



ISMA
2018-2021

“Samen Werken aan Oplossingen”

The background features several sets of curved lines in the top-left and bottom-right corners, some solid and some dashed. A large orange speech bubble is positioned on the left side, containing the word 'Toekomst'.

Toekomst

**Samen werken aan
vermindering van stress
&
aan verbetering van de
gezondheid
rond één thema**

Met elkaar aan
de slag

- Deskundigheidsbevordering
- Maar ook: deskundigheid benutten & oplossingen bundelen. Samen aan de slag in multi-disciplinaire werksessies

CONCREET:

→ Werken aan een richtlijn gezondheid en welzijn in *mentale* arbeid

→ **Resultaat: Het uitbrengen van een richtlijn voor de praktijk / advies voor verbetering arbo-wetgeving**

4 kern-thema's

- 1. Mentale gezondheid behouden in werk**
(Hersteltijd, pauzes, energiebronnen op het werk, beeldschermwerk, lichaamsstress vs lichaamsontspanning op het werk)
- 2. Chronische ziekte en werk (mentaal en fysiek)**
(Voorkomen van de meest voorkomende ziektes op het werk [hart- en vaatziekten, diabetes, overspanning, depressie])
- 3. Balans werk / privé**
(Werkuren, tijdsdruk, werken & levensfase, spill-over werk /privé)
- 4. Hoog risico beroepen, fysiek en mentaal**
(Mentale veiligheid vs mentale onveiligheid op het werk, fysieke veiligheid vs fysieke onveiligheid op het werk)

The background features several sets of curved lines in shades of grey and orange, creating a sense of motion and depth. The lines are arranged in a way that suggests a path or a timeline, with some lines being solid and others dashed.

Tijdpad

- **2018-2020: werksessies rond de kern-thema's die risico's + oplossingen in kaart brengen op niveau van maatschappij, organisatie, leiding, werknemer**
- **2021: resultaten bundelen + toetsen in de praktijk**
- **2022: start nieuw thema**



Doe je mee?

- Geef je op voor een (of meer) kernthema
- Stuur je mailbericht naar:
info@stress-management-nl.org
- Vermeld je expertise, ervaring, ideeën,