

## Sfeerverslag event 'Duurzame inzetbaarheid: goed op weg!' op 16 mei 2017

Op 16 mei jl. organiseerde Ambulancezorg Nederland (AZN) het event 'Duurzame inzetbaarheid: goed op weg!'. Circa 140 personen uit de ambulancesector reisden af naar De Rijtuigenloods in Amersfoort en namen deel aan deze bijeenkomst.

De ambulancesector besteedt al geruime tijd aandacht aan duurzame inzetbaarheid. In 2014 is het event 'Stippel de route uit naar duurzame inzetbaarheid' georganiseerd. Tijdens dit event werden ideeën opgehaald bij medewerkers over de wijze waarop medewerkers duurzaam ingezet kunnen worden. Deze ideeën zijn ook gebruikt bij de onderhandelingen over de cao ambulancezorg. Vervolgens zijn de afspraken die gemaakt zijn over duurzame inzetbaarheid opgenomen in de cao. Verschillende RAV's hebben de afgelopen periode stappen gezet om duurzame inzetbaarheid vorm te geven. Om de weg die de ambulancesector heeft ingeslagen verder te vervolgen, werd deze dag georganiseerd. Er waren verschillende functionarissen aanwezig: directeuren, leidinggevenden, HR professionals, ergocoaches en leden van de bedrijfsopvangteams. Het programma was interactief met veel onderlinge uitwisseling. De deelnemers konden kiezen uit vijftien workshops. Het veelzijdige aanbod werd gewaardeerd en ook de bijzondere locatie viel in de smaak bij de deelnemers. Er was de hele dag een cartoonist aanwezig.

### Plenair deel

Hans Simons, voorzitter van Ambulancezorg Nederland, opende de bijeenkomst.



Vervolgens verzorgde Tinka van Vuuren, hoogleraar Vitaliteitsmanagement, een korte introductie over het thema duurzame inzetbaarheid. Zij lichtte o.a. de maatregelen toe die volgens de laatste wetenschappelijk inzichten het beste werken om duurzame inzetbaarheid van medewerkers te bevorderen. Ze ging onder meer in op het onderwerp 'sturen op eigen regie' en daarnaast deelde ze voorbeelden om medewerkers op een innovatieve manier een duwtje in de goede richting te geven (nudging).



Na de inhoudelijk inleiding door Tinka stond een Omdenkclicin op het programma. Omdenken is een manier van denken waarmee je van een probleem een mogelijkheid maakt. Hierdoor kregen de deelnemers nieuwe inzichten om met het thema duurzame inzetbaarheid verder aan de slag te gaan.

### **De workshops**

Na het plenaire gedeelte werden er vijftien verschillende workshops aangeboden. De deelnemers draaiden mee met drie workshops. Voor iedere doelgroep was een route uitgestippeld. Op de route kwamen de deelnemers langs eigen functiespecifieke workshops.

#### Duurzame inzetbaarheid: het belang van een goede dialoog

Marieke van Essen van A-advies gaf een overzicht van de laatste inzichten op het thema duurzame inzetbaarheid en gaf aan waarom het voor werkgevers en werknemers een belangrijk thema is. Er is veel aandacht voor het thema duurzame inzetbaarheid in organisaties, maar in de praktijk blijkt het soms lastig om daadwerkelijk resultaten te boeken. Hoe zorg je voor bewustwording en actie onder medewerkers ten aanzien van hun eigen inzetbaarheid? Het gesprek tussen leidinggevende en individuele medewerkers speelt hierin een cruciale rol. In deze workshop kregen de deelnemers op een interactieve wijze handvatten hoe deze permanente dialoog gestimuleerd kan worden en hoe de bewustwording ten aanzien van het thema duurzame inzetbaarheid groter wordt. Diverse praktijkvoorbeelden uit andere sectoren, van de industrie tot de overheid, werden aangehaald om deelnemers te inspireren.

### Leefstijl en ethiek

Er is een groeiend wetenschappelijk inzicht dat gezondheid mede bepaald wordt door gedrag. Moeten overheid, werkgevers en verzekeraars maatregelen nemen om de leefstijl van burgers gezonder te maken? Regelmatig ontstaat debat over de wenselijkheid en onwenselijkheid van het beïnvloeden van leefstijl. Hoe ver kunnen, mogen of moeten werkgevers gaan in het bevorderen van een gezonde leefstijl van werknemers? Wanneer is inbreuk op de vrijheid van de werknemer legitiem? Wat mag je wel aan de orde stellen als HR-professional en leidinggevende wat betreft de leefstijl en wat niet? Tinka van Vuuren, hoogleraar Vitaliteitsmanagement, vertelde tijdens deze workshop meer over de wetenschappelijke inzichten op dit terrein en daarnaast was er ruimte om met elkaar de discussie aan te gaan.

### Duurzame inzetbaarheid in de ambulancepraktijk I

De ambulancesector besteedt al geruime tijd aandacht aan duurzame inzetbaarheid. Verschillende RAV's hebben de afgelopen periode stappen gezet om het thema vorm te geven binnen de eigen organisatie en deelden de opgedane ervaringen. Witte Kruis vertelde meer over de inzet van de Duurzame Inzetbaarheidsindex (DIX) en het online platform van de Zorgverzekeraar.

UMCG Ambulancezorg deelde de ervaringen met de inzet van de HealthCoin. Tot slot kwam de aanpak van

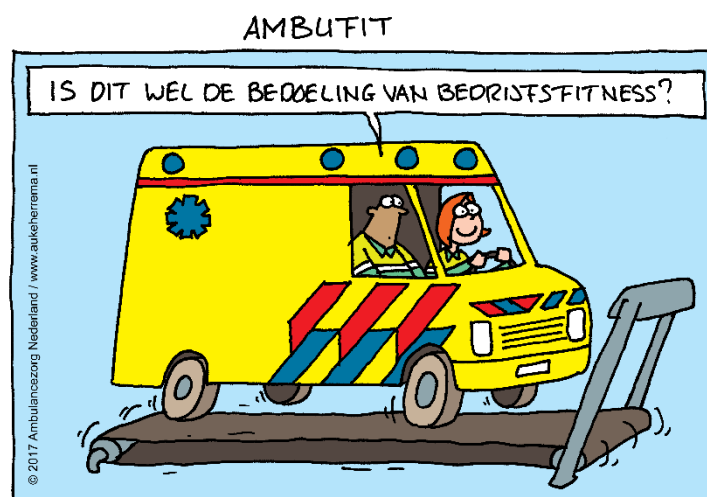
Ambulance Amsterdam aan bod die gebruik maken van een inzetbaarheidscoach.



### Duurzame inzetbaarheid in de ambulancepraktijk II

De ambulancesector besteedt al geruime tijd aandacht aan duurzame inzetbaarheid. Verschillende RAV's hebben de afgelopen periode stappen gezet om het thema vorm te geven binnen de eigen organisatie en deelden de opgedane ervaringen. RAV IJsselland deelde de ervaringen met de inzet van Ambufit.

Ambulancegroep Fryslân vertelde meer over de inzet van de draaischijf duurzame inzetbaarheid. Tot slot kwam de Rotterdamse aanpak van de BIOS-groep aan bod. Zij hebben met behulp van een ESF subsidie het beschikbare instrumentarium geïnventariseerd en uitgewerkt wat nog nodig is richting de toekomst.



### Ontwikkeling handreiking voor de collegiale opvang ambulancezorg

In samenwerking met de geüniformeerde diensten van Nederland, heeft Stichting Impact in 2010 de 'Richtlijn Psychosociale Ondersteuning Geüniformeerden' ontwikkeld. Deze richtlijn geeft handvatten en instrumenten aan leidinggevend en hulpverleners voor de organisatie van de collegiale opvang binnen de geüniformeerde beroepen. Tijdens deze workshop werd onder leiding van Jurriaan Jacobs, beleidsadviseur bij Stichting Impact, een start gemaakt met het vertalen van de richtlijn naar een handzame en praktische handreiking voor het BO-team in de ambulancezorg. Het doel is om de richtlijn 'wit te maken' waarbij de handreiking aansluit op de werkwijze van de RAV's. De deelnemers gingen in kleine groepen aan de slag met het formuleren van de huidige werkwijze en het formuleren van de ideale werkwijze.



### Het belang van sociale steun

Tijdens deze workshop kregen deelnemers op een laagdrempelige en interactieve manier kennis en inzicht over de rol die sociale steun speelt bij ondersteuning en opvang bij schokkende gebeurtenissen. Evelien Moolenaar, senior trainer/adviseur bij het Instituut voor Psychotrauma (IVP), stond stil bij de rol die het BO-team kan spelen in het faciliteren van deze steun. Deelnemers aan deze workshop ervoeren zelf wat een steunende of niet steunende houding is. Verder deelde Evelien theoretische en wetenschappelijke inzichten over sociale steun en wat dit betekent voor het BO-team. Vervolgens werden de deelnemers tijdens een interactieve discussie aan het denken gezet over hoe zij het onderwerp sociale steun kunnen integreren in hun rol als collegiaal ondersteuner.

### Doorwerken na ingrijpende gebeurtenissen

Ingrijpende gebeurtenissen kunnen invloed hebben op het continueren van de werkzaamheden. Besteden we hier bij de opvang van medewerkers voldoende aandacht aan? Wanneer en hoe maak je het continueren van werkzaamheden bespreekbaar? Hoe kun je als lid van het BO-team hierin samenwerken met leidinggevend en juist niet? Peter van Loon, adviseur op het terrein van crisis, stress en trauma, ging tijdens deze interactieve workshop in op deze vragen. Hij stelde hierbij diverse praktijkcases aan de orde.

### De ins en outs van fysieke belasting

Als ergocoach weet je zo langzamerhand prima hoe je moet coachen en wat je moet adviseren. Maar als je in een discussie verzeilt raakt met een collega, is je kennis misschien soms wat beperkter dan je zou willen. In deze workshop ging Nico Knibbe, bewegingswetenschapper bij LOCOMotion, dieper in op de achtergronden van fysieke belasting. Wanneer en waarom is iets nou precies te zwaar en wat zijn de fysieke gevolgen?

### Verplaatsingen binnen de grenzen van het bed van de obese patiënt

Steeds meer patiënten hebben morbide obesitas (oftewel zeer ernstig overgewicht). Hoe kun je als ambulancemedewerkers deze patiënten met eenvoudige materialen verplaatsen? Waar houd je rekening mee? Wat heb je nodig aan hulpmiddelen en mankracht? Hoe is de bejegening? Tijdens deze workshop werd geoefend met een XL model van de Nederlandse Obesitas Vereniging. Deelnemers gingen praktisch aan het werk met zijwaarts verplaatsen, draaien naar een zijligging, verplaatsen van benen en transfer van bed naar brancard. De workshop werd verzorgd door Suzanne Rambags, trainer bij Zwaartepunt.



### Goed contact maakt zorgen lichter!

Haptonomisch werken leert je met de juiste vaardigheden steeds meer te bereiken met je patiënt zonder fysieke overbelasting voor jou en je collega's. De patiënt spreek je zoveel mogelijk aan op zijn of haar mogelijkheden. Jij vult aan waar dat nodig is. Haptonomie geeft je handvatten. Door uit te nodigen en écht contact te maken, maak je de zorghandelingen voor zowel de patiënt als jezelf 'lichter'. Tijdens de workshop ontdekten de deelnemers hoe je met eenvoudige handelingen nog bewuster aan de slag kunt met je patiënt. René Steenbeek, trainer bij de Academie voor Haptonomie, liet de aanwezigen tijdens deze praktische workshop ervaren hoe het is om haptonomisch te werken en daardoor de fysieke overbelasting te verminderen.

### Een leven lang leren

De belangrijkste factor om als medewerker duurzaam inzetbaar te zijn is met voorsprong: opleiden. Die uitkomst lijkt logisch. Toch kijken veel medewerkers uit zichzelf onvoldoende naar opleidingen. Dat leren tegenwoordig niet ophoudt bij het behalen van het middelbare schooldiploma weten we allemaal. Maar hoe doe je dat vervolgens? Hoe maak je leren aantrekkelijk voor iedereen, of je nu 25 of 55 jaar oud bent? Hoe zorg je ervoor dat er binnen de organisatie niet alleen aandacht is voor het vakinhoudelijk leren, maar dat er ook aandacht is voor opleidingen die aansluiten bij loopbaan- perspectieven? En hoe voer je het gesprek hierover met medewerkers? In deze workshop ging Lilian Woudstra van A-advies hier verder op in en werd onder andere aan de hand van een casus bij Philips geïllustreerd hoe je de leercultuur in een organisatie kunt versterken. Daar helpen enthousiaste leerambassadeurs hun collega's om maximaal inzetbaar te zijn en te blijven.



## Fysiek en mentaal fit

Als topsporter leer je hoe je fysiek en mentaal in topvorm komt en blijft. Sterker nog, het is de basis voor succes! Herre Zonderland heeft op hoog niveau geturnd en stelde destijds alles in het teken om te ontwikkelen en te presteren. Herre vertelde in de workshop meer over concrete tools uit de sportwereld die in de dagelijkse praktijk gebruikt kunnen worden om fysiek en mentaal fit te blijven.

## Schermen (aangeboden door IZZ)



Tijdens deze workshop konden de deelnemers kennismaken met een Europese krijgskunst: Schermen. De scherm sport heeft een rijke historie en werd al vroeg bedreven door de Egyptenaren, Grieken en in de Middeleeuwen tijdens de riddertoernooien. Matthijs Rohlf, instructeur met Olympische status, verzorgde een kennismaking met deze sport en bracht in korte tijd een bewustwordingsproces op gang. Tijdens de workshop werd gekeken naar voorkeuren en opvattingen met betrekking tot eigen gedrag, het gedrag van de tegenstander en kwam de interactie aan de orde. Begrippen als respect, omgaan met weerstand en

veerkracht speelden hierin een centrale rol. Deze begrippen spelen ook in de dagelijkse praktijk van de ambulanceprofessional een rol, waardoor Schermen een geweldige metafoor is.

## Gemotiveerde medewerkers? Dat heb je zelf in de hand!

Duurzame inzetbaarheid is een gezamenlijke verantwoordelijkheid van de medewerker en de organisatie. De medewerker heeft de regie over zijn eigen werkend leven. De organisatie kan hierin voornamelijk faciliteren. Het lijkt op papier zo simpel. Maar de praktijk is weerbarstiger.

Hoe motiveer je als leidinggevende, ergocoach of HR professional medewerkers die niet in beweging lijken te komen? In een prikkelende, praktische en dynamische workshop vertelde Stijn van Merendonk hoe je middels Motivational Interviewing mensen kan motiveren tot het veranderen van hun gedrag. Een onderbouwde methode die al decennia wordt toegepast om mensen te motiveren tot gezonder gedrag en persoonlijke ontwikkeling.

Zijn motto: "Gemotiveerde medewerkers? Dat heb je zelf in de hand!".



### De 24/7 omgeving en je biologische klok: hoe ga je om met onregelmatige roosters?

In de ambulancezorg heeft zorg voor anderen prioriteit. Maar hoe staat het met de zorg voor jezelf? Hoe kom je als ambulancezorgprofessional op een goede manier door de nachtdienst? Onze biologische klok vertelt ons om 's nachts te slapen en overdag wakker te zijn. Als we op de juiste tijden slapen en wakker zijn, functioneren wij het beste. 's Nachts functioneren, gaat tegen onze biologische klok in en dat kan klachten geven. Op de korte termijn zijn dat bijvoorbeeld vermoeidheid, problemen met de stoelgang, of sombere stemming en snel geïrriteerd zijn. Op de lange termijn schaadt het bij sommigen zelfs echt de gezondheid. In deze workshop ging Marijke Gordijn, senior wetenschapper bij Chrono@Work, in op individuele verschillen en werden tips aangereikt met betrekking tot slapen, activiteiten, voeding en licht bij werken in onregelmatige diensten.

