

# SAMEN GEZOND ONDERNEMEN



- Voldoen aan uw wettelijke verplichtingen vanuit het basiscontract
- Informatie over verzuim en re-integratie
- Praktische tips voor een veilig en gezond bedrijf
- Advies van onze experts

Meer weten?

[www.arboned.nl](http://www.arboned.nl)

**ArboNed**

Gezond ondernemen. Daar zijn wij voor.



# Zo helpen wij u bij uw wettelijke verplichtingen

Ga snel naar:

**4** [Verzuim en re-integratie](#)

**6** [Een veilige werkplek](#)

**10** [Gezond, vitaal en gemotiveerd werken](#)

Goede arbeidsomstandigheden dragen bij aan het werkplezier, helpen arbeidsrisico's te verminderen en ziekteverzuim te voorkomen. Uitgangspunt voor een optimaal arbobeleid is de Arbowet. Wij helpen u graag voldoen aan uw wettelijke verplichtingen. Zo houdt u uw bedrijf gezond en voorkomt u boetes van de Nederlandse Arbeidsinspectie.

U bent als werkgever verplicht een overeenkomst te sluiten met een arbodienstverlener of bedrijfsarts: het basiscontract. Met uw verzuimabonnement bij ArboNed voldoet u hieraan (op basis van de 'vangnetregeling').

Concreet betekent dit dat ArboNed u graag ondersteunt bij uw onderstaande taken, precies zoals de wet ook vereist:

- Activiteiten op het gebied van verzuim en re-integratie.
- Het bieden van vrije toegang van werknemers tot de bedrijfsarts (via het open spreekuur).
- De Risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E).
- Het Preventief medisch onderzoek (PMO of PAGO).
- In specifieke gevallen een aanstellingskeuring.

Lees in deze praktische gids in vogelvlucht hoe u hiermee binnen uw bedrijf aan de slag kunt en hoe u de kennis en expertise van ArboNed daarbij kunt inzetten.



# Verzuim en re-integratie

Meldt uw werknemer zich ziek, dan hebben uw werknemer en u een aantal verplichtingen, die al beginnen in de week van de ziekmelding. Die verplichtingen staan in de Wet verbetering poortwachter. Het doel: uw werknemer kan zo snel mogelijk, verantwoord en duurzaam weer aan het werk.

Iedereen is erbij gebaat dat een werknemer zo kort mogelijk ziek is. Verzuim is voor geen van de betrokkenen prettig. En de kosten kunnen hoog oplopen. U betaalt het loon (deels) door, moet vervanging regelen voor uw zieke werknemer en u

leidt waarschijnlijk productie- en/of omzetverlies. Ook maakt u - afhankelijk van uw contract - kosten voor verzuimbegeleiding en re-integratie. Al met al kost één verzuimdag gemiddeld € 250.

## Verzuim beperken

Een zo kort mogelijk verzuim is ook de insteek van de Wet verbetering poortwachter. Volgens die wet zijn u en uw werknemer er samen voor verantwoordelijk de ziekgemelde werknemer zo snel mogelijk weer aan het werk te krijgen.

Het uitgangspunt van de Wet verbetering poortwachter is dat u het verzuim kunt beperken als u tijdig ingrijpt en uw werknemer snel de juiste hulp krijgt. Daarvoor kunt u uiteraard op ons bouwen. Dankzij uw verzuimabonnement bij ArboNed kunt u rekenen op onze ondersteuning bij de verzuimbegeleiding.

## Verzuimtijdlijn

Welke acties u en uw werknemer moeten ondernemen volgens de Wet verbetering poortwachter, ziet u in de [tijdlijn Wat te doen bij verzuim](#). Exclusief voor klanten van ArboNed. U vult de datum van ziekmelding in en ziet vervolgens wat u als werkgever doet, welke verantwoordelijkheden uw werknemer heeft,

wanneer dat moet gebeuren en hoe wij u hierbij ondersteunen – onder aanvoering van uw vaste contactpersoon.

## Verzuim voorkomen

Het liefst heeft u natuurlijk dat uw werknemers helemaal niet ziek worden, maar dat kunt u nu eenmaal niet altijd voorkomen. U heeft er als werkgever wel invloed op, want **er zijn middelen om vroegtijdig risico's op te sporen, zodat verzuim kan worden voorkomen.**

Iedere werkgever is verplicht een actuele Risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) te hebben. Hier hoort ook een Plan een aanpak bij, om de eventueel gesignaleerde knelpunten op te lossen. De Inspectie handhaaft hierop. Daarnaast schrijft de Arbowet voor dat u uw werknemers periodiek een Preventief medisch onderzoek (PMO, of PAGO) aanbiedt, ook weer met het oog op het voorkomen van verzuim. Lees hierover meer in de volgende hoofdstukken.

“Uw (bedrijfs)arts ondersteunt u als werkgever bij het begeleiden en re-integreren van zieke werknemers. Het doel is uw werknemers gezond en vitaal te houden en/of te krijgen.

Voor een werknemer die zich heeft ziekgemeld, kan het op een gegeven moment relevant (en wettelijk verplicht) zijn om op spreekuur te komen. Is dat het geval, dan krijgt hij hiervoor een oproep van ArboNed. Lees er meer over in de tijdlijn Wat te doen bij verzuim.

Minder bekend is dat in het basiscontract staat dat werknemers toegang hebben tot de bedrijfsarts en een afspraak voor een preventief spreekuur kunnen aanvragen. Dus nog vóór iemand ziek is. Dat noemen we ook wel het open spreekuur. Werknemers kunnen daar terecht met vragen over hun gezondheid in relatie tot werk. Het kan een middel zijn om verzuim te voorkomen. Volgens de bepalingen uit het basiscontract moeten uw werknemers hiervan op de hoogte zijn. U kunt het open spreekuur bijvoorbeeld vermelden in het verzuimprotocol. Een format hiervoor vindt u op [arboNed.nl/welkom](http://arboNed.nl/welkom).”

**Truus van Amerongen, bedrijfsarts en medisch directeur ArboNed**





# Een veilige werkplek

U bent als werkgever verplicht te zorgen voor de veiligheid en gezondheid van uw werknemers, zowel fysiek als mentaal. Startpunt om in kaart te brengen of u een gezonde en veilige werkplek biedt, is de Risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E).

## Praktisch handvat

Met een RI&E brengt u alle arbeidsrisico's in kaart, inclusief die van het coronavirus. Want als u de risico's kent, kunt u ze gericht aanpakken. Hoe u dat doet, beschrijft u in het Plan van aanpak. Zo heeft u een praktisch handvat om te zorgen voor een veilige, gezonde en vitale werkvloer.

## Streng toezicht, hoge boetes

Te weinig mkb'ers hebben een RI&E. En dat is zorgelijk, vindt de overheid. **De Nederlandse Arbeidsinspectie ziet daarom streng toe op het naleven van de RI&E-plicht. Ook bij het mkb.** Heeft u uw RI&E en Plan van aanpak niet op orde, dan mag de Arbeidsinspectie direct een boete uitdelen.

Concreet kijkt de inspecteur of er een goedgekeurde branche-RI&E of getoetste RI&E is (inclusief Plan van aanpak) en of de kwaliteit voldoende is. De RI&E moet precies weergeven wat er in de dagelijkse praktijk binnen het bedrijf gebeurt, ook op het gebied van psychosociale arbeidsbelasting (denk aan werkdruk, of pesten). In

het Plan van aanpak beschrijft u hoe u deze risico's wegneemt of minimaliseert, wanneer u dat doet en wie ervoor verantwoordelijk is.

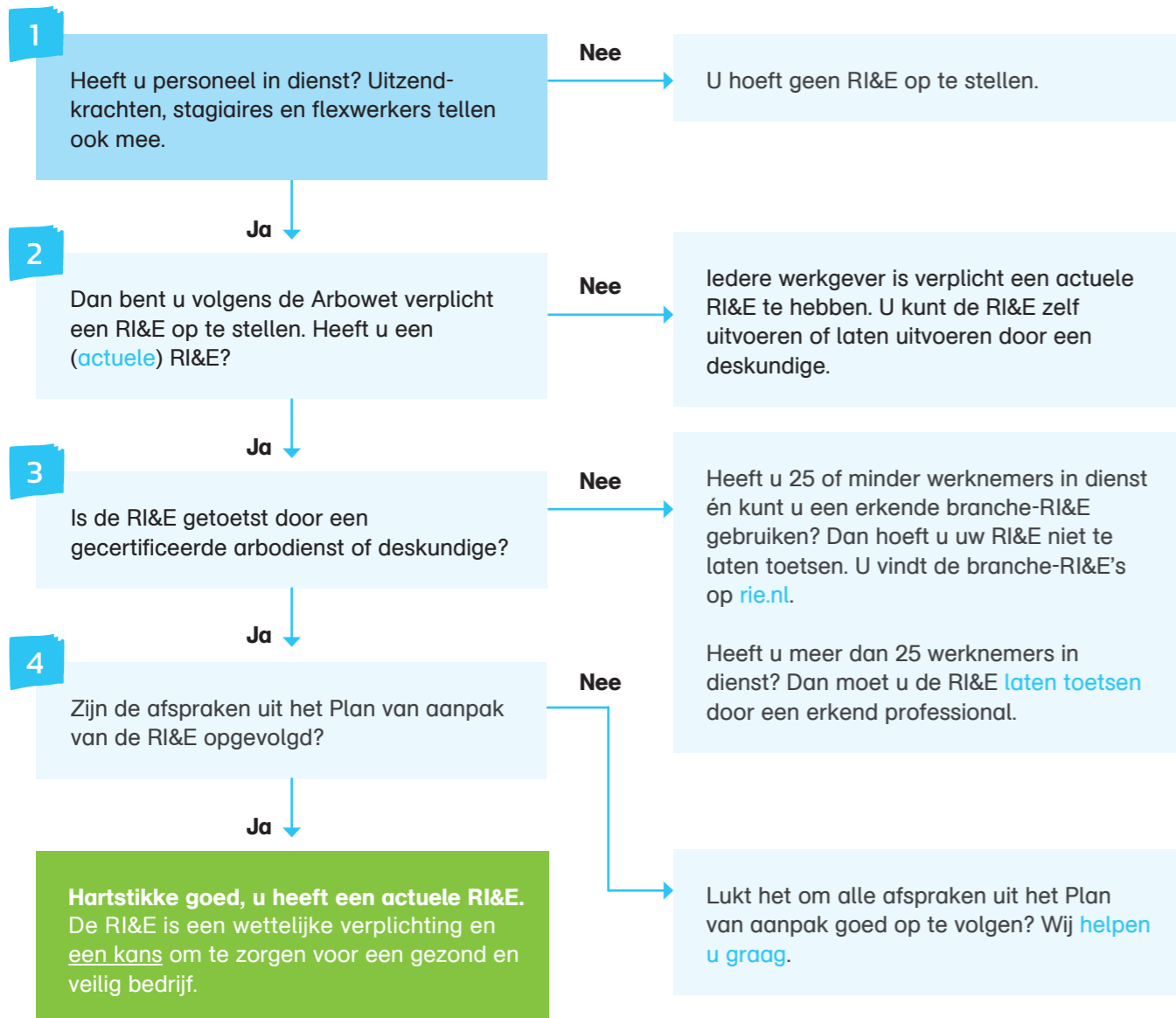
Kunt u wel wat hulp gebruiken bij uw RI&E? Neem dan eens contact op met onze [MKB Arbo-preventielijn](#), of schakel [Mijn preventie-expert in](#).

# ZIJN UW WERKNEMERS ZEKER VAN EEN VEILIGE WERKOMGEVING?

ArboNed



## Moet u een Risico-inventarisatie en -evaluatie (RI&E) uitvoeren? Check het hier.



### Meer weten?

Kijk op [arboNed.nl/rie](http://arboNed.nl/rie) of neem contact met ons op via [salessupport@arboNed.nl](mailto:salessupport@arboNed.nl) of 030 299 62 77.

ArboNed

Gezond ondernemen. Daar zijn wij voor.

### De preventiemedewerker

De [preventiemedewerker](#) is de aanjager bij het opzetten en verbeteren van het arbobeleid. Hij verbindt werkgever, werknemers en arbodienst. Het (mede) opstellen en uitvoeren van de RI&E is één van zijn wettelijke taken.

Elk bedrijf moet een preventiemedewerker hebben. Meestal doet iemand dat naast zijn 'gewone' functie. Bij kleinere bedrijven (maximaal 25 werknemers)

mag de directeur/eigenaar ook zelf de preventietaken uitvoeren.

### Bedrijfshulpverlening (BHV)

Een adequaat handelende BHV'er kan uw schadelast beperken. Bijvoorbeeld door een beginnende brand te bestrijden, of door levensreddend handelen. Een medewerker kan een hevige bloeding krijgen, er kan sprake zijn van verstikking of reanimatie nodig zijn.

### Gezonde thuiswerkplek

Als thuiswerken structureel is, moet u als werkgever ook rekening houden met de thuiswerkplek(ken). U moet bijvoorbeeld maatregelen nemen op het gebied van ergonomie. Esther Graaff-Visser, ergonoom bij ArboNed: "Deel als werkgever tips voor het instellen van een goede thuiswerkplek, houd rekening met de psychische uitdagingen van thuiswerken, of bied onze online thuiswerkplek-check aan."

"Het uitvoeren van de RI&E en bijbehorende vervolgstappen kost tijd, geld en energie en ik zie dan ook dat werkgevers dit voor zich uitschuiven. Eigenlijk zijn er bij het mkb met minder dan 25 werknemers twee valkuilen:

- Geen RI&E uitvoeren, omdat de kosten te hoog zijn.
- Wel een RI&E uitvoeren en een Plan van aanpak opstellen, maar deze vervolgens de kast in laten verdwijnen, waardoor er na een paar jaar weer een kostbare RI&E nodig is.

Uitstel leidt in dit geval niet tot afstel. Wat je als ondernemer zeker niet wil, is de Inspectie over de vloer, terwijl je arbobeleid niet op orde is. Dan betaal je een boete en moet je alsnog alle onderzoeken en vervolgstappen uitvoeren.

Mijn advies is dan ook altijd: zorg ervoor dat je arbobeleid goed op orde is. Het jaarlijkse 'onderhoud' valt dan over het algemeen heel erg mee. De RI&E is een investering, maar als er vervolgens jaren niets verandert aan de arbeidsomstandigheden en wetgeving, kost het up-to-date houden van je arbobeleid hoogstens een paar uur per jaar."

Ad van Zundert, consultant ArboNed



# Gezond, vitaal en gemotiveerd werken

Vitale werknemers zijn over het algemeen gemotiveerder, productiever en minder vaak ziek. Voor u als werkgever zijn werknemers met een gezonde leefstijl dus waardevol. Onderzoek naar, en aandacht voor leefstijl nemen we mee in het in het [Preventief medisch onderzoek \(PMO, of PAGO\)](#). Een goed startpunt voor een gezond en vitaal bedrijf!

## Doel van het PMO

De inhoud van het PMO bepaalt u samen met de vitaliteit- en gezondheidsdeskundige. Met als basis de gesignaleerde risico's in de RI&E. Het PMO bestaat uit een online vragenlijst en eventueel aanvullend relevante fysieke onderzoeken. Uw werknemers krijgen duidelijkheid over hun mentale en fysieke gezondheid. De doelstellingen:

- Voorkomen dat uw werknemers ziek worden van het werk.
- Bevorderen van de gezondheid van uw werknemers in relatie tot het werk.
- Bewaken en verbeteren van de inzetbaarheid van uw medewerkers.

Om aan de slag te kunnen met die laatste doelstelling, is leefstijl onderdeel van het PMO.

## Bewust maken van eigen invloed

Iedereen weet dat een ongezonde leefstijl leidt tot chronische aandoeningen zoals hart- en

vaatziekten, suikerziekte en longproblemen. Het goede nieuws is dat kleine leefstijlverbeteringen al een groot verschil kunnen maken.

Leefstijl is de keuze van de werknemer. Maar met het PMO heeft u als werkgever een goed middel in handen. Hiermee kunt u uw werknemers zich bewust maken van de risico's van een ongezonde leefstijl. Ze zullen inzien dat zij zelf invloed hebben op hun gezondheid en krijgen tips wat ze kunnen doen voor een gezonder leven.

## Preventief medisch onderzoek of aanstellingskeuring

In bepaalde branches is een medische aanstellingskeuring noodzakelijk om te beoordelen of de werknemer geschikt is voor bepaald werk. De keuringsassistente of keuringsarts beoordeelt via een medisch onderzoek of uw werknemer gezond genoeg is om zijn beroep uit te voeren.

**“Ik raad werkgevers aan een Preventief medisch onderzoek aan te bieden aan hun werknemers. Je hebt een meetpunt en voor de persoon zelf is het ook prettig dat hij weet waar hij staat op het gebied van zijn gezondheid. Als uit het PMO blijkt dat hun ogen of oren achteruit zijn gegaan, kunnen we uitvinden waar dat aan ligt. Belangrijk voor de bedrijfsvoering en voor onze mensen. En onze jongens vonden het leuk om het PMO te doen.”**

(Jan Wijnker, directeur/eigenaar Wijnker Mechanisatie)

Daarnaast zijn er wettelijk verplichte periodieke keuringen die in wetgeving of cao zijn vastgelegd. Er zijn een paar verschillen ten opzichte van het PMO:

- Alle werkgevers moeten hun werknemers periodiek een PMO aanbieden. Een aanstellingskeuring mag alleen worden verricht bij specifieke functie-eisen. Een wettelijke periodieke keuring is alleen verplicht voor bepaalde beroepen.
- Meedoen aan het PMO is vrijwillig voor uw werknemers, een keuring niet.
- Een keuring bekijkt belastbaarheid in relatie tot de beroepseisen, een PMO is bedoeld voor vroegtijdige opsporing van gezondheidsrisico's in relatie tot werk en individuele gezondheid. Het geeft de werknemer een goed beeld van zijn lichamelijke en geestelijke gezondheid. Is het nodig om in actie te komen, dan krijgt de werknemer hierover concreet advies.



# Tips voor een vitaler bedrijf

- 1 Begin eenvoudig**  
Bijvoorbeeld door gratis fruit aan te bieden of door afspraken te maken met een lokale sportschool. De vrijdagmiddagborrel of het werktuigje kunt u combineren met iets gezonds.
- 2 Houd het positief**  
Verbied roken niet per direct en schrap de ongezonde snacks en alcoholische dranken tijdens de borrel ook niet meteen. Laat medewerkers meedenken over de juiste aanpak en voer de maatregelen vervolgens in overleg en stapsgewijs door.
- 3 Geef het goede voorbeeld**  
U heeft als werkgever een voorbeeldrol. En goed voorbeeld doet volgen. Draag uw persoonlijke beschermingsmiddelen waar die verplicht zijn. Maak zelf een lunchwandeling en nodig uw werknemers hiervoor uit. Stuur buiten werktijd geen werkgerelateerde mails of apps meer.
- 4 Blijf in gesprek**  
Bespreek tijdens werkoverleggen en bijvoorbeeld tijdens het jaarlijkse planningsgesprek onderwerpen rondom vitaliteit. Zoals: hoe gaat het op het werk/thuis, vindt uw werknemer zijn werk nog leuk genoeg, hoe wil hij zich verder ontwikkelen, zijn er knelpunten en hoe zijn die op te lossen.
- 5 Neem de nieuwkomers mee**  
Laat nieuwe werknemers ook kennismaken met hoe u de arbozaken heeft geregeld. Laat de voordelen zien van gezond en veilig werken. Koppel nieuwe medewerkers bijvoorbeeld aan een buddy die al veel ervaring heeft in het vak én het goede voorbeeld kan geven.



# Komt u er niet uit, dan staan wij voor u klaar



Past u de tips uit deze gids toe, dan geeft u het startschot voor een gezonde onderneming én voldoet u aan uw wettelijke verplichtingen. Wij staan natuurlijk altijd voor u klaar, zodat u de vruchten kunt plukken van een gezonde en veilige werkomgeving.

Onze consultants werken door het hele land, dus is er altijd een expert bij u in de buurt. Iemand die

u begrijpt. Iemand die snapt hoe het werkt in uw branche en die weet wat er in uw omgeving speelt. Die uw taal spreekt en wiens kennis en ervaring bewijzen dat hij er helemaal voor u is. Iemand die de zaken voor u regelt. Zaken die soms klein lijken, maar een grote impact kunnen hebben. Zaken die uw bedrijf gezond houden. Onder andere door de mensen in uw bedrijf gezond te houden. Zodat u kunt blijven doen waar u goed in bent: ondernemen.

**ArboNed**

---