



InBalans

Aanpak werkdruk in de zorg

**Effectieve
aanpak voor
gezond werk
in de zorg.**

Ga voor meer
informatie naar
inbalansvoordezorg.nl

InBalans verbetert het organisatieklimaat. Dit is de sleutel tot gezond werken.



De hoge werkdruk, toenemende mate van agressie naar zorgpersoneel en een verstoorde werk-privé balans vormen risico's voor de gezondheid van zorgmedewerkers. Er is een bovengemiddeld hoog ziekteverzuim en hoge uitstroom, waardoor de kwaliteit van zorg onder druk komt te staan. InBalans is een bewezen effectieve aanpak die gezond werken in de zorg stimuleert. Met behulp van de aanpak voor teams in de zorg gaan alle lagen van een zorgorganisatie met elkaar in gesprek. Teams zoeken zelf naar oplossingen en gaan over tot concrete actie om gezonder en veiliger te kunnen werken.

Verschillende landelijke initiatieven, schrap-sessies, scholing en aantrekkelijk werkgeverschapsprogramma's zijn al in werking gezet, maar er is meer nodig. De oplossing ligt vaak veel dichterbij huis. Bovendien, de oplossing ligt vaak veel dichterbij huis. Denk aan uw eigen medewerkers! Zij staan dagelijks op de werkvloer en weten het beste hoe zij gezonder kunnen werken. Maar hoe krijg je medewerkers die veel werkdruk ervaren **1)** in staat om tot de benodigde inzichten te komen en **2)** daadwerkelijk in actie?

InBalans doet precies dat. Het geeft medewerkers, ondanks de ervaren hoge werkdruk, de ruimte om te denken, met elkaar te praten, tot creatieve oplossingen te komen en daarmee ook écht aan de slag te gaan.

Resultaten

Wetenschappelijk onderzoek onder 10 zorgorganisaties heeft aangetoond dat het voeren van een oplossingsgerichte dialoog onderstaande resultaten oplevert.

-69%	-14%	+16%
Het aandeel werkgerelateerd verzuim daalt	Medewerkers voelen zich minder emotioneel en lichamelijk uitgeput	Het zelforganiserend vermogen van teams stijgt
+5%	+8%	+15%
Teamleden ervaren een gezonder en veiliger organisatieklimaat	De kwaliteit van zorg neemt toe	Medewerkers vertonen gezonder en veiliger gedrag

Bronkhorst, B (2018). Healthy and Safe Workplaces in Health Care. Examining the role of safety climate. Rotterdam: Erasmus Universiteit Rotterdam.

InBalans zorgt voor:

- ✓ een duurzaam gezondere werkomgeving
- ✓ meer betrokken medewerkers
- ✓ bewezen lager ziekteverzuim
- ✓ een gezonde en aantrekkelijke organisatie
- ✓ minder verloop en meer behoud.

**InBalans is er voor
teams in de zorg.**



InBalans is een effectieve aanpak om gezonder te werken in de zorg. InBalans bestaat uit InDialoog en InActie. De gecombineerde aanpak maakt specifieke problemen waar teams tegenaan lopen bespreekbaar en zet concrete gedragsverandering in gang. Dit leidt tot minder verzuim en een gezonder en veiliger organisatieklimaat.

InBalans bestaat uit InDialoog en InActie.

InBalans bestaat uit InDialoog en InActie. InDialoog faciliteert teams om via een continue dialoog inzichten te verkrijgen in mogelijke oplossingen om gezond te werken. InActie stimuleert medewerkers via het onderbewuste tot het gewenste gedrag om deze oplossingen opvolging te geven.



InDialoog

InDialoog is een bewezen effectieve aanpak voor het voeren van een oplossingsgerichte dialoog. Teams gaan in gesprek met elkaar, leidinggevenden en bestuur. Er ontstaat meer onderling begrip, vertrouwen en duidelijkheid en er wordt naar passende oplossingen gezocht om de knelpunten aan te pakken. Zodra teams, leidinggevenden en een bestuurder bewust en open met elkaar in gesprek gaan, blijken voor bijna alle problemen oplossingen te zijn.

Dit onderdeel is ontwikkeld en getoetst door IZZ. IZZ maakt zich sterk voor gezonde zorgmedewerkers en gezonde zorgorganisaties.



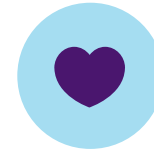
InActie

Het gesprek dat InDialoog op gang brengt moet leiden tot concrete veranderingen. InActie helpt teams actief hun gedrag te veranderen en gewenst gedrag aan te leren. InActie stimuleert - met behulp van on- en offline materialen - de benodigde gedragsverandering richting het gewenste gedrag en maakt daarbij gebruik van de wetenschappelijk bewezen Behavioural Design-methodiek.

Dit onderdeel wordt uitgevoerd door Inhealth. Inhealth is een creatief bureau dat organisaties helpt rondom vitaliteit, gezondheid en inzetbaarheid.

Uitgangspunten

Hoewel veel teams in de zorgsector tegen dezelfde problemen aanlopen, is de oplossing niet zo eenduidig. InBalans is een aanpak op maat, die effectief is dankzij een aantal uitgangspunten:



Voor en door teams in de zorg

InBalans gaat uit van de kennis en het oplossingsvermogen van het team. Zij staan dagelijks op de werkvloer, weten waar de uitdagingen liggen en hoe die het beste kunnen worden aangepakt. Elke stap in het proces wordt genomen door of samen met het team: zij bepalen wat, waar en wanneer. Ook bepalen zij wat ze daarvoor nodig hebben en hoe ze in actie gaan komen.



Met steun en medewerking van de bestuurder

Teams en bestuurders werken nauw samen. Continue betrokkenheid en directe ondersteuning van de bestuurder zorgt voor draagvlak en slagkracht binnen de gehele organisatie, de benodigde bronnen en de beslissingsbevoegdheid om de aanpak ook op de langere termijn succesvol in te zetten.



Oplossingen bedenken én tot uitvoer brengen

Met elkaar praten zorgt ervoor dat problemen boven tafel komen, oplossingen worden bedacht en nieuwe ideeën loskomen. InBalans zorgt dat deze worden omgezet in concrete acties en aanpassingen die de werkdruk daadwerkelijk verlagen. Daarbij wordt gebruik gemaakt van verschillende (digitale) tools die het gewenste gedrag - bewust en onbewust - positief stimuleert.





De aanpak

InBalans bestaat uit drie rondes. In elke ronde behandelt het team een eigen gekozen onderwerp binnen het thema 'gezond werken'. Denk bijvoorbeeld aan werkdruk, agressie richting zorgmedewerkers, werk-privé balans, weerbaarheid of verzuim. Elke ronde bestaat uit de volgende vier stappen:



Stap 1



In stap 1 **'Teampeiling en coaching'** bereiden de medewerkers zich voor op de Teamdialoog door hun mening te geven in een korte peiling van enkele stellingen. Teamleiders bereiden de dialoog voor tijdens een teamcoaching sessie gericht op het voeren van een optimale teamdialoog.

Stap 2



In stap 2 **'Teamdialoog'** gaat het team met elkaar in gesprek over de uitkomsten van de peiling en de issues die hieruit naar voren komen. De teamleider begeleidt dit gesprek.

Stap 3



In stap 3 **'Bestuurder op de werkvloer'** gaat een bestuurder of directeur langs bij het team om in gesprek te gaan over de uitkomsten van de Teamdialoog.

Stap 4

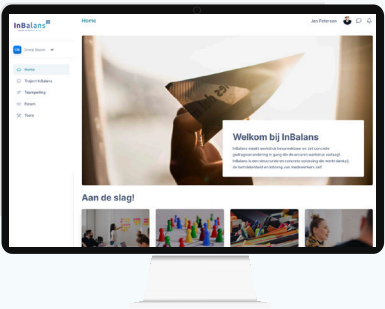


In stap 4 **'In actie'** gaan medewerkers, geholpen door tools die InBalans biedt, actief aan de slag met de bedachte oplossingen.

Na afloop van de rondes wordt de aanpak geevalueerd en, indien gewenst, vast onderdeel gemaakt van de werkwijze van het team en dat van alle andere teams binnen de organisatie.

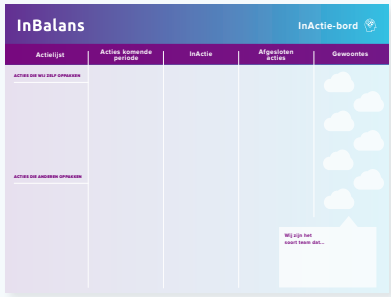
Tools

InBalans wordt zelfstandig door teams uitgevoerd, met behulp van verschillende (digitale) tools. Dit zijn materialen om medewerkers te stimuleren om bepaald gewenst gedrag te vertonen. Bekijk hier een overzicht van de beschikbare tools.



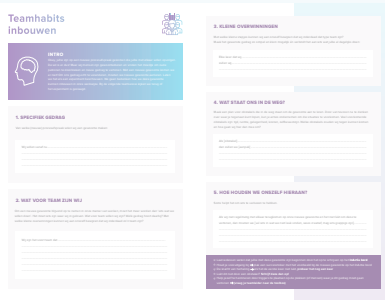
InBalans portaal/ app

Alle onderdelen van InBalans worden ondersteund door een online platform en bijbehorende App. Het platform is een digitale verzamelplaats voor materialen, doelgroepspecifieke informatie, tips en een forum. Het platform is tevens een App, te downloaden voor mobiel gebruik.



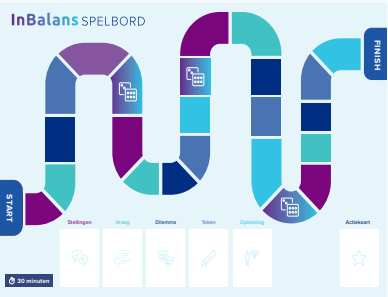
Inactie-bord

Dit hulpmiddel kan worden ingezet om de stand van zaken tussen teamdialogsessies door inzichtelijk te maken. Het bord zet aan tot het uitvoeren van de bedachte acties.



Team Habits

Met deze effectieve tool worden procesafspraken vastgelegd en nieuwe gewoontes gevormd.



Bordspel

Deze creatieve werkvorm daagt teams uit te denken in mogelijkheden en zelf met creatieve oplossingen te komen om werkdruk te verminderen.



Catalogus

Deze catalogus staat vol inspiratie om kleine (en grotere) aanpassingen te doen in de werkomgeving die medewerkers én cliënten tot rust brengen.



Nudge tools

In deze fysieke box zitten materialen om medewerkers te herinneren en te stimuleren bepaald gedrag te vertonen.

Voor wie is InBalans geschikt?



Teams in de zorg

Werken in de zorg brengt specifieke problemen met zich mee. De kwaliteit van de zorg staat onder druk door de hoge werkdruk, verstoorde werk-privé balans en toenemende mate van agressie richting zorgpersoneel. Door InBalans gaan teams met elkaar in gesprek en dragen ze zelf creatieve oplossingen aan om mee aan de slag te gaan.



Teamleiders

Teamleiders kampen met bovengemiddeld hoge verzuim en vertrekcijfers. De teamleiders leren in een teamcoachingsessie hoe ze het proces van een oplossingsgerichte dialoog effectief kunnen leiden. Onderleiding van de teamleider gaat het team in gesprek over meningen, ideeën en knelpunten rondom gezond werken.



Bestuurders

Door hoge verzuim en vertrekcijfers staat de kwaliteit van zorg onder druk. De bestuurder komt op de werkvloer om met het team te praten over gezond werken en de gewenste oplossingen. Waar nodig en mogelijk neemt de bestuurder direct besluiten om problemen op te lossen die in de weg staan.

Praktische informatie

De looptijd van InBalans is zes maanden. In dit halfjaar gaan maximaal zeven teams zeven teams van één zorgorganisatie aan de slag met InBalans.

Tijdens de voorbereidingsfase worden alle logistieke en organisatorische processen geregeld. Ook worden de juiste mensen verzameld. Tijdens de realisatiefase vindt de teampeilig en dialoog plaats en komt de bestuurder op de werkvloer. De tools van InActie worden tevens ingezet. Tijdens de borging vindt een evaluatie plaats en wordt naar vervolgstappen gekeken.

Hoe lang duurt InBalans?



- Vorbereidingsfase** - 4 weken
- Realisatiefase (3 rondes)** - 16 weken
- Borgingsfase** - rest van de periode

Projectteam binnen deelnemende zorgorganisatie:

- Projectleider
- Communicatiemedewerker
- Administratieve ondersteuner
- HR, arbo- en/of gedragsdeskundige
- Eventueel een teamleider en (twee) zorgmedewerkers

Deelnemers

- Zorgmedewerkers
- Teamleiders (leidinggevende of Taakverantwoordelijke)
- Bestuurder

Kosten

Voor deelname aan InBalans (met een maximum van zeven teams per organisatie) worden onderstaande kosten doorbelast. Het is mogelijk een aantal extra modules af te nemen om het aanbod aan te laten sluiten op de vraag en de organisatie. Voorzetten van InBalans na zes maanden is mogelijk tegen gereduceerd tarief. Neem contact op om de mogelijkheden voor jouw organisatie te bespreken.

Wat leveren we?	InBalans	InBalans +
Algemeen	✓ Ondersteuning advies/projectleider ✓ Training projectteam ✓ Communicatiemiddelen (brochure, handleidingen, boomerangkaarten, posters, etc.)	✓ Interim projectleider InBalans
InDialoog	✓ Gebruik methodiek InDialoog ✓ Coaching teamleiders	
InActie	✓ Op maat gemaakt App en online platform, inclusief: ✓ Vragenlijst module ✓ Programma module ✓ Forum module ✓ Monitoring ✓ Support via telefoon, chat en email ✓ Mails en pushberichten ✓ Segmentatie diverse groepen medewerkers ✓ Overige tools (InBalans bordspel, InActie-bord, Team Habits, catalogus & nudge tools)	✓ Onboarding module voor nieuwe medewerkers ✓ Reboarding module om medewerkers veilig en gefaseerd naar de werkplek terug te laten komen ✓ Kantoorplanner module om de werkplek te reserveren
Eenmalige kosten	€24.000	Op basis van wensen
Abonnementskosten (6 maanden, tot 250 gebruikers)	€2.000	Op basis van aantal gebruikers
Totaal	€26.000*	Tarieven op aanvraag

* excl. BTW en reiskosten.



Bestuurder:

“Het is buitengewoon waardevol dat we **zaken die niet lopen aanpakken** en niet meer voor lief nemen! We gaan ermee door.”

Medewerker:

“In de dialogen maakten we per keer een top drie van **punten die we bespreekbaar wilden maken met de bestuurder**. En dan blijkt dat sommige dingen **makkelijk op te lossen** zijn.”

Wil je meer weten over InBalans en gezond werken in jouw organisatie stimuleren?

Neem een kijkje op de website voor actuele informatie (www.inbalansvoordezorg.nl) of neem vrijblijvend contact op met **Birre van Esveld** (06 - 22 63 99 84) of **Marc Spoek** (06 - 30 01 46 24).

Dit programma wordt uitgevoerd door:



IZZ. Het ledencollectief van mensen in de zorg.