



Nieuwe mogelijkheden via internet!

IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement

Beter
Makkelijker
Goedkoper

Gezondheidsmanagement van medewerkers gaat digitaal. Dat biedt grote voordelen voor u als werkgever en voor uw medewerkers. Vanaf 1 januari 2013 is digitaal gezondheidsmanagement daarom standaard onderdeel van IZA Bedrijfszorg. Dit heet IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement.



Zelfmanagement =

- mensen helpen gezonder te leven.
- mensen helpen actief deel te nemen aan hun medische behandeling.

Bij IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement gaat het vooral om het eerste. Het is dus gezondheidsmanagement.

Belangrijke thema's

Met het digitale gezondheidsmanagement spelen wij in op belangrijke thema's die in veel organisaties aan de orde zijn: levensfasebewust personeelsbeleid, stress en leefstijl. Ook ondersteunen we hiermee bij Het Nieuwe Werken, omdat de digitale mogelijkheden altijd en overal beschikbaar zijn. Bovendien kunnen leidinggevenden hieraan veel hebben in hun rol als verzuimverantwoordelijke.

Belangrijke thema's

- Levensfasebewust personeelsbeleid
- Stress
- Leefstijl

Voor uw medewerkers

Zelfmanagement is ook aantrekkelijk voor uw medewerkers. Het helpt hen om gezonder en prettiger te leven en te werken.

Bovendien kunnen zij hiervan gebruik maken op het moment dat het hen uit komt. De digitale mogelijkheden zijn immers altijd en overal beschikbaar. Ook is hierbij hun privacy beschermd. Wij zorgen ervoor dat individueel gebruik nooit voor anderen zichtbaar is, ook niet in managementinformatie.

De belangrijkste voordelen op een rij

- Benutten van de nieuwe digitale mogelijkheden.
- Nieuwe impuls voor preventie in uw organisatie.
- Ondersteuning van uw leidinggevenden in hun rol als verzuimcoach.
- Past uitstekend bij Het Nieuwe Werken: overal en altijd beschikbaar.

Basis van bedrijfszorg

Digitaal gezondheidsmanagement vormt zo de nieuwe basis van bedrijfszorg: IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement. Natuurlijk blijven zorginterventies ook in de toekomst nodig bij klachten of verzuim, maar u kunt nu nog eerder, meer en beter aan algemene preventie doen. Ook voldoet u zo beter dan ooit aan de zorgplicht die u hebt als werkgever.

Privacy gewaarborgd!

Een voorwaarde bij inzet van zelfmanagement is uiteraard dat de privacy van uw medewerkers is gewaarborgd. Daarom zorgen wij ervoor dat individueel gebruik van de digitale mogelijkheden nooit voor anderen traceerbaar is.

Helpdesk

Hebt u vragen over het gebruik van IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement, dan kunt u deze stellen aan uw IZA accountmanager. Ook kunt u bellen met onze Werkgeversdesk: 088 - 131 31 50 (bereikbaar op werkdagen van 8.30 tot 17.00 uur). Uw medewerkers kunnen op de gebruikelijke wijze bellen met IZA.

IZA BEDRIJFSZORG ZELFMANAGEMENT

Zo zit het in elkaar

IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement is vanaf 1 januari 2013 standaard onderdeel van IZA Bedrijfszorg. IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement biedt uw medewerkers via IZAgezondsam.nl tests, informatie, e-consult en e-learning om zelf met hun gezondheid aan de slag te gaan. De basis is de Gezond Leven Test. Deze test geeft hen een goede algehele indruk van hun gezondheid. Ook geeft deze test adviezen om klachten te lijf te gaan of bijvoorbeeld minder stress te ervaren.

IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement is opgebouwd uit vier onderdelen:

1. Werk en gezondheid
2. Werk en levensfasen
3. Werk en geest
4. Werk en leefstijl

Op internet vinden u en uw medewerkers IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement op IZAgezondsam.nl, via Werkgevers en Bedrijfszorg. In uw eigen interne media kunt u hen hierop attenderen. Wij ondersteunen u graag bij de communicatie.

De meeste mogelijkheden zijn alleen voor uw medewerkers toegankelijk, sommige alleen voor verzekerden van IZA. Als de toegang alleen geldt voor IZA-verzekerden, geven wij dat vooraf aan.

Dit zit er in IZA Bedrijfszorg Zelfmanagement

1. Werk en gezondheid

- Gezond Leven Test
- Medische encyclopedie
- Advies via de Gezondheidslijn
- Informatie over beroepsziekten
- Gezond na het werk, tips en informatie

2. Werk en levensfasen

- Lekker werken, tips en informatie
- Ondersteuning bij gezond werken
- Zwangerschap en werk
- Ondersteuning bij mantelzorg

3. Werk en geest

- Persoonlijk:
 - Persoonlijkheidstest
 - Module passie & inspiratie
 - Module assertiviteit en test
 - Ontspanningspodcast
 - Online slaapcoach / slaapapp
 - Online slaapconsulent
 - Online psycholoog
- Samenwerken:
 - Sociale vaardigheidentest
 - Module Samenwerken
 - Module Conflictantering

• Werkdruk:

- Copingtest
- Stresstest
- Burn-out risicotest
- Ontspanningsoefeningen na computerwerkzaamheden
- Slaap lekker app
- Depri-test
- Mantelzorgmakelaar

• Stress:

- Werkstress: oorzaken en aanpak
- Assertiviteit
- Bore-out
- Burn-out
- Coping en copingstijlen
- In flow zijn
- Plezier op het werk
- Module vitaal & energiek

• E-learning mental health

- Passie en inspiratie
- Samenwerken
- Vitaal & energiek
- Assertiviteit
- Conflictantering

4. Werk en leefstijl

Beweging

- Algemeen:
 - Rugcoach
 - Fysioadvies
 - Mijn Fysio online

• Sporten:

- Bewegen en sporten
- Beweegcoach
- Sport / sportafweger / sportkiezer
- Mijn hardloopplan
- Blessurecoach

• Medische encyclopedie:

- Lichaamsbeweging
- Trainen
- Blessures en aandoeningen
- Symptomescan

• Online deskundigen:

- Fysiotherapeut
- Cesartherapeut
- Ergotherapeut
- Cardiologie verpleegkundige

Voeding

• Gezondheid en gewicht:

- Gezond gewicht / BMI meter
- Tussendoortjesteller
- Eetdagboek
- Gewichtsmanager
- Dieetcoach
- Gezonde voedingswijzer
- Natriumteller

• Medische encyclopedie:

- Gezonde voeding
- Veilige voeding
- Voeding en sporten
- Voeding en ziekte
- Voedselallergie

• Online deskundigen:

- Diëtist

