



"Een problematiek als die van stress en burn-out – veroorzaakt door een complex samenspel van uiteenlopende mechanismen – ga je niet succesvol te lijf met een ééndimensionale aanpak. Dat betekent niet dat alleen ingewikkelde oplossingen helpen.

Wel dat de **aanpak van elke stress-situatie multidisciplinair** moet zijn en gestoeld op een alomvattende visie.

Securex stemt daarbij alle acties op elkaar af. Met oog voor de **gezondheid** van de individuele werknemer én voor zijn **specifieke arbeidscontext**."

Ralph Corbey

Preventieadviseur en bedrijfsarts

Securex Health & Safety

"Werkbelasting, -organisatie en communicatie blijken in grote mate verantwoordelijk voor de spanningsklachten van uw medewerkers. Leer hen omgaan met lastige klanten en bestrijd intimidaties van collega's. **Zorg voor afwisseling** in elke job en gun uw medewerkers **autonomie én ondersteuning**.

Begeleid hen ook bij veranderingen in uw organisatie. Want onthoud: medewerkers die zich goed voelen op hun werk, ervaren minder snel spanningsklachten."

Heidi Verlinden

HR Reseach Expert

Securex

Uw mensen en uw organisatie vrijwaren van stress en burn-out?

Bel 02 729 92 85

of mail naar contact@securex.be.

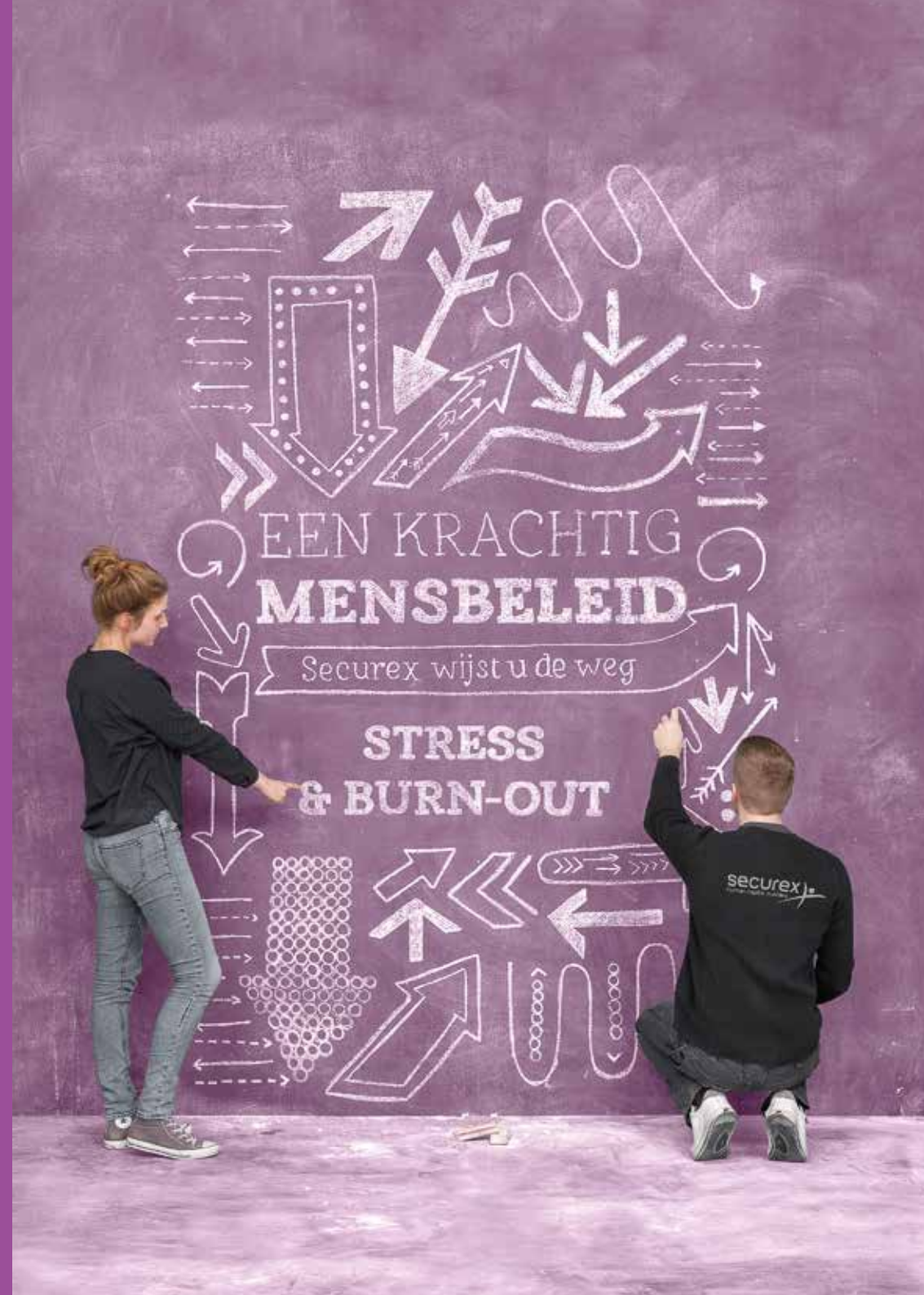
www.securex.be/burn-out

www.securex.be/stress



securex |
human capital matters

Verantwoordelijke uitgever: Groep Securex vzw, Piet Rosseel - Terwurenlaan 43, 1040 Brussel - GN0063 - 201.40225



SMOOR KLEINE EN GROTE STRESSPROBLEMEN IN DE KIEM

met de stress- en burn-outexpertise van Securex



“Een methode om te vermijden dat mijn mensen uitvallen zou goed van pas komen.”

“Ik wil signalen opvangen om mijn teamleden te behoeden voor een burn-out.”

“Mijn organisatie heeft dringend een stressbeleid nodig.”

Als zaakvoerder of HR-manager herkent u zich vast in een van deze situaties. Struikelt u daarbij over de hoe-vraag? Schakel dan Securex Health & Safety in. Onze experts helpen u en uw medewerkers bij **eenvoudige én gevorderde stressproblemen**.

Ze bekijken elke situatie vanuit onze visie op **duurzame inzetbaarheid**: mensen zó ondersteunen dat ze langer kunnen en willen werken. Geëngageerd en in goede gezondheid.

Bijna 50 procent heeft kans op burn-out

Een burn-out wordt maar vastgesteld bij 5 procent van alle medewerkers. Dat terwijl wel 45 procent er risico op loopt. Een onderzoek van Securex (2013) stelt het algemene beeld van de problematiek in België scherp (zie rechts).

2 op de 3 medewerkers ervaren stress op het werk.	1 op de 4 medewerkers heeft spanningsklachten: stressgevoel, minder goede prestaties, kwaaltjes, ...
37 procent van alle afwezigheidsdagen wordt veroorzaakt door spanningsklachten.	Gespannen medewerkers willen sneller een nieuwe job en sneller met pensioen.

Securex staat u bij met advies, begeleiding en opleidingen, wanneer u maar wenst.

Werken aan duurzame inzetbaarheid door stress en burn-out aan te pakken?

Goed idee!

- meer controle over het stressverloop van uw medewerkers
- minder gevallen van burn-out en dalend absentieïsme
- uitgestelde pensioenwens bij uw medewerkers
- gunstig werkgeversimago

Burn-out? Securex verklaart:

Een burn-out is een toestand van **mentale uitputting** bij werknemers. Die is het gevolg van een professionele context of arbeids-situatie waarbij de **balans** tussen de draagkracht van de medewerker en zijn draaglast **structureel verstoord** is.

Wilt u uw **leidinggevenden** wegwijz maken in de problematiek?

Beantwoorden aan de individuele nood van een **medewerker**?

Of een totaaloplossing voor stress toepassen in uw **organisatie**?

Securex biedt ondersteuning op élk niveau.

Alomvattend model voor burn-out

Securex werkte een **geïntegreerde totaaloplossing** uit voor uw organisatie. Daarin focussen we op de autonome motivatie van uw medewerker, en op een bewuste, coachende rol van leidinggevenden. Het doel? De fysieke en mentale gezondheid van uw medewerkers optimaliseren (ability) en hun betrokkenheid en veerkracht op peil houden (agility) (surf naar www.securex.be/burn-out).

Deeltrajecten van alfa tot omega

U bepaalt de koers van uw onderneming. Ook met één module, of een combinatie:

1. **audit**: kwantitatieve en kwalitatieve stressmetingen
2. **visiebepaling en actieplan**: algemeen kader en concrete actiepunten
3. **sensibilisatie leidinggevenden**: trainingen rond daadkrachtig leiderschap
4. **sensibilisatie medewerkers**: sessies en campagnes voor alerte werkkrachten
5. **medische evaluatie en coaching**: hulp voor medewerkers met stress of burn-out
6. **permanente monitoring**: vinger aan de pols, bij elke module

Meer weten?

Surf naar www.securex.be/burn-out en/of www.securex.be/stress.