisch gedeelte) GEVOLG? → Eventueel zelfs depressie!!  
→ Bevat veel cortisolreceptoren!!!

Wat zijn de gevolgen van de te hoge/te lange blootstelling aan cortisol?



# Dendrite damage by elevated cortisol levels: less 'branching'



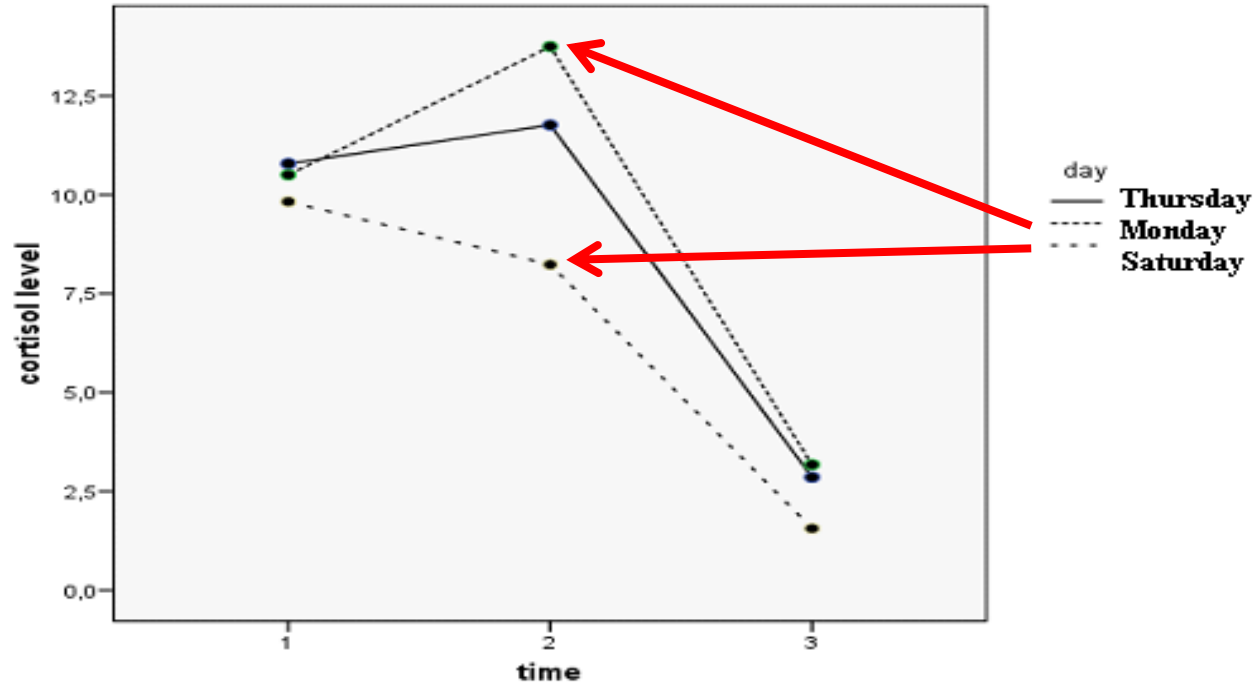
# Nieuwste bevindingen

- **Reeds na drie dagen(!!!) is deze schade te zien bij beeldvorming??!!!** (bij dierstudie na 2 uur intensieve stress per dag) Maar dan nog geen cognitieve problemen! Na 20 à 30 dagen ook de gekende cognitieve stoornissen.
- Opmerkelijk: eerst meer linkerhemisferisch, daarna rechts en dan ook sneller??!! Waarom???
- **Hoe meer atrofie bij aanvang, hoe meer op het einde!!** Was dus al een voorspeller voor de uiteindelijke schade! (Rahman MM et al., 2016) **Dit is bijna de 'microscopische vertaling van het verschil tussen veel en weinig veerkracht!!!**

# Zien we 'anticipatie-effecten'?

- Of eigenlijk met andere woorden: hebben we werkelijk nog een recupererend weekend van 2 dagen?

# Cortisol Awakening Response

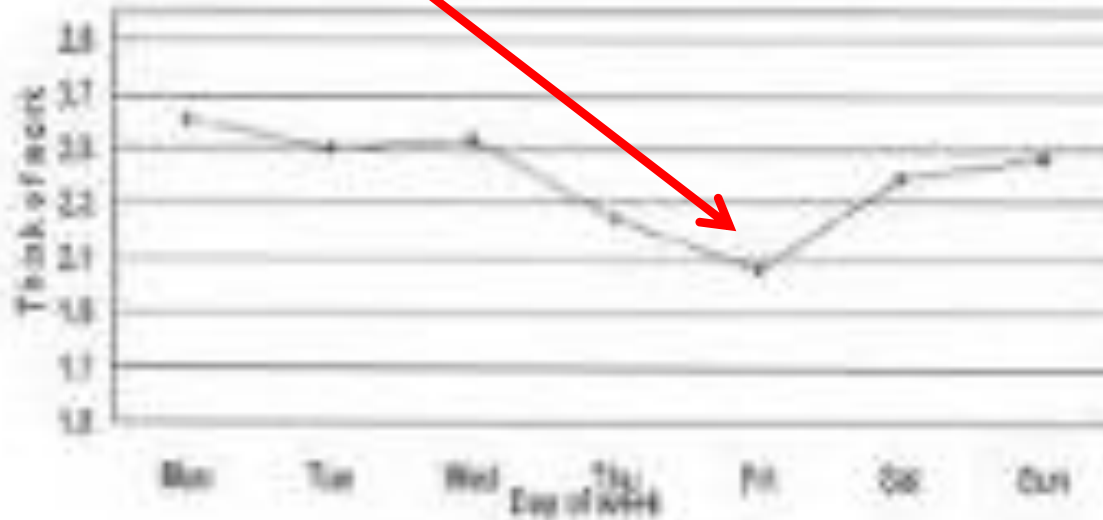


$F(2, 44) = 7.682, p < .01$

Met dank aan Prof. Fred Zijlstra

# Hoe vaak denken we ('s avonds) aan het werk

Enkel op vrijdagavond minder, in het weekend terug reeds meer!!!



## Energiek (uitgerust) voelen bij opstaan



Cfr. CM-studie: 80% van de Vlamingen slaapt de zondagnacht slecht door stress!!

# Ook steeds meer implicaties binnen onderwijssituaties

- Oa studie op 589 verpleegkundestudenten: Van Hoek G. Invloed van sociodemografische factoren en veerkracht bij schooluitkomsten bij studenten HBO5 Verpleegkunde. Universiteit Antwerpen, 2017
- Veerkracht belangrijkste (enige!) voorspeller van **slaagkans!**
- Veerkracht, kwaliteit van het Palliatief Palet en eerdere suïcidepoging (zeer sterk correlerend met veerkracht uiteraard) waren voorspeller op **'intention to leave'**
- De **dropouts** (gestopt voor de examens) hadden sign. lagere veerkracht!
- Hoe hoger in het studietraject, hoe hoger de gemiddelde veerkrachtscore

ALLEMAAL SAMEN:



HOOOOOOO!!



# Deze dendrietschade IS GEEN DEFINITIEVE SITUATIE!!!!!!! 5 tips:

- Significante en structurele Stressbeperking... in de mate van het mogelijke uiteraard...
- Onthouding van middelenmisbruik!!!
- **Werken aan 'palliatieve palet'!!!**
- Combinatie cognitieve Stimulatie (de lat hoog leggen; 'double speed' cfr NASA, zie ook volgende slide) EN..

trainen met gewichten?! (Rol van **IGF-1 hormoon**)

(Echter in de praktijk tragische vaststelling: zij die deze stimulatie/'revalidatie' het meest nodig hebben, hebben vaak...)

\* **Nemen van Acetyl-L-Carnitine** als supplement!

# Is er een noodzaak voor een 6<sup>e</sup> pijler? Bij sommige groepen...?

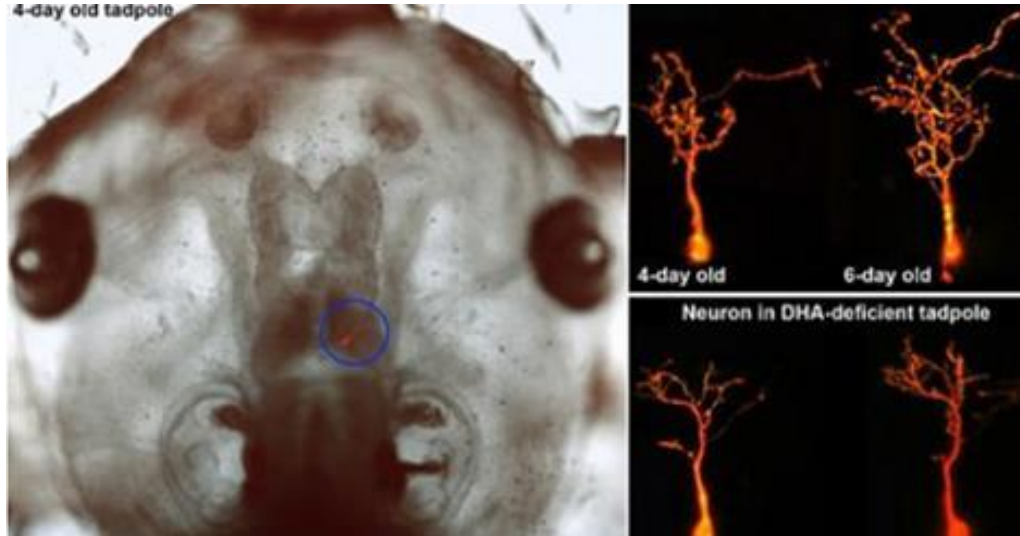
- Vooral bij vrouwen en wat dikkere mannen? (beide meer oestrogeen!)
- Steeds meer personen (vooral in die groepen) met 'bijnieruitputting'!!
- Het eten van (veel/teveel) geraffineerde suikers blijkt mogelijk een rol te spelen
- Meer suikers → endorfineresistentie??!! (verantwoordelijk voor kleinere stressoren te onderdrukken) → hierdoor meer cortisolafgifte nodig → uiteindelijk cortisol uitgeput??!!

# En vergeet uiteraard ook de 'algemene' zaken niet

- Belang van goede nachtrust!!! (probleempje bij jonge ouders is een undertstatement! 😊 )
- Voordelen van seksualiteit (oxytocine!!), doch ook dit vaak onder druk door de combinatie van slaaptekort en veranderde gezinssituatie...
- Gezonde voeding...
- ...

# Randbedenkingen rond voeding en neurogenese

De rol van (gezonde) vetten bij dendrietontwikkeling



(plus voeding met flavonoïden (chocolade, blauwe bessen,...), geen alcohol... al zou resveratrol (anti-oxidant uit blauwe druiven) in rode wijn helpen... maar misschien beter als voedingssupplement nemen?, harde voeding beter dan zachte door kauwbewegingen,...)



Michael Portzky

## Vragenformulier



### INSTRUCTIES

Iedereen ervaart in het leven soms spanning en tegenslagen. Het is belangrijk dat we af en toe kunnen ontspannen of afreageren. De volgende vragen gaan over de activiteiten die u afleiding bieden, ook tijdens wat minder leuke momenten. Geef per rubriek aan hoe vaak u een of meerdere activiteiten uit deze categorie doet.

In sommige rubrieken zijn meerdere, vergelijkbare activiteiten samengevoegd. Voor uw antwoord maakt het niet of u één van deze activiteiten doet of allemaal.

#### Voorbeeld:

Mediteren, ontspanningsoefeningen, bidden, yoga

NOOIT	ELDIEN	VAAK	NIET VAAK
	(niet meer dan 1x per 100 tot 1000)	(niet meer dan 1x per 100 tot 1000)	(niet meer dan 1x per 100 tot 1000)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Als u vaak mediteert, maar nooit ontspanningsoefeningen of yoga doet, kruist u het vakje 'vaak' aan.

Als u een antwoord wilt veranderen, kleur dan het hele vakje in en zet een kruisje bij uw nieuwe keuze.

#### Voorbeeld:

Mediteren, ontspanningsoefeningen, bidden, yoga

NOOIT	ELDIEN	VAAK	NIET VAAK
	(niet meer dan 1x per 100 tot 1000)	(niet meer dan 1x per 100 tot 1000)	(niet meer dan 1x per 100 tot 1000)
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Hoe vaak u deze activiteiten daadwerkelijk uit kunt voeren, verschilt per periode. Soms heeft u meer tijd, geld of energie dan anders. Denk bij het invullen van de vragen aan:

- \* de ideale omstandigheden, waarin u niet beperkt wordt door geld, tijd of ziekte
- \* de afgelopen maand (of de maand voor opname, indien van toepassing)

\* de regel die niet van toepassing is, doorstrepen

Beantwoord elke vraag nauwkeurig en sla geen vragen over.



Naam: \_\_\_\_\_ Geslacht: ☐ V ☐ M

Geboortedatum: \_\_\_\_\_ Datum invullen: \_\_\_\_\_

ENTWICKELING

	NOOT	ZELDEN (onder de 10%)	VAAK (naar de 10%)	HEEL VAAK (meer dan 10%)
1 Middagdutje doen, slapen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Mediteren, ontspanningsoefeningen, bidden, yoga	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Wandelen of een uitstapje maken (alleen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Wandelen of een uitstapje maken (in gezelschap)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Lezen, denksportspelletjes, modelbouw, hobbycollectie bijwerken, studeren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Televisie kijken, muziek beluisteren/spelen, computerspelletjes spelen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Met kinderen/kleinkinderen spelen/bezig zijn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Kaarten of ander gezelschapsspel met anderen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Bellen naar iemand of gesprek voeren om je hart eens te luchten of bij te praten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Facebook bezoeken, of andere sociale netwerken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Bioscoopbezoek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Discotheekbezoek, bowling, karting, of andere activiteit buitenshuis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Iets 'extra' lekkers te eten klaarmaken voor jezelf (buiten de gewone maaltijden)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Buitenshuis gaan eten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Gaan sporten (alleen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Groepssporten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Erotische of seksuele handelingen zonder partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Erotische of seksuele handelingen met partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 Het huis schoonmaken, opruimen, in de tuin werken, huishoudelijke taken doen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 Snoepen, snacksen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 Snel rijden, bungee springen, rotsklimmen, of andere opwindende activiteiten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 Gaan shoppen, doorgaans om zaken die niet echt noodzakelijk waren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 Eén à twee glazen alcohol drinken, doorgaans bij of na het eten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 Koffie en/of andere cafeïnerijke energiedrankjes zoals Red Bull drinken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25 Roken (sigaretten, pijtabak, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26 Stelen, gokken, vandalisme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27 Benzodiazepines gebruiken (kalmeermiddelen, slaapmiddelen, angstonderdrukkers, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28 Softdruggebruik (marihuana, cannabis, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29 Streng diëten, vasten, niet eten, overmatig eten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30 Harddruggebruik (cocaine, speed, XTC, amfetamines, hallucinogenen, ...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31 Overmatig alcoholgebruik (meer dan 5 consumpties en vaak tot dronkenschap)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32 Zelfbeschadiging (krassen, kerven, andere vormen van zelfbeschadigend gedrag)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33 Vaak denken aan de dood (zonder concrete zelfmoordplannen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34 Concrete zelfmoordgedachten of -plannen, zelfmoordpoging	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

OPMERKINGEN



Naam: \_\_\_\_\_ Geslacht: ☐ V ☐ M

Geboortedatum: \_\_\_\_\_ Datum invullen: \_\_\_\_\_

	NOOI	ZEELDEN	VAAK	HEEL VAAK
1. Middagluutje doen, slapen				
2. Mediteren, ontspanningsoefeningen, bidden, yoga				
3. Wandelen of een uitstapje maken (alleen)				
4. Wandelen of een uitstapje maken (in gezelschap)				
5. Lezen, denksportspelletjes, modelbouw, hobbycollectie bijwerken, studeren				
6. Televisie kijken, muziek beluisteren/spelen, computerspelletjes spelen				
7. Met kinderen/kleinkinderen spelen/bezig zijn				
8. Kaarten of ander gezelschapsspel met anderen				
9. Bellen naar iemand of gesprek voeren om je hart eens te luchten of bij te praten				
10. Facebook bezoeken, of andere sociale netwerken				
11. Bioscoopbezoek				
12. Discotheekbezoek, bowling, karting, of andere activiteit buitenshuis				
13. Iets extra lekkers te eten klaarmaken voor jezelf (buiten de gewone maaltijden)				
14. Buitenshuis gaan eten				
15. Gaan sporten (alleen)				
16. Groepsporten				
17. Erotische of seksuele handelingen zonder partner				
18. Erotische of seksuele handelingen met partner				
19. Het huis schoonmaken, opruimen, in de tuin werken, huishoudelijke taken doen				
20. Snoepen, snacks				
21. Snel rijden, bungie springen, cotsdi minnen, of andere opwindende activiteiten				
22. Gaan shoppen, doorgaans om zaken die niet echt noodzakelijk waren				
23. Een à twee glazen alcohol drinken, doorgaans bij of na het eten				
24. Koffie en/of andere cafeïnerijke energiedrankjes zoals Red Bull drinken				
25. Roken (sigaretten, pijptabak...)				
26. Stelen, gokken, vandalisme				
27. Benzodiazepines gebruiken (kalmeermiddelen, slaapmiddelen, angstonderdrukkers, ...)				
28. Softdruggebruik (marihuana, cannabis, ...)				
29. Streng diëten, vasten, niet eten, overmatig eten				
30. Harddruggebruik (coxaïne, speed, XTC, amfetamines, hallucinogenen, ...)				
31. Overmatig alcoholgebruik (meer dan 5 consumpties en vaak tot dronkenschap)				
32. Zelfbeschadiging (krossen, kerven, andere vormen van zelfbeschadigend gedrag)				
33. Vaak denken aan de dood (zonder concrete zelfmoordplannen)				
34. Concreet zelfmoordgedachten of -plannen, zelfmoordpoging				

OPMERKINGEN

Naam: \_\_\_\_\_ Geslacht: ☐ M ☐ V

Geboortedatum: \_\_\_\_\_ Datum invullen: \_\_\_\_\_

		ROOI	BLAUW (indicateer aan of niet)	WIT (0 of 1 uitdrukking aan of niet)	WIT (0 of 1 uitdrukking aan of niet)
1		1	2	3	4
2		1	2	3	4
3		1	2	3	4
4		1	2	3	4
5		1	2	3	4
6		1	2	3	4
7		1	2	3	4
8		1	2	3	4
9		1	2	3	4
10	A POSITIEVE ACTIVITEITEN	1	2	3	4
11		1	2	3	4
12		1	2	3	4
13		1	2	3	4
14		1	2	3	4
15		1	2	3	4
16		1	2	3	4
17		1	2	3	4
18		1	2	3	4
19		1	2	3	4
20		1	2	3	4
21		1	2	3	4
22		1	2	3	4
23		1	2	3	4
24		1	2	3	4
25		1	2	3	4
26		1	2	3	4
27	B DESTRUCTIEVE ACTIVITEITEN	1	2	3	4
28		1	2	3	4
29		1	2	3	4
30		1	2	3	4
31		1	2	3	4
32		1	2	3	4
33		1	2	3	4
34		1	2	3	4

Gekozen periode:

☐ ideale omstandigheden

☐ afgelopen maand

-  =  →

(gebruikte normtabel)

OPMERKINGEN



# Enkele prototypische voorbeeldprofielen

# Voorbeeld 1: het doorgaans normale profiel

- (en therapeutisch gewenste??)

Naam: Voorbereiding 1 "NORMAAL" Geslacht: ☒ V ☐ M

Geboortedatum: \_\_\_\_\_ Datum invullen: \_\_\_\_\_

INSTRUCTIE 2.2.2

	NOOT	ZEIDEN (niet doen maar wel weten)	VAAK (niet of af en toe doen wel weten)	HEEL VAAK (doen niet weten of wel)
1 Middagdutje doen, slapen	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Mediteren, ontspanningsoefeningen, bidden, yoga	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Wandelen of een uitstapje maken (alleen)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Wandelen of een uitstapje maken (in gezelschap)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Lezen, denksportspelletjes, modelbouw, hobbycollectie bijwerken, studeren	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Televisie kijken, muziek beluisteren/spelen, computerspelletjes spelen	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Met kinderen/kleinkinderen spelen/bezig zijn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Kaarten of ander gezelschapsspel met anderen	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Bellen naar iemand of gesprek voeren om je hart eens te luchten of bij te praten	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Facebook bezoeken, of andere sociale netwerken	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Bioscoopbezoek	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Discotheekbezoek, bowling, karting, of andere activiteit buitenshuis	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Iets 'extra' lekkers te eten klaarmaken voor jezelf (buiten de gewone maaltijden)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Buitenshuis gaan eten	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Gaan sporten (alleen)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Groepssporten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Erotische of seksuele handelingen zonder partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Erotische of seksuele handelingen met partner	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 Het huis schoonmaken, opruimen, in de tuin werken, huishoudelijke taken doen	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 Snoepen, snacken	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 Snel rijden, bungee springen, rotsklimmen, of andere opwindende activiteiten	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 Gaan shoppen, doorgaans om zaken die niet echt noodzakelijk waren	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 Eén à twee glazen alcohol drinken, doorgaans bij of na het eten	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 Koffie en/of andere cafeinerijke energiedrankjes zoals Red Bull drinken	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25 Roken (sigaretten, pijptabak, ...)	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26 Stelen, gokken, vandalisme	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27 Benzodiazepines gebruiken (kalmeermiddelen, slaapmiddelen, angstonderdrukkers, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28 Softdruggebruik (marihuana, cannabis, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29 Streng diëten, vasten, niet eten, overmatig eten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30 Harddruggebruik (cocaïne, speed, XTC, amfetamines, hallucinogenen, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31 Overmatig alcoholgebruik (meer dan 5 consumpties en vaak tot dronkenschap)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32 Zelfbeschadiging (krassen, kerven, andere vormen van zelfbeschadigend gedrag)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33 Vaak denken aan de dood (zonder concrete zelfmoordplannen)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34 Concrete zelfmoordgedachten of -plannen, zelfmoordpoging	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

OPMERKINGEN

## Voorbeeld 2: het vaak geziene psychiatrische profiel

- Het 'omgekeerde' profiel in landscape positie: een stijgende curve van links naar rechts (of dus van positief naar destructief!!). Er is dus meer destructieve activiteit dan positieve (ergo vermoedelijk score onder de percentiel 25 drempelwaarde van 7, of zelfs negatief!)

Naam: VOORBEELD 2 "PSYCHIATRISCH" Geslacht: ☐ M ☒ V

Geboortedatum: \_\_\_\_\_ Datum invullen: \_\_\_\_\_

INSTRUCTIES 1.2.2

	NOOIT	ZELDEN (1 tot 3 keer per week)	VAAK (4 tot 6 keer per week)	HEEL VAAK (7 tot 10 keer per week)
1 Middag dutje doen, slapen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Mediteren, ontspanningsoefeningen, bidden, yoga	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Wandelen of een uitstapje maken (alleen)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Wandelen of een uitstapje maken (in gezelschap)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Lezen, denksportspelletjes, modelbouw, hobbycollectie bijwerken, studeren	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 Televisie kijken, muziek beluisteren/spelen, computerspelletjes spelen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Met kinderen/kleinkinderen spelen/bezig zijn	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Kaarten of ander gezelschapsspel met anderen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Bellen naar iemand of gesprek voeren om je hart eens te luchten of bij te praten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 Facebook bezoeken, of andere sociale netwerken	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 Bioscoopbezoek	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Discotheekbezoek, bowling, karting, of andere activiteit buitenshuis	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Iets 'extra' lekkers te eten klaarmaken voor jezelf (buiten de gewone maaltijden)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 Buitenshuis gaan eten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Gaan sporten (alleen)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 Groepssporten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 Erotische of seksuele handelingen zonder partner	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 Erotische of seksuele handelingen met partner	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19 Het huis schoonmaken, opruimen, in de tuin werken, huishoudelijke taken doen	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20 Snoepen, snacken	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21 Snel rijden, bungee springen, rotsklimmen, of andere opwindende activiteiten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22 Gaan shoppen, doorgaans om zaken die niet echt noodzakelijk waren	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23 Eén à twee glazen alcohol drinken, doorgaans bij of na het eten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24 Koffie en/of andere cafeïnerijke energiedrankjes zoals Red Bull drinken	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25 Roken (sigaretten, pijptabak, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26 Stelen, gokken, vandalisme	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27 Benzodiazepines gebruiken (kalmeermiddelen, slaapmiddelen, angstonderdrukkers, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28 Softdruggebruik (marihuana, cannabis, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29 Streng diëten, vasten, niet eten, overmatig eten	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30 Harddruggebruik (cocaïne, speed, XTC, amfetamines, hallucinogenen, ...)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31 Overmatig alcoholgebruik (meer dan 5 consumpties en vaak tot dronkenschap)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32 Zelfbeschadiging (krassen, kerven, andere vormen van zelfbeschadigend gedrag)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33 Vaak denken aan de dood (zonder concrete zelfmoordplannen)	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34 Concrete zelfmoordgedachten of -plannen, zelfmoordpoging	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

OPMERKINGEN

	“IN IDEALE OMSTANDIGHE DEN”	SIGNIFIC ANT?	“LAATSTE MAAND”	SIGNIFICA NT?
TOTAAL POSITIEF GEDRAG		JA NEE (<32)		JA NEE (<32)
TOTAAL DESTRUCTIEF GEDRAG		JA NEE (>27)		JA NEE (>27)
TOTAAL SOCIALE ACT		JA NEE (<11)		JA NEE (<11)
TOTAAL SOLITAIRE ACT		JA NEE (>16)		JA NEE (>16)
TOTAAL PASSIEVE ACT		JA NEE (>21)		JA NEE (>21)
TOTAAL ACTIEVE ACT		JA NEE (<15)		JA NEE (<15)
TOTAAL NEIGING MIDDELENGBRUIK		JA NEE (>13)		JA NEE (>13)
TOTAAL NEIGING AFREAGEREN SEKSUALITEIT		JA NEE (laag is <4, hoog is >5)		JA NEE (laag is <4, hoog is >5)
TOTAAL NEIGING ZELFBESCHADIGEND GEDRAG		JA NEE (>14)		JA NEE (>14)
TOTAAL NEIGING SUICIDALITEIT		JA NEE (>3)		JA NEE (>3)
TOTAAL NEIGING GRENDOVERSCHRIJDEN D GEDRAG		JA NEE (>8)		JA NEE (>8)
TOTALE SCORE P <sup>3</sup>		JA NEE (<7)		JA NEE (<7)

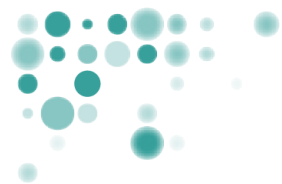
# Implicaties voor de professional

- Beseffen dat niemand onkwetsbaar is! Grenzen (h)erkennen!!! De valkuil van het '**presenteïsme**' vermijden!
- **Bewaak het palliatieve pallet voldoende!!!**
- In de mate van het mogelijke 'repressieve copingstijl' en geen 'emotionele' copingstijl hanteren
- Naar cliënt/werknemer toe: bij zwakkere veerkracht meer als 'at risk' beschouwen! Meer stringente opvolging/ondersteuning! Ook bij privéproblemen!?









# Best practices



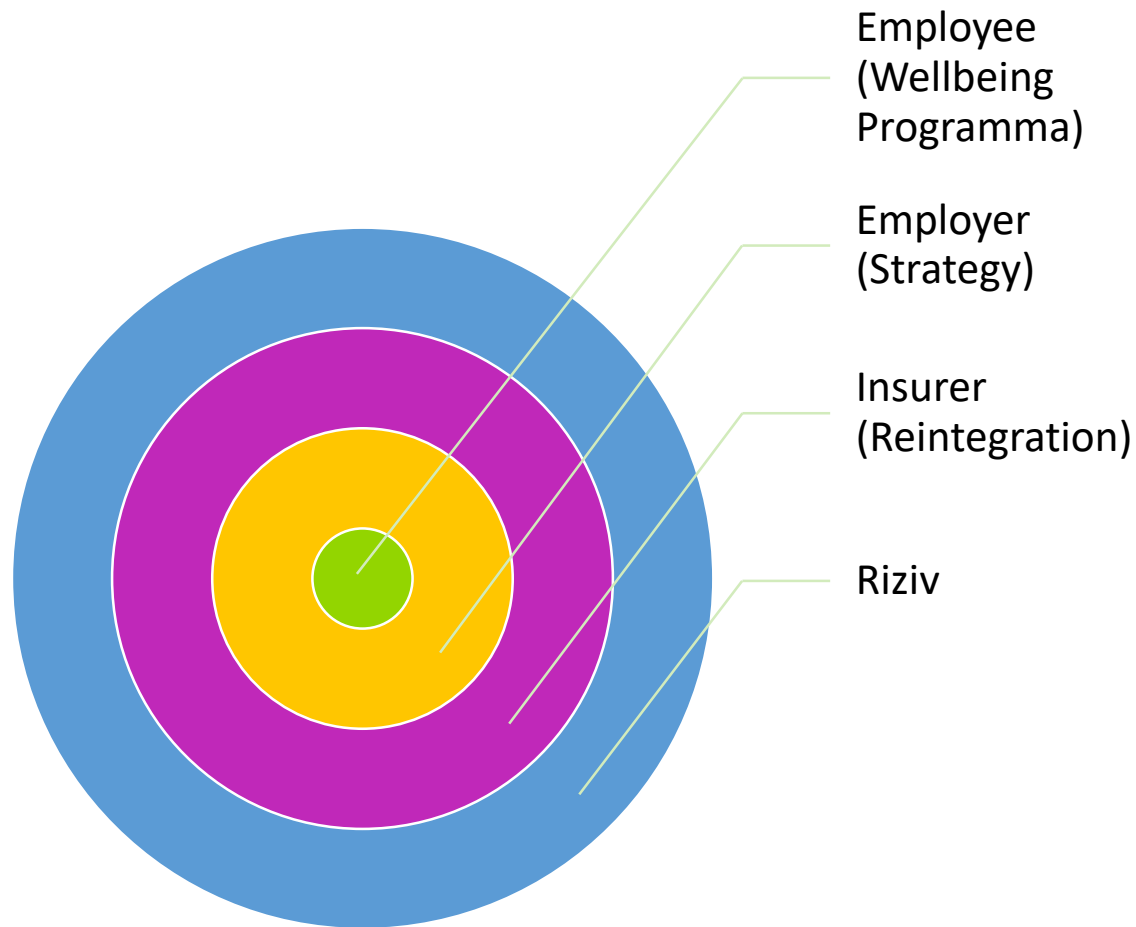
# Best practices

Christine Van Daele – Partena

How to put wellbeing in  
your strategy,  
And strategy into  
wellbeing.







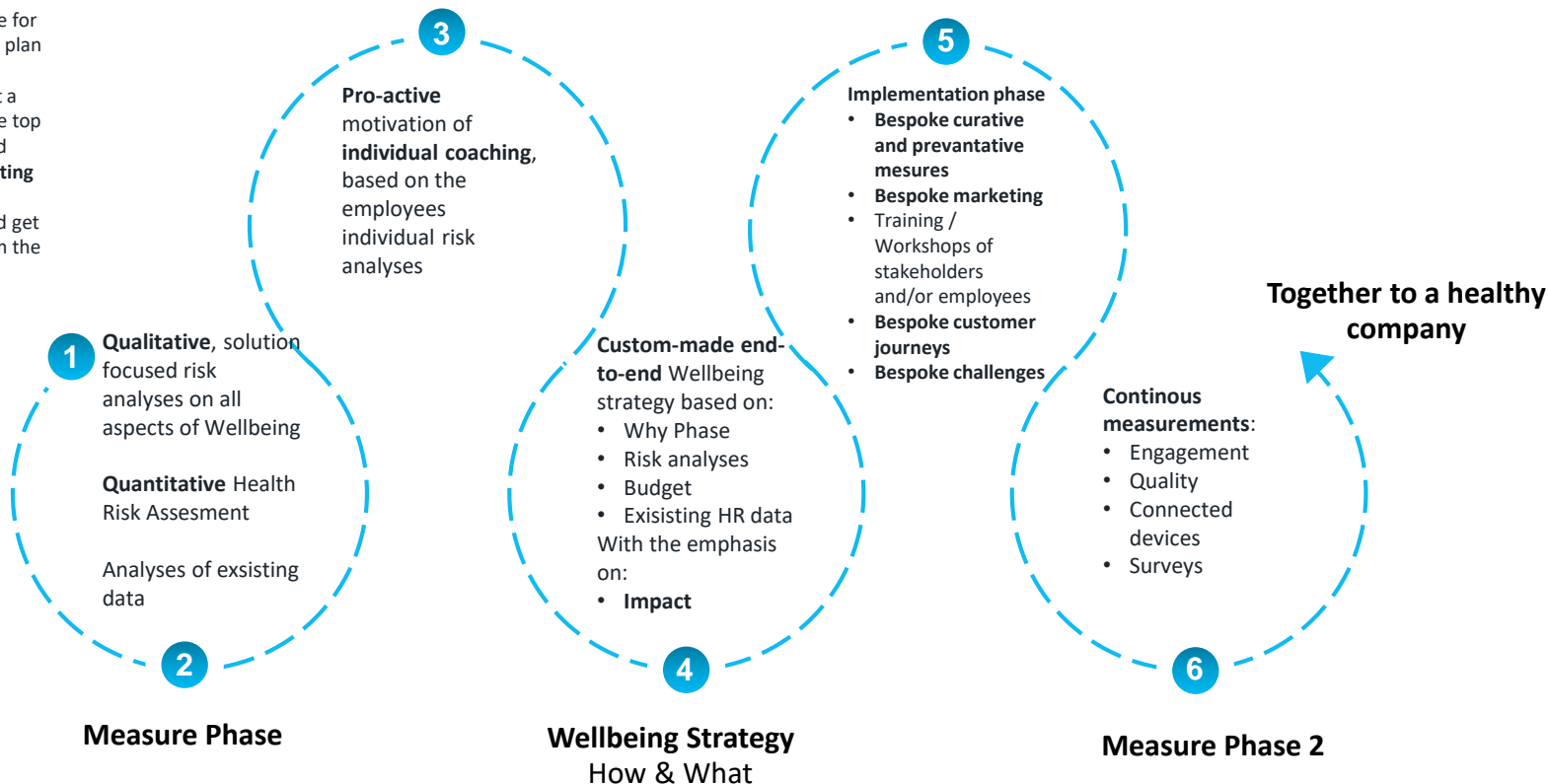
## Why Phase

Create a solid base for a broad wellbeing plan by:

- **Inspire** and get a buy-in from the top
- Inventorise and **reinforce existing processes**
- Inventorise and get the buy-in from the **stakeholders**

## Action Phase 1

## Action Phase 2



# ***Employee experience program***

*Partena Hulp in huis*

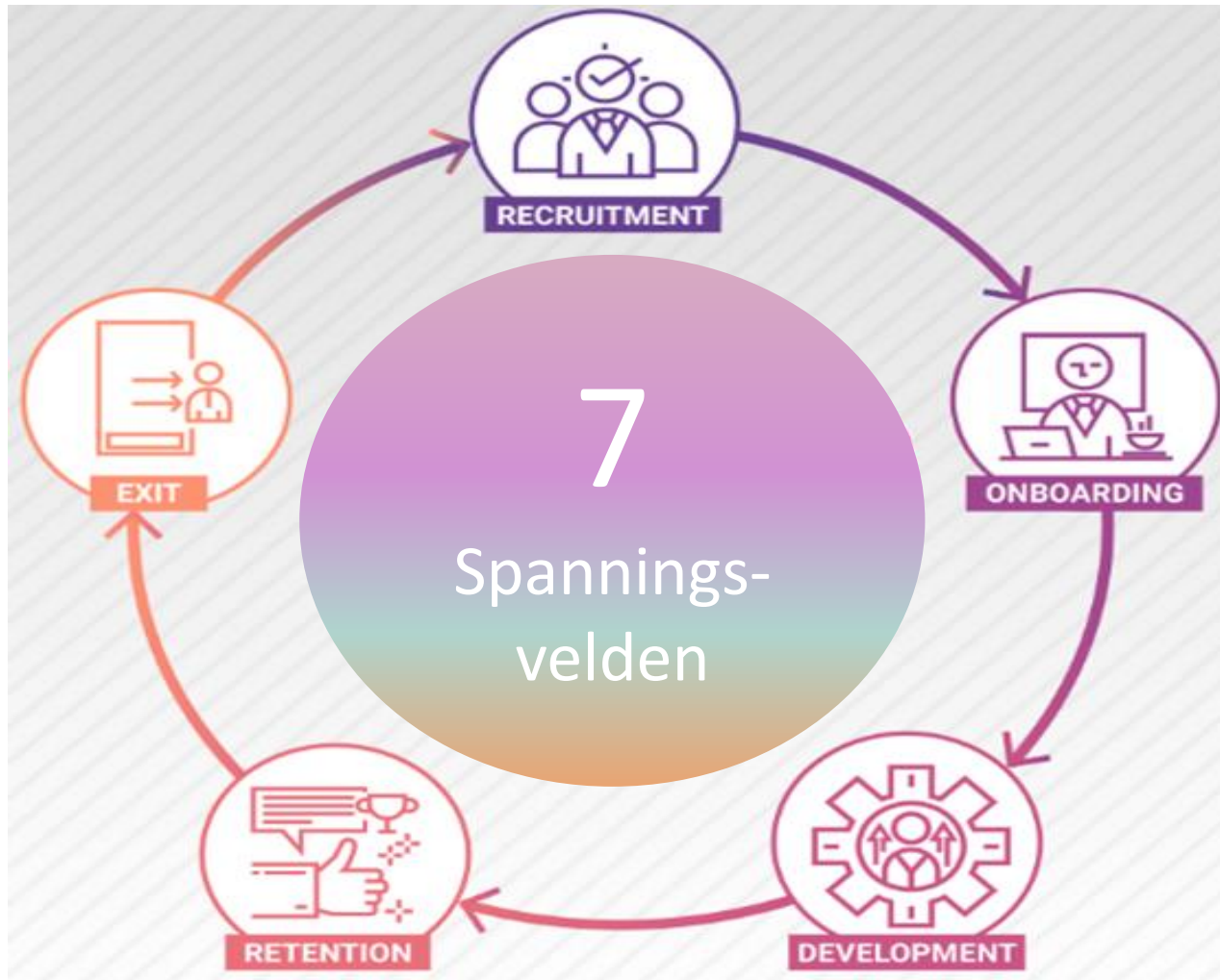


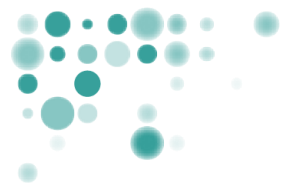


2 miljoen poetsuren/jaar  
2.500 huishoudhulpen  
16.000 klanten









# Best practices

Luc Cooman – Carrefour



# RE-INTEGRATIE

HET VERHAAL VAN HET TOPJE VAN DE IJSBERG

VOKA HEALTH COMMUNITY SESSIE 04 2019

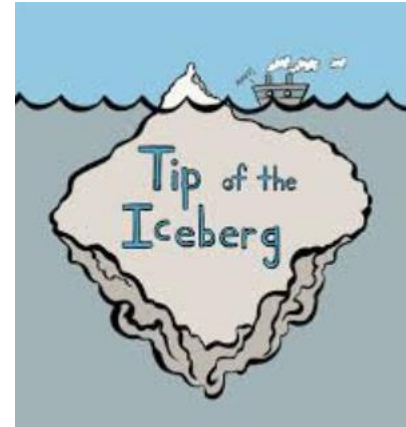
# RE - INTEGRATIE

- Island in the sun?



OF...

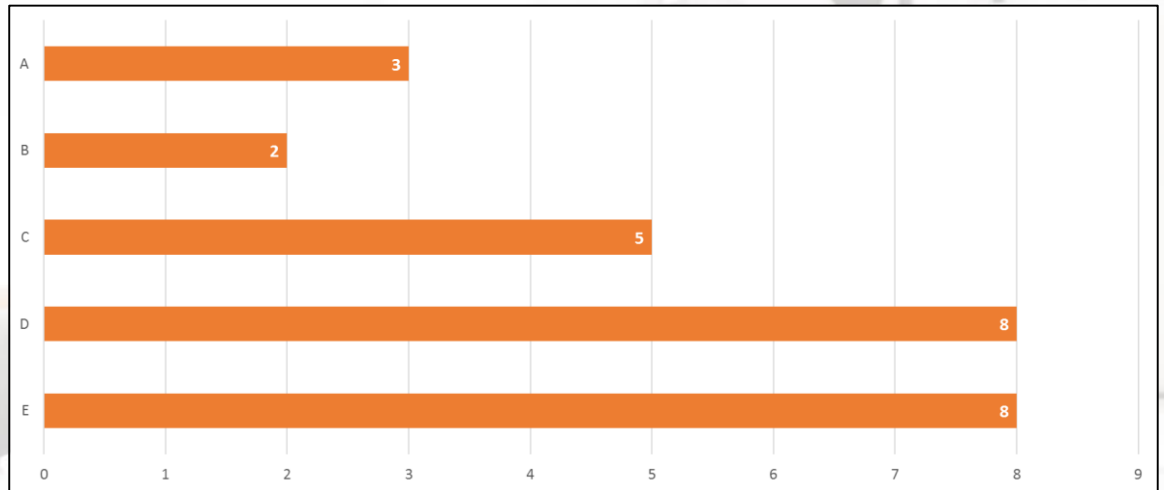
- Iceberg?



# “Formele” trajecten - Iceberg?

## 26 dossiers

- A: 3 (tijdelijk ongeschikt/aangepast werk )
- B: 2 (tijdelijk ongeschikt inapte temporaire/ geen aangepast werk mogelijk)
- C: 5 (definitief ongeschikt/ aangepast werk mogelijk)
- D: 8 (definitief ongeschikt/ geen aangepast werk mogelijk = medische overmacht)
- E: 8 (nog geen opstart traject mogelijk)



# Re-integraties/Globaal kader

1246 werkhervattingsonderzoeken na langdurige afwezigheid

A: 351 (tijdelijk ongeschikt/ aangepast werk )

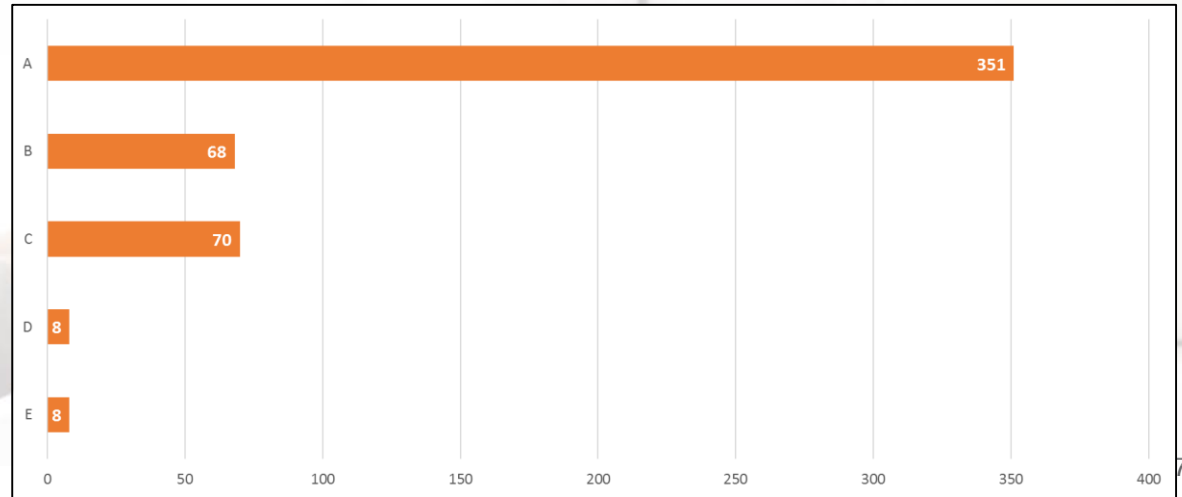
B: 68 (tijdelijk ongeschikt/ geen aangepast werk mogelijk)

C: 70 (definitief ongeschikt/ aangepast werk mogelijk)

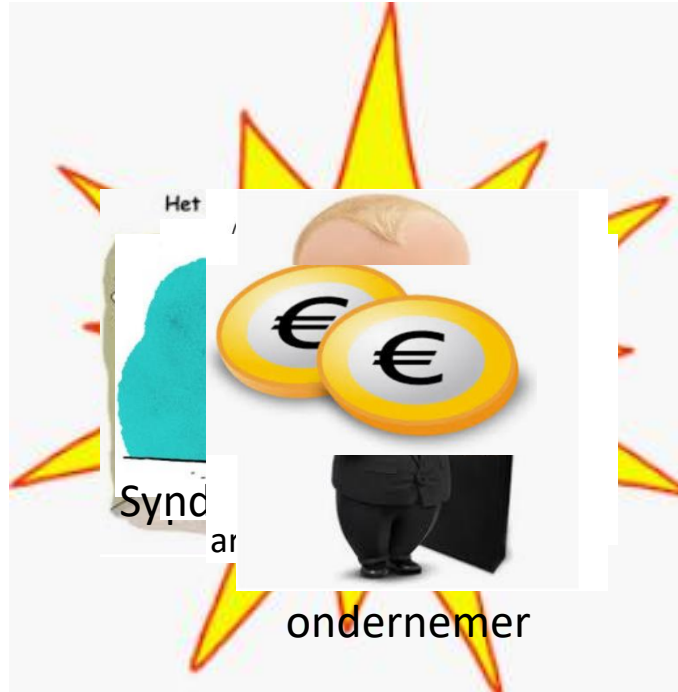
D: 8 (definitief ongeschikt/ geen aangepast werk mogelijk = medische overmacht)

E: 8 (nog geen opstart traject mogelijk)

NVT: 741 (geschikt zonder beperkingen)



## 2. ISLAND IN THE SUN



# 3. PRAGMATISCH EN CREATIEF AANGEPAKT OP HET TERREIN

- Reductie van het historisch hoge aantal periodieke medische onderzoeken.
  - Reden:
    - Onvoldoende ROI
    - Onderbenutting van hooggeschoolde capaciteit (arts).
  - Gevolg : kostreductie : middelen vrijmaken voor andere interventies.
- Focus, op voorafgaandelijke medisch onderzoek:
  - Doel : tijd kopen voor overleg
  - Roadblocks
    - Wettelijk : wettelijk kader werkt dit tegen en zorgt voor kosten verhogend effect
    - Cultuur arbeidsartsen
    - Cultuur leidinggevend personeel
    - Constructie Sociale Zekerheid
    - Cultuur medewerkers
    - Syndicale logica



# 3. PRAGMATISCH EN CREATIEF AANGEPAKT OP HET TERREIN

- Voorkomen van “formele procedure”
  - Te rigide proces dat flexibel case management formaliseert
  - Tijdrovend
  - Top-down
  - Te inefficiënt
- Arbeidsarts vrijgemaakt als moderator
  - Essentiële stakeholders :
    - Collega's
    - Behandelende arts
    - Winkeldirecteur/afdelingsmanager
    - Betrokken medewerker
- Voorafgaandelijk proces als “driver”
  - Diverse contacten en overleg
  - Finaal compromis en engagementen
  - Wettelijk herzieningsonderzoek = formaliteit (roadblock)

## 4. WHAT' S NEXT?

- Avant-gardistisch de grenzen van het kader aftasten, roadblocks challengen en stakeholders met de voeten op de grond houden...
- Case :
  - Fabienne 48 jaar, alleenstaande moeder van 2 kinderen (studenten)
  - Schitterende dame, staat robuust in het leven en is al 30 jaar een fantastische medewerker.
  - Noodlot :
    - Borst kanker – zware mastectomie.
    - Kan geen rekken meer aanvullen boven 1m 50 en kan niet meer aan de kassa. ...
    - Sic .. Inzetbaarheid bij Carrefour?



## 4. WHAT' S NEXT?

- Fabienne
  - Competenties :
    - Zorgzaam
    - Goed gestructureerd
    - Verbaal
    - 30 jaar ervaring in de retail
  - Hulp aan huis .... andere werkgever
- Vraag aan het panel : **EN HOE GAAN WE HIER ALLE ROADBLOCKS OPRUIMEN?**

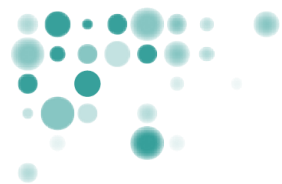




# Politiek debat o.l.v. Bart De bruyn

- Robrecht Bothuyne (CD&V)
- Mieke Schauvliege (Groen)
- Helga Stevens (N-VA)
- Egbert Lachaert (Open Vld)
- Anja Vanrobaeys (sp.a)





# Conclusie

Pieter Van Herck - Voka





# Kennissessie - Artificiële intelligentie: een vloek of een zegen?

Artificiële intelligentie, het buzzword van 2019. U kan er niet naast kijken. Moeten we hier vanuit Voka Health Community een boost aan geven in de beleidsplannen voor zorg, zoals we enkele jaren geleden met mobile health deden? Wat is de evidence? Welke zijn de ethische uitdagingen? En wat moet het beleid doen in de komende 5 jaar om ons land hier voortrekker in te maken? Innovatie-ondersteuning voor AI is in ieder geval op komst. Nu al de betrokken domeinen in zorg nog aan elkaar knopen...

Met bijdrages van o.a. Joost Huiskens (SAS), Alain Thielemans (Vlaio), Tom Van De Putte (Bingli), Ger Janssen (Philips), Lorelien Hoet (Microsoft),...

Praktische info:

- Donderdag 16 mei om 18u @De Montil (Affligem)
- Meer info via <https://www.voka.be/activiteiten/kennissessie-artificiele-intelligentie>







