

Veel aandacht voor arbeid en gezondheid bij het CJIB

In ruim vier jaar tijd heeft het CJIB een breed pakket aan diensten op het gebied van arbeid en gezondheid opgezet voor haar eigen organisatie. Hoe is de ontwikkeling en implementatie van die diensten tot stand gekomen? Welke diensten worden er geboden? Hoe succesvol zijn de programma's? Redenen genoeg om in gesprek te gaan met John Haitsma, een belangrijke initiatiefnemer voor de huidige opzet van de diensten.

TEKST: CAROLINE MANGNUS
BEELD: JAAP SPIEKER



Het CJIB is een uitvoeringsorganisatie van het ministerie van Justitie. De organisatie is in 1990 opgericht en gestart met 5 medewerkers. Nu werken er ruim 900 medewerkers, die zich bezig houden met een uitgebreid takenpakket, waarin naast de incasso- en coördinatietaken, ook het verstrekken van informatie aan andere justitieonderdelen centraal staat. De organisatie heeft een heldere visie op het gebied van arbeid en gezondheid en deze ook in de praktijk gebracht.

Revalidatietraining als uitgangspunt

Het intern Gezondheidscentrum neemt een belangrijke plaats in bij de invulling van het thema gezondheid en preventie. Bij de bouw van het nieuwe gebouw van CJIB in 2003 was al rekening gehouden met ruimte voor een intern Gezondheidscentrum. De insteek was in eerste instantie om het bewegen breed neer te zetten,

partij vinden die de exploitatie kon verzorgen." Na instemming van het directieteam is gekozen om gedurende een jaar een pilot te doen.

Onderzoek met positieve resultaten

Aan deze pilot was een onderzoek gekoppeld, met als hoofdvraag in welke mate deelnemers door het programma van gedrag veranderen op het gebied van bewegingsactiviteiten (zowel algemeen als op de werkplek). De subvraagstellingen waren of deelnemers meer mogelijkheden ervaren (werk en privé), of ze minder gaan verzuimen en of ze de Nederlandse Norm Gezond Bewegen halen. Voor dit onderzoek zijn 44 medewerkers gevolgd die deel hebben genomen aan de revalidatietraining. Uit de onderzoeksresultaten bleek dat de training zowel een positief resultaat had op het gedragsmatige gebied (door meten van gedragsmatige parameters) als op het verzuim.

John aan. "In onze visie is het belangrijk dat de medewerker zelf verantwoordelijkheid heeft. Als team 'Arbeid & Gezondheid' nemen we de medewerker niet aan de arm mee, maar we helpen, coachen en stimuleren, waarbij de medewerker zelf voor zijn/haar eigen gezondheid moet zorgen. Het revalidatieprogramma helpt daarbij. We hebben gekozen voor PróFit People, omdat hun visie het meeste aansluit bij onze visie."

Bij de fitness programma was het uitgangspunt eenmaal per week trainen. In tegenstelling tot de revalidatietrainingen vindt reguliere fitness aansluitend aan het werk of in de pauze plaats. Elke groep bestaat uit maximaal 12 personen. Er zijn vaste uren dat de medewerkers kunnen trainen en verwacht worden. Dit bevordert de groepscohesie, je wordt erop aangesproken als je de vorige keer er niet was. "Een goede stimu-

Het eerste doel daarbij was bewustwording en het inzetten van de gedragsverandering

maar door de financiële druk binnen de overheid werden er andere prioriteiten gesteld en werd de implementatie in de wacht gezet.

"Toen ik als Arbo-adviseur in dienst kwam van het CJIB was het belangrijk om het eerste jaar draagvlak te krijgen bij het management. Er waren mogelijkheden, maar deze werden nog niet benut", aldus John. "We zijn het Gezondheidscentrum in eerste instantie kleinschalig op gaan zetten, door te beginnen met revalidatietraining op basis van verwijzing door de bedrijfsarts. Deze revalidatietraining bestond uit eenmaal per week trainen (onder werktijd) gedurende drie maanden in een kleine groep (maximaal 6) onder begeleiding van een fysiotherapeut. Het eerste doel daarbij was bewustwording en het inzetten van de gedragsverandering. Om die gedragsverandering te realiseren wilden we medewerkers in de programma's motiveren om zelf ook nog extra een of meer keer per week zelfstandig te gaan trainen. Dit uitgangspunt hebben we verder uitgewerkt en voorgelegd aan het directieteam. Immers de accommodatie was aanwezig, het was nu nog een kwestie van investering in apparatuur en een

"Het grote voordeel om te starten met revalidatietraining was ook dat de organisatie op deze manier kennis heeft kunnen maken met revalidatietraining", vult John aan. "Het is dan gemakkelijker om het verder uit te bouwen, want de organisatie (materialen en exploitatie) staat al. Wanneer de resultaten ook positief zijn is een doorstart naar reguliere fitness een logisch vervolg." De positieve resultaten van de training gaven de doorslag voor het directieteam om het programma door te starten. Een Europese aanbesteding was een feit. PróFit People kwam als beste uit de bus.

Aansluiten bij visie

Uitgangspunt voor de doorstart met reguliere fitness buiten werktijd waren de eigen revalidatieprogramma's, zoals die bij de pilot waren gestart. De revalidatietraining bleef centraal staan. Na de pilot is deze wel uitgebreid met werkpleksimulatie en myofeedback training, waardoor de training per keer verlengd werd met een half uur. "Belangrijk voor de keuze van de aanbieder is dat de visie van deze aanbieder aansluit bij onze visie", geeft

John aan. "Bovendien kunnen we de door de redelijk constante groepsgrootte de kwaliteit garanderen."

Tevreden deelnemers

Naast het onderzoek naar gedragsverandering is vorig jaar een tevredenheidsanalyse gehouden onder alle deelnemers. Deelnemers zijn heel positief. Wel blijft er vraag naar extra, specifieke trainingen. "In eerste instantie hebben we wel trainingen aangeboden zoals bewegen op muziek en callanetics", geeft John aan. "Maar het was heel moeilijk om de continuïteit te waarborgen. Bovendien konden de fysiotherapeuten deze trainingen niet geven, waardoor we andere mensen in moesten huren. We hebben daarom besloten om geen specifieke groepslessen meer te doen. Het voorkomt teleurstellingen." Wel is het mogelijk om speciale aandachtsgebieden zoals 'Gezond afvallen' of 'Ski-fit' te integreren in het normale trainingsprogramma. Naast de reguliere training wordt extra informatie aangeboden en het programma wordt qua oefeningen en intensiteit op het thema afgestemd.

Succesvol bewegingsprogramma

Bij het opzetten van dergelijke programma's haakt in eerste instantie de groep aan die al redelijk actief is. Het doel van de opzet bij het CJIB was daarnaast ook de medewerkers met een inactieve achtergrond in beweging te krijgen, en met succes. Op dit moment maakt zo'n 25% van de medewerkers gebruik van het Gezondheidscentrum. "We vinden het een prima resultaat. We proberen natuurlijk om meer medewerkers in beweging te krijgen. Zo is er begin dit jaar een Health check afgenomen, waaraan 300 medewerkers hebben meegedaan. Door deze Health check heeft een andere doelgroep kennis gemaakt met de faciliteiten die we bieden. Van deze groep zijn ook weer medewerkers gaan bewegen in ons Gezondheidscentrum. Bovendien was de motivatie van de al deelnemende groep medewerkers zo hoog om meer te trainen, dat we hebben besloten om ook tweemaal per week trainen mogelijk te maken".

Ook reguliere fysiotherapie

Naast het revalidatieprogramma en de reguliere fitness, is er sinds kort ook een fysiotherapiepraktijk in company, ook wel directe toegang

fysiotherapie (DTF) genoemd. Hierdoor kunnen medewerkers voor de behandeling van fysieke klachten ook binnen het bedrijf terecht, zonder verwijzing. Vanuit de individuele sessies kunnen deelnemers instromen in de revalidatietraining en ook naar de reguliere fitness.

PróFit People vervult een belangrijke rol bij de invulling van de diensten. De drie fysiotherapeuten geven de trainingen, fysiotherapie, voorlichting, brengen het belang van preventie en gezondheid onder de aandacht en zijn ook lid van het team 'Arbeid en Gezondheid'.

Team 'Arbeid & Gezondheid'

Door de implementatie van de maatwerkregeling (1 juli 2005) mag je als werkgever verschillende arbotaken door afzonderlijke deskundigen uit laten voeren in plaats van bij één arbodienst. Het CJIB heeft de maatwerkregeling geïmplementeerd door het inrichten van (het al eerder genoemde) team 'Arbeid & Gezondheid'. Dit team zorgt dat de onderwerpen preventie en gezondheid steeds breder worden gedragen binnen de organisatie. Sinds enkele jaren is het team actief en bestaat uit een bedrijfsarts, een bedrijfsmaat-

schappelijk werker, drie fysiotherapeuten, twee adviseurs 'Arbeid & Gezondheid' en een administratieve medewerker. "Met dit team brengen we het belang van gezondheid en preventie onder de aandacht, maar we spelen ook in op vragen vanuit de afdelingen. Het team geeft advies aan managers in de begeleiding van medewerkers die vragen en/of problemen hebben op het gebied van hun gezondheid. Dit kan zowel curatief als preventief van aard zijn. Daarnaast gaat het team ook in gesprek met medewerkers", legt John uit. "Zo worden er op afdelingsniveau themasessies georganiseerd op het gebied van preventie en gezondheid. De afdeling neemt hierin het initiatief en afhankelijk van de vraagstelling schakelen we de juiste personen van het team hiervoor in. Dit kan bijvoorbeeld een presentatie over leefstijl zijn. In deze presentatie worden dan onder andere leefstijlcomponenten toegelicht en worden stellingen ter discussie voorgelegd. Daarnaast bestaat de mogelijkheid om bij de groep fitheidstesten af te nemen. Door het onderwerp echt naar de medewerker te brengen en door hem persoonlijk met het onderwerp te confronteren, worden deze medewerkers zich steeds meer bewust van preventie en gezondheid."

'Door de Health check heeft een andere doelgroep kennis gemaakt met de faciliteiten die we bieden'



Communicatieplatform

Sinds vorig jaar is de 'Gezondheidsmanager' bij het team 'Arbeid & Gezondheid' geïmplementeerd. De Gezondheidsmanager is een softwareprogramma waarin alle disciplines van het team hun dossier kunnen aanmaken en bijhouden. Het is een communicatieplatform, waarin bekeken kan worden hoe het bijvoorbeeld gaat met het revalidatietraject. In het programma is onderscheid gemaakt in privé, team en openbaar domein. Zo hebben de leidinggevende en de medewerker inzicht in het openbare domein. Zij krijgen hier de rapportages te zien met daarin de adviezen vertaald naar de werksituatie. Ook kan de leidinggevende zelf verslag maken van gesprekken met de medewerker en afspraken die zijn gemaakt.

"De gezondheidsmanager is een mooi platform,"

Draagvlak creëren, verantwoordelijkheid delen en nemen én een goede visie, dragen bij tot het breed gedragen en uitgebreid project arbeid en gezondheid



vertelt John enthousiast. "Op één plek komt alle informatie van alle disciplines samen. In het begin was het wel voortdurend coachen van de betrokkenen om het dossier in het programma bij te houden en geen fysieke documenten meer te gebruiken. Maar het gaat steeds beter. Het mooie van dit systeem is dat elk contact moment, zowel preventief als curatief, wordt vastgelegd. De managementinformatie die we hier uit kunnen halen is enorm. Hier kan je als team weer op gaan sturen."

Tot slot

De afgelopen jaren is er binnen de organisatie CJIB veel gebeurd op het gebied van arbeid en gezondheid. Het uitgebreide dienstenpakket dat vanuit het team 'Arbeid & Gezondheid' is opgezet en door PróFit People wordt aangeboden is daar een mooi voorbeeld van. Draagvlak creëren, verantwoordelijkheid delen en nemen én een goede visie, dragen bij tot het breed gedragen en uitgebreid project arbeid en gezondheid. CJIB zorgt goed voor haar medewerkers. □

Professional Master Fysiotherapie/Oefentherapie bij mensen met chronische ziekten



**Fysiotherapeut:
Specialist worden,
dat wil ik.**

Specialist:

Keuze uit 3 afstudeerrichtingen:

1. Specialist bij Hart-, long- en vaataandoeningen
2. Specialist bij Reumatische- en orthopedische aandoeningen
3. Specialist bij Centraal neurologische aandoeningen

Intensief inhoudelijk onderwijs gekoppeld aan wetenschappelijke competenties.

Innovator:

Kunnen uitvoeren van zorginnovatieprojecten.

1. Analyseren en verbeteren van zorginnovatieprojecten
2. Implementeren, evalueren en borgen van veranderingen
3. Bijdragen leveren in onderwijs of wetenschap
4. Ontwikkelen van de rol van casemanager t.o.v. de behandelaar in het zorgproces

Neem contact op met:

Hogeschool Leiden, Secretariaat Master Fysiotherapie/Oefentherapie
Zernikedreef 11, 2333 CK Leiden, Telefoon: 071-5188273
E-mail: herwaarde.van.h@hsleiden.nl

**Fysiotherapeut:
Innovator zijn,
dat wil ik.**



**Niet volgen
maar Leiden.**

