

Tilburg, 1 november 2018



## **Vijfde Week van de Werkstress in teken van werkplezier**

Werkend Nederland gaat op zoek naar de beste tips voor meer werkplezier

**Van 12 tot en met 15 november wordt voor de vijfde keer de Week van de Werkstress georganiseerd. Dit jaar staat de week helemaal in het teken van preventie en werkplezier. Volgens onderzoek van TNO kan door voldoende werkplezier voorkomen worden dat gezonde werkdruk omslaat in ongezonde werkstress. Tijdens de Week van de Werkstress zetten daarom honderden bedrijven in heel Nederland werkplezier centraal.**

De een haalt werkplezier uit de samenwerking met collega's, de ander vindt autonomie bij de aanpak van het werk of waardering belangrijk. In opdracht van de brancheorganisatie voor duurzame inzetbaarheid, OVAL, is een onderzoek uitgevoerd onder een representatieve groep werkgevers en werknemers naar oplossingen die zij als het meest succesvol zien om werkplezier te verhogen. Hieruit zijn de negen beste tips voortgekomen om het werkplezier te vergroten en werkstress te voorkomen. Er is heel bewust een plek in de Top 10 opengehouden. Plezier in het werk is immers heel persoonlijk. Werkend Nederland gaat samen op zoek naar de tiende tip. Iedereen kan zijn eigen favoriete tip voor meer werkplezier insturen via [info@werkplezietop10.nl](mailto:info@werkplezietop10.nl).

### **Werkplezier Top 10**

1. Geef je medewerkers vrijheid bij de aanpak van hun werk.
2. Steun je medewerkers door oprechte aandacht en betrokkenheid te tonen.
3. Laat je waardering blijken voor het werk van je medewerkers.
4. Bied flexibele werktijden aan als dit mogelijk is.
5. Stem de hoeveelheid werk af op de capaciteit van je medewerkers.
6. Geef je collega's complimenten!
7. Zorg ervoor dat de juiste persoon de juiste klus uitvoert.
8. Investeer in de sterke kanten van je medewerkers.
9. Vier successen; zorg dat resultaten en inzet niet ongezien blijven.
10. ?

## **Bedrijven in actie**

De Week van de Werkstress beoogt dat in zo veel mogelijk bedrijven werkplezier op de kaart wordt gezet. Honderden bedrijven hebben zich inmiddels aangemeld en organiseren allerlei nuttige, leerzame en tegelijk ook leuke activiteiten zoals een boswandeling of bokstraining, maar ook webinars en workshops over werkstress. Naast de Werkplezier Top 10 komen er nieuwe cijfers van TNO beschikbaar over werkstress en werkplezier, zijn er video's met ervaringsdeskundigen en met experts die inspiratie geven en wordt de Werkplezier Tour gehouden. In de Werkplezier Tour laten bedrijven zien hoe zij de tips uit de Top 10 in de praktijk brengen. Zo werken we in deze week samen aan én met werkplezier!

---

## **Over Week van de Werkstress**

Kijk voor meer informatie op [www.werkplezietop10.nl](http://www.werkplezietop10.nl). De Week van de Werkstress wordt dit jaar gecoördineerd door [OVAL](#), branche voor duurzame inzetbaarheid.

### Noot voor de redactie, niet voor publicatie

Op verzoek zijn goede voorbeelden en verhalen van ervaringsdeskundigen beschikbaar. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Dorothé van den Aker, projectmanager Week van de Werkstress: 06-54246688 of [info@werkstress2018.nl](mailto:info@werkstress2018.nl).