

## CASESTUDY

### Bevordering van veiligheid en lichamelijke en geestelijke gezondheid op het werk bij een verzekeringsmaatschappij



ORGANISATIE/ONDERNEMING

Zavarovalnica Triglav,  
d.d.

LAND

Slovenië

SECTOR

Verzekeringen,  
herverzekeringen en  
vermogensbeheer

WERKZAAMHEDEN

Werken op kantoor en  
thuiswerken



Bron: Zavarovalnica Triglav, d. d.

## Achtergrond

Zavarovalnica Triglav, d.d. is een multinationale verzekeringsmaatschappij met hoofdkantoor in Ljubljana, Slovenië, en bijkantoren in Bosnië en Herzegovina, Kroatië, Montenegro, Noord-Macedonië en Servië. In juni 2021 telde het bedrijf 2.250 werknemers.

Hoewel kantoorwerk vaak veiliger is dan fabriekswerk, gaat computergebruik gepaard met het risico van aandoeningen aan het bewegingsapparaat (spier- en skeletaandoeningen, SSA's).

Zavarovalnica Triglav, d.d. heeft een aantal maatregelen ingevoerd voor het beheersen en voorkomen van SSA's binnen de organisatie. Volgens het bedrijf is het van cruciaal belang om het bewustzijn te vergroten en werknemers aan te moedigen een gezonde levensstijl te leiden.

## Doel

Het bedrijf wil ervoor zorgen dat werknemers gezond en tevreden zijn op het werk, zich betrokken voelen bij het bedrijf, aan hun persoonlijke ontwikkeling werken en er een gewoonte van maken iets aan hun gezondheid te doen. Dit geldt niet alleen voor het werk op kantoor, maar ook voor werk vanuit huis.

## Wat is er gedaan en hoe?

Binnen het al bestaande systeem voor risicopreventie en -beheer heeft het bedrijf verschillende stappen genomen, waaronder strikte naleving van de wetgeving op het gebied van veiligheid en gezondheid op het werk (VGW), bevordering van de gezondheid op de werkplek en terbeschikkingstelling van persoonlijke beschermingsmiddelen en veiligheidsvoorzieningen. Daarnaast werd het personeel voorgelicht en getraind op het gebied van kantoorwerk en fysieke belasting, goede werkomstandigheden, een ergonomische werkplek en een programma voor de beheersing van chronische aandoeningen.

Specifiek ging het om de volgende maatregelen:

- Het geven van praktische tips voor een veilige en comfortabele werkomgeving thuis;
- Samenwerking met een arbeidsarts om het ziekteverzuim te analyseren, een risicobeoordeling uit te voeren en preventieactiviteiten zoals ergonomische begeleiding en voorlichting te plannen;
- Verstrekking van extra arbeidsmiddelen en accessoires en aanpassing van werkplekken op basis van individuele beoordelingen. Voorbeelden zijn rugzakken met wielletjes, een ergonomische muis, speciale stoelen en zit-stabureaus;
- Verlening van advies en instructies door een VGW-specialist aan werknemers over ergonomische inrichting van de werkplek;
- Verstrekking van folders aan nieuwe werknemers en trainingen om de drie jaar;

- Verstrekking van een affiche met informatie over een correcte zithouding;
- Het aanbrengen van stickers om het gebruik van trappen in plaats van de lift aan te moedigen;
- 15 minuten rugmassage op de werkplek één keer per maand;
- Het opzetten van een programma voor gesubsidieerde gezondheidsdagen met specifieke activiteiten voor jongere en oudere werknemers, zoals spabezoeken;
- Actieve pauzes: lichamelijke oefeningen onder leiding van een sportinstructeur, die twee keer per week worden aangeboden;
- Trainingen voor werknemers, bijvoorbeeld ter bevordering van een actieve levensstijl en een gezonde wervelkolom en bewegingsworkshops door een kinesioloog ter bestrijding van stress en burn-out;
- Bewustmaking via artikelen op het bedrijfsintranet;
- Psychologische ondersteuning voor werknemers in de vorm van counseling;
- Een programma voor werknemerssuggesties, project "Idee IN [innovatie]" genoemd;
- De mogelijkheid voor werknemers met een handicap om gratis gebruik te maken van niet-verhuurde vakantiewoningen van Zavarovalnica Triglav, d.d.

## Wat is er bereikt?



Bron: Zavarovalnica Triglav, d. d.

- Daling van het ziekteverzuim in 2019 (23%) en 2020 (19%)
- 300 werknemers hebben deelgenomen aan de actieve pauzes
- Werknemers zijn meer gemotiveerd en reageren positief op de gezondheidsdagen

## Succesfactoren

Risico's werden voorkomen en tot een minimum beperkt door preventiemaatregelen te combineren met gezondheidsbevordering. Belangrijke factoren zijn onder meer:

- Een holistische aanpak die gericht is op zowel mentale als fysieke risico's;
- gezondheidsbevorderende maatregelen gericht op preventie;
- Sterk leiderschap;
- Uitvoeren van maatregelen op korte- én lange termijn;
- Stimuleren van innovatie door alle werknemers bij het beleid te betrekken en de door hen voorgestelde oplossingen toe te passen.



Bron: Zavarovalnica Triglav, d. d.

## Overdraagbaarheid

De holistische aanpak van preventie van risico's en bevordering van de gezondheid op het werk zou

gemakkelijk kunnen worden overgenomen door bedrijven van verschillende omvang in de lidstaten met personeel dat op kantoor of op afstand vanuit huis werkt.

## Kosten en baten

De investeringen van het bedrijf in werknemerspreventieprogramma's kosten naar schatting ongeveer 150.000 € per jaar. Met dit bedrag worden een verscheidenheid aan programma's en de arbeidskosten van het daarbij betrokken personeel gefinancierd. Door het lagere ziekteverzuim levert de aanpak ook besparingen op.

Programma's en activiteiten op het gebied van personeelszorg zijn gericht op het behoud van de lichamelijke en geestelijke gezondheid van werknemers. De baten voor het welzijn worden gemeten aan de hand van een jaarlijkse enquête naar de vitaliteit van de organisatie (ORVI-index), die hoge scores op de volgende punten liet zien:

- Werknemerstevredenheid
- Kwaliteit van de werkomgeving
- Werknemersbetrokkenheid

## Belangrijkste kenmerken van dit goede voorbeeld

- Het bedrijf heeft een alomvattende en strategische aanpak ontwikkeld en doorgevoerd om de veiligheid en gezondheid op het werk zowel op kantoor als thuis te waarborgen.
- De holistische aanpak is gericht op zowel geestelijke als lichamelijke gezondheid door middel van ergonomische maatregelen, de bevordering van lichaamsbeweging en bewustmaking.
- Verstrekking van op de individuele werknemer toegenomen ergonomische apparatuur.

## Nadere informatie

Meer informatie is te vinden op <https://www.triglav.eu>

*De holistische aanpak is gericht op zowel geestelijke als lichamelijke gezondheid door middel van ergonomische maatregelen, de bevordering van lichaamsbeweging en bewustmaking.*