



Week van de Werkstress 2020

Meer dan een miljoen mensen loopt jaarlijks het risico op een burn-out. Dat kan duizend-en-een oorzaken hebben en zich manifesteren in evenzoveel symptomen. Maar je kunt als werkgever en werknemer gelukkig ook veel doen om te voorkomen dat gezonde werkdruk omslaat in ongezonde werkstress. In deze Nieuwsflits houden we je op de hoogte van actuele initiatieven, nieuws en ontwikkelingen rond dit thema. Met dit keer wederom veel aandacht voor de stresseffecten van deze coronatijd, thuiswerken en de Week van de Werkstress.

Meer informatie en het laatste nieuws is terug te vinden op onze website. Heb je ook iets dat interessant is om te delen? Mail dan naar info@werkstress2020.nl

Nieuws

Doe mee en meld je activiteit aan voor de Week van de Werkstress

Van 16 tot en met 20 november 2020 coördineert OVAL de Week van de Werkstress. Het centrale thema is dit jaar: Blijf in balans! Op de [speciale campagnewebsite](#) is alle informatie terug te vinden.

We dagen werkend Nederland weer uit om voor de eigen organisatie tijdens of in aanloop naar de week activiteiten te organiseren. Vanwege de bijzondere omstandigheden gaat het dit jaar naast fysieke activiteiten vooral om digitale activiteiten. In de [toolkit](#) en op de [kalender](#) is hier inspiratie voor te vinden. Meld deze initiatieven aan op de [kalender](#), zodat een overzicht ontstaat van de activiteiten in het land en weer als inspiratie kan dienen voor anderen. Ook dienstverleners met een aanbod voor werkenden en werkgevers zijn uitgenodigd om hun activiteit aan te melden.

Daarnaast is het is nog steeds mogelijk om een partnership aan te gaan. Bekijk hier de verschillende [partnerpakketten](#) en neem voor meer informatie contact op via info@werkstress2020.nl of 013 594 4456.

Factsheet Vitaal thuiswerken

Je kunt als werknemer en werkgever een aantal concrete dingen doen om jouw werk-privébalans te bewaken. In deze [factsheet](#), samengesteld door TNO en het Ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid, lees je hoe je een verstoorde balans kunt herkennen én zijn concrete tips voor werknemers en werkgevers opgenomen om in balans te blijven.

Sociale impact thuiswerken groter voor alleenstaanden

De impact van veelvuldig of permanent thuiswerken is voor iedereen anders en wordt mede beïnvloed door persoonlijke omstandigheden en voorkeuren. Zo blijkt uit een onderzoek naar werkgeluk van het Werkgeluk Instituut Nederland in samenwerking met Fontys Hogescholen dat [thuiswerken als gevolg van corona vaker een negatieve impact heeft op medewerkers zonder gezin of partner](#).

Alleenstaanden gaven hun werkgeluk vóór corona een 7,4 en dit is in juni 2020 gedaald naar een 6,9, een significant verschil. Medewerkers met een partner en medewerkers met kinderen beoordelen hun werkgeluk nagenoeg hetzelfde voor en tijdens de coronacrisis. De belangrijkste verklaring hiervoor ligt in de sociale impact. Alleenstaanden missen de sociale contacten op het werk.

De studie laat ook zien dat leidinggevende een cruciale rol spelen in het werkgeluk van de medewerkers. Het op individueel niveau bespreken van de behoeftes van medewerkers en op basis daarvan faciliteren, bevordert het werkplezier en kan uitval van medewerkers voorkomen.

Focus op je loopbaan

Werkend Nederland ging massaal aan de slag met het ontwikkeladvies NL leert door. Weten wat je waard bent, wat je kunt en wat eventuele volgende stappen zijn in je loopbaan voorkomt namelijk stress. En het helpt je om balans te vinden en te behouden. Dat is waar het in de Week van de Werkstress over gaat. Ondanks dat de subsidie voor NL leert door is stopgezet, spelen veel werknemers wel nog met de vraag 'Wat als...?'. Gelukkig geeft [de Nationale loopbaan APK van loopbaanadvies- en coachingsbureau Focus Nederland](#), onderdeel van HumanTotalCare, werkenden inzicht in hun positie en kansen op de arbeidsmarkt. Daarmee sta je stevig, wat er ook komen gaat.



HumanTotalCare is hoofdsponsor van de Week van de Werkstress 2020 voor het subthema Focus. Meer weten over de mogelijkheden om u als partner aan de campagne te verbinden? Check de verschillende partnerpakketten.

Uitslag poll: ervaren werkstress tijdens coronacrisis

In de vorig nieuwsbrief hebben we gevraagd hoe het bij jou zit. Ervaar je meer of minder werkstress sinds de coronacrisis? 56 mensen hebben de poll ingevuld. De resultaten zijn als volgt: ruim 46% ervaart geen verschil, 30% ervaart meer werkstress en 23% ervaart minder werkstress dan voor de coronacrisis. Deze poll laat daarmee zien dat bij de respondenten gemiddeld min of meer gelijk is gebleven. De 30% die een toename van de werkstress ervaart, staat natuurlijk wel symbool voor een groep die extra aandacht vraagt.



Week van de werkstress 2020

Uitschrijven [Bekijk online](#)

Contactgegevens

Postbus 4076

5004 JB TILBURG

Reitseplein 1

5037 AA TILBURG

Telefoon: 013 - 594 44 56

info@werkstress2020.nl
