

# ZELFROOSTEREN & DUURBARE INZETBAARHEID VAN WERKNEMERS



*Conferentie Gezond Zelffroosteren in de Praktijk*

*12 November 2018 / Ben Jansen*



## COPYRIGHT

Met uitzondering van persoonlijk en niet-commercieel gebruik, is het niet toegestaan om informatie uit deze presentatie of de inhoud ervan te verveelvoudigen, openbaar te maken, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, hetzij mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige manier dan ook, te distribueren, te verspreiden of op andere wijze te gebruiken en/of te exploiteren zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van Ben Jansen / Déhora Consultancy Group.

# WEEK VAN DE WERKSTRESS 12 – 15 NOVEMBER

*... preventie en werkplezier/werkgeluk*



## **Week van de Werkstress 2018**

Nieuwsbericht | 12-09-2018 | 14:47

Van 12 tot en met 15 november 2018 vindt de vijfde Week van de Werkstress plaats. Dit jaar ligt de focus op preventie en het vergroten van werkplezier.

## EUWEMA: ABC'TJE WERKGELUK





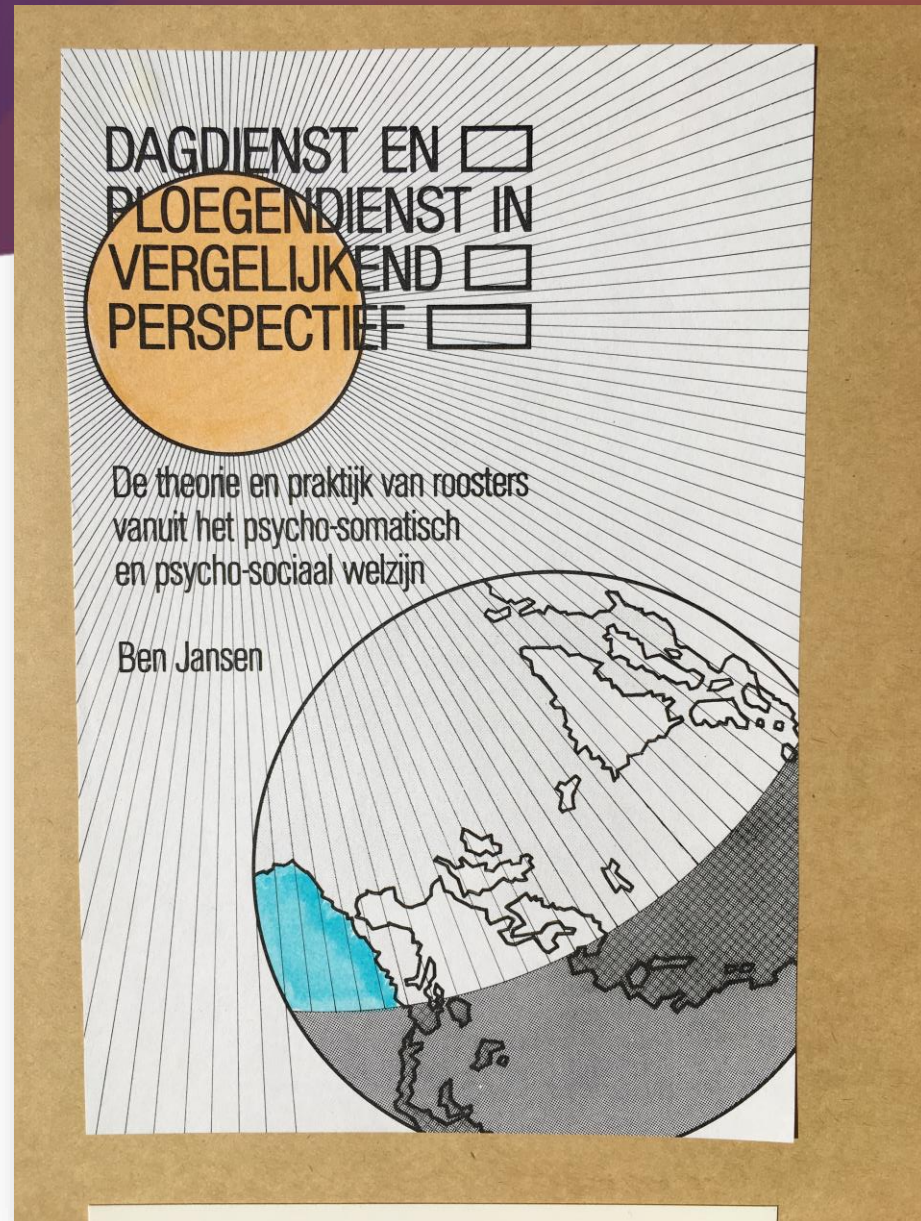


TIME

FOR

CHANGE

# Proefschrift 1987

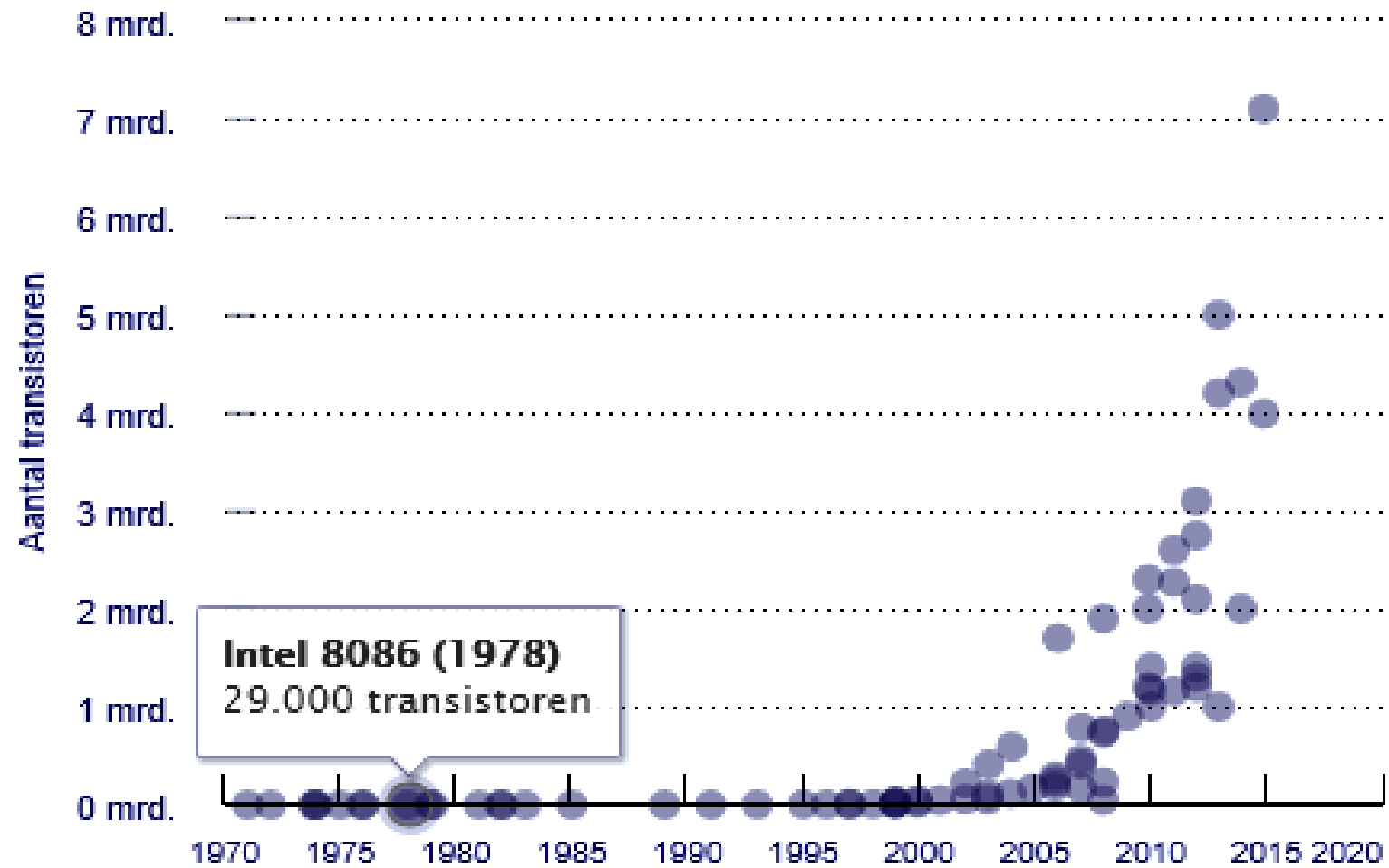


# ZESTAL DISRUPTIEVE ONTWIKKELINGEN

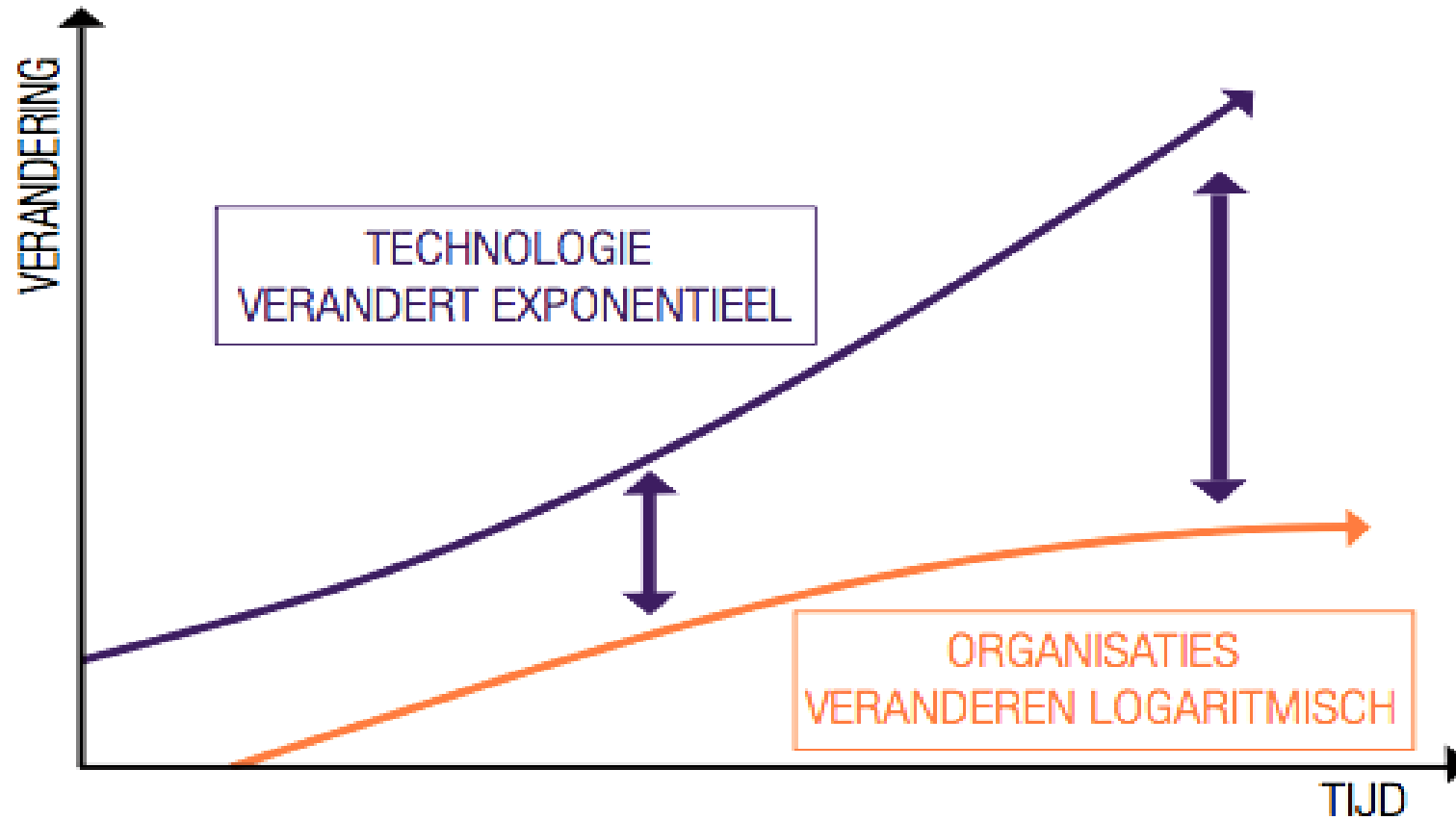




# SNELHEID VERANDERINGEN



# MARTEC'S LAW





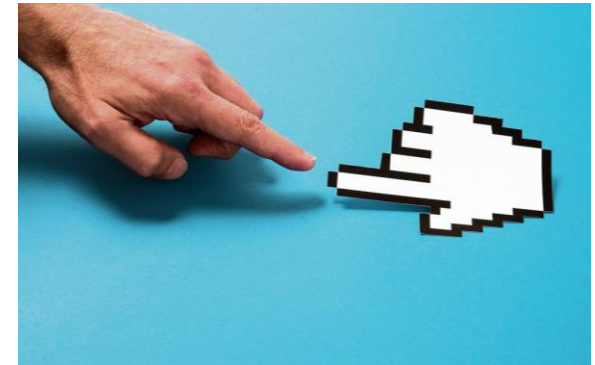
Disruptieve ontwikkelingen zullen  
het komende decennium tot  
sterk gewijzigde  
arbeidstijdenregelingen en  
roosters leiden.

**ZELFROOSTEREN ...  
WAT HET NIET IS**

**Het Nieuwe Werken**



**Platformwerk**



**Werktijdcontrole**



**Biedsysteem**





## **SELFIE ROOSTEREN**

**AGNES JONGERIUS: 'ZE ZIJN GEK ALS ZE HET NIET DOEN...'**



# ACTUALITEIT 'WERKEN BUITEN KANTOORTIJDEN'

Vooruitzic

## Nachtwerk als het nieuwe gevaar

Grote webwinkels zetten hun megamagazijnen graag in Nederland, kampioen flexwerk. Zeker het werken in de nacht neemt toe. Maar wat doet dit met de mens?

**O**psomming: Nederland heeft de meeste megamagazijnen in Europa. Het aantal werknemers in de nacht neemt toe. Maar wat doet dit met de mens?

Nachtwerk is een van de meest voorkomende vormen van overmatige arbeid. Het wordt vaak gebruikt in de logistiek, de productie en de dienstverlening. Het kan leiden tot fysieke en mentale problemen, zoals burnout, stress en slaapproblemen. Het kan ook leiden tot een verhoogd risico op verkeersongevallen en andere ongevallen.

Wat is overmatige arbeid? Het is een vorm van arbeid die langer duurt dan de wettelijke maximumuren. Het kan ook betrekking hebben op het aantal werknemers dat er is.

**Wat zijn de risico's?** Overmatige arbeid kan leiden tot fysieke en mentale problemen, zoals burnout, stress en slaapproblemen. Het kan ook leiden tot een verhoogd risico op verkeersongevallen en andere ongevallen.



Janine Lelissen is redactrice van de rubriek 'Actualiteit' van het tijdschrift 'Vooruitzic'.

De foto's zijn gemaakt door de redactie van 'Vooruitzic'.

... van de... 1,34 mln

1,34 mln

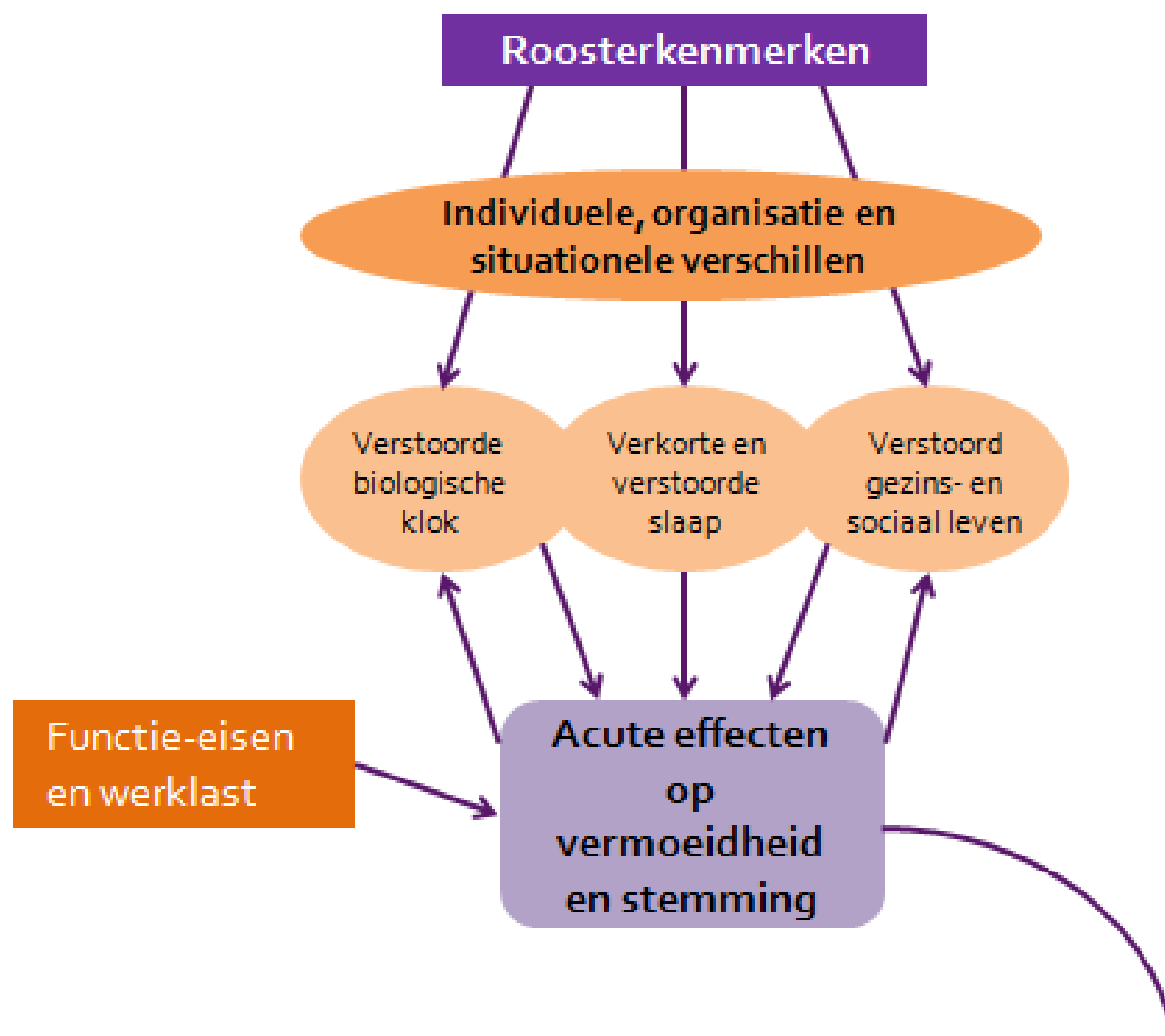
... van de... 1,34 mln

**Zelfvroosteren**  
D... van de... 1,34 mln

... van de... 1,34 mln

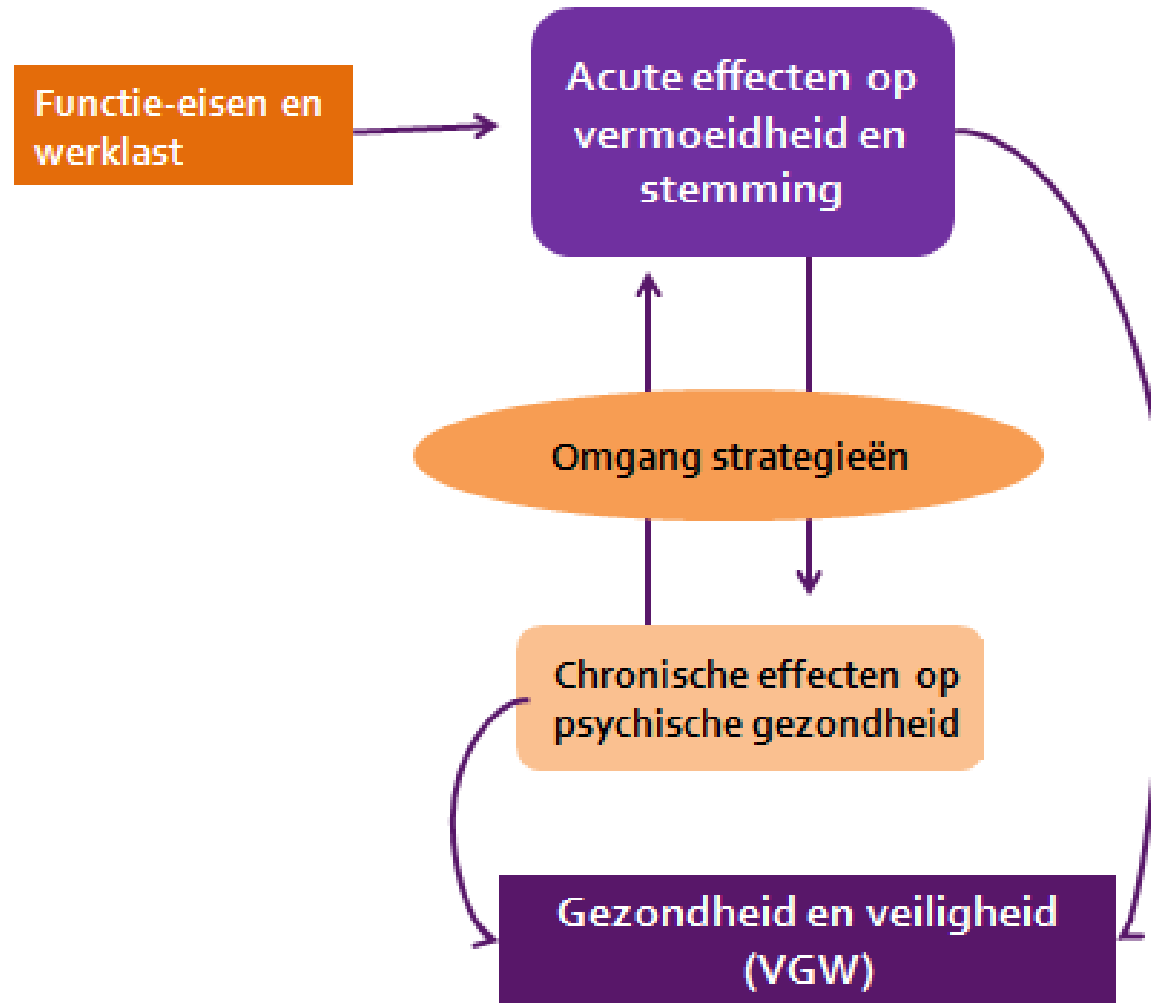
... van de... 1,34 mln

# MODEL ROOSTERKENMERKEN EN GEZONDHEID I (S. Folkard)





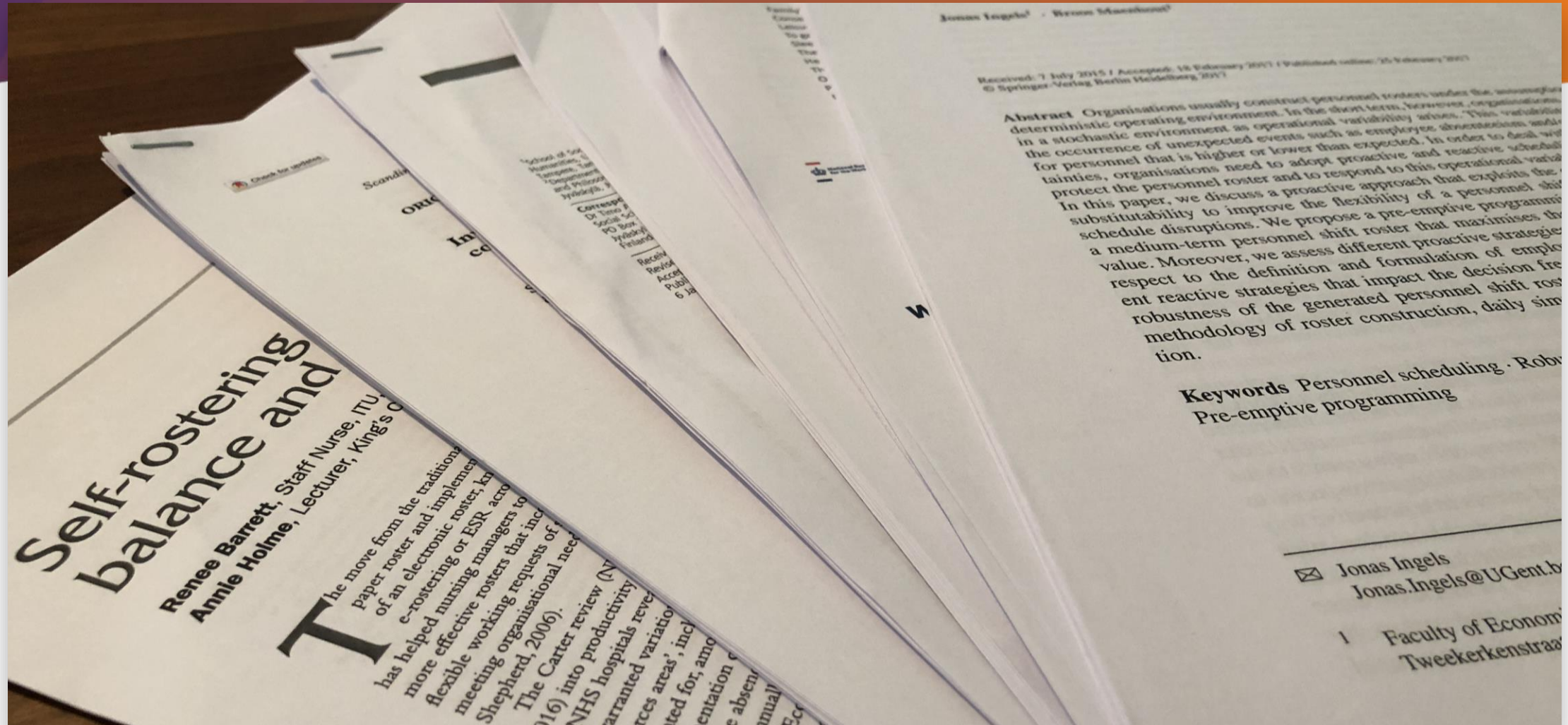
# MODEL ROOSTERKENMERKEN EN GEZONDHEID II (S. Folkard)



# VERGELIJKING RRPA


Rooster A. Licht		Rooster C. Zwaar (nachtdiensten)	
RRPA-type	Score	RRPA-type	Score
Regelmaat	78,5%	Regelmaat	70,6%
Periodiciteit	97,6%	Periodiciteit	42,1%
Dienstbelasting	84,0%	Dienstbelasting	84,0%
Weekbelasting	78,2%	Weekbelasting	78,1%
Mogelijkheid nachtrust	95,4%	Mogelijkheid nachtrust	62,3%
<b>Fysieke belasting</b>	<b>86,7%</b>	<b>Fysieke belasting</b>	<b>67,4%</b>
Voorspelbaarheid	92,3%	Voorspelbaarheid	89,2%
Mogelijkheid zorgtaken	49,1%	Mogelijkheid zorgtaken	79,0%
Mogelijkheid avondrecreatie	51,7%	Mogelijkheid avondrecreatie	68,9%
Mogelijkheid weekendrecreatie	73,2%	Mogelijkheid weekendrecreatie	15,0%
<b>Sociale belasting</b>	<b>66,6%</b>	<b>Sociale belasting</b>	<b>63,0%</b>
<b>Totale belasting</b>	<b>77,8%</b>	<b>Totale belasting</b>	<b>65,5%</b>

# OPENBAAR WETENSCHAPPELIJK ONDERZOEK ZELFROOSTEREN



# RESULTATEN STUDIES ZELFROOSTEREN DUURZAME INZETBAARHEID

*Volgorde eenduidigheid*

- 
1. Grotere medewerkertevredenheid
  2. Verbeterde werkprivé balans / minder conflict
  3. Afname gezondheids- en welzijnsklachten
  4. Minder ziekteverzuim / verloop
  5. Meer verantwoordelijkheidsgevoel
  6. Grotere sociale steun / samenwerking

# EFFECTEN ZELFROOSTEREN

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

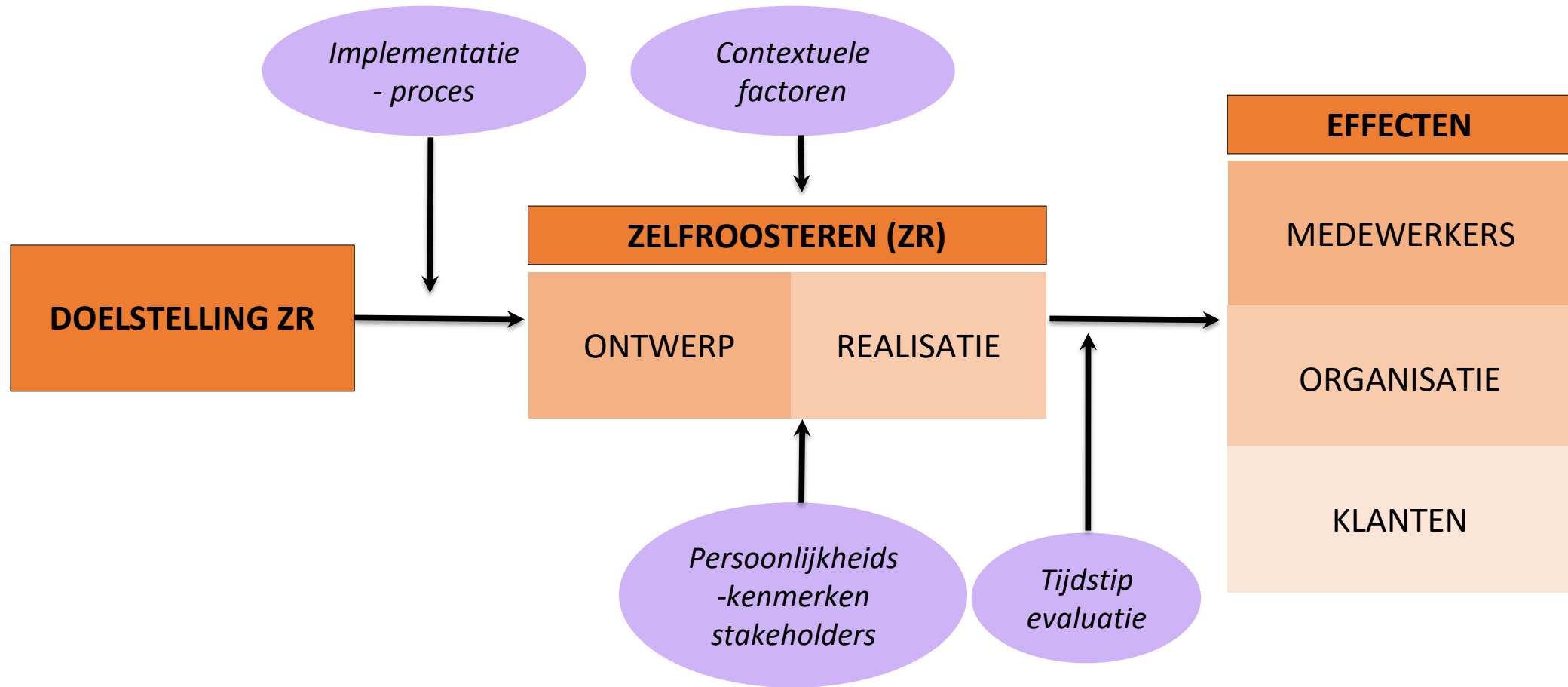
Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.

***Zelfroosteren kan positieve effecten hebben.***



Het wetenschappelijk onderzoek geeft (nog) geen eenduidig antwoord op de vraag of zelfroosteren gezond en duurzaam is.

# MODEL EFFECTEN ZELFROOSTEREN

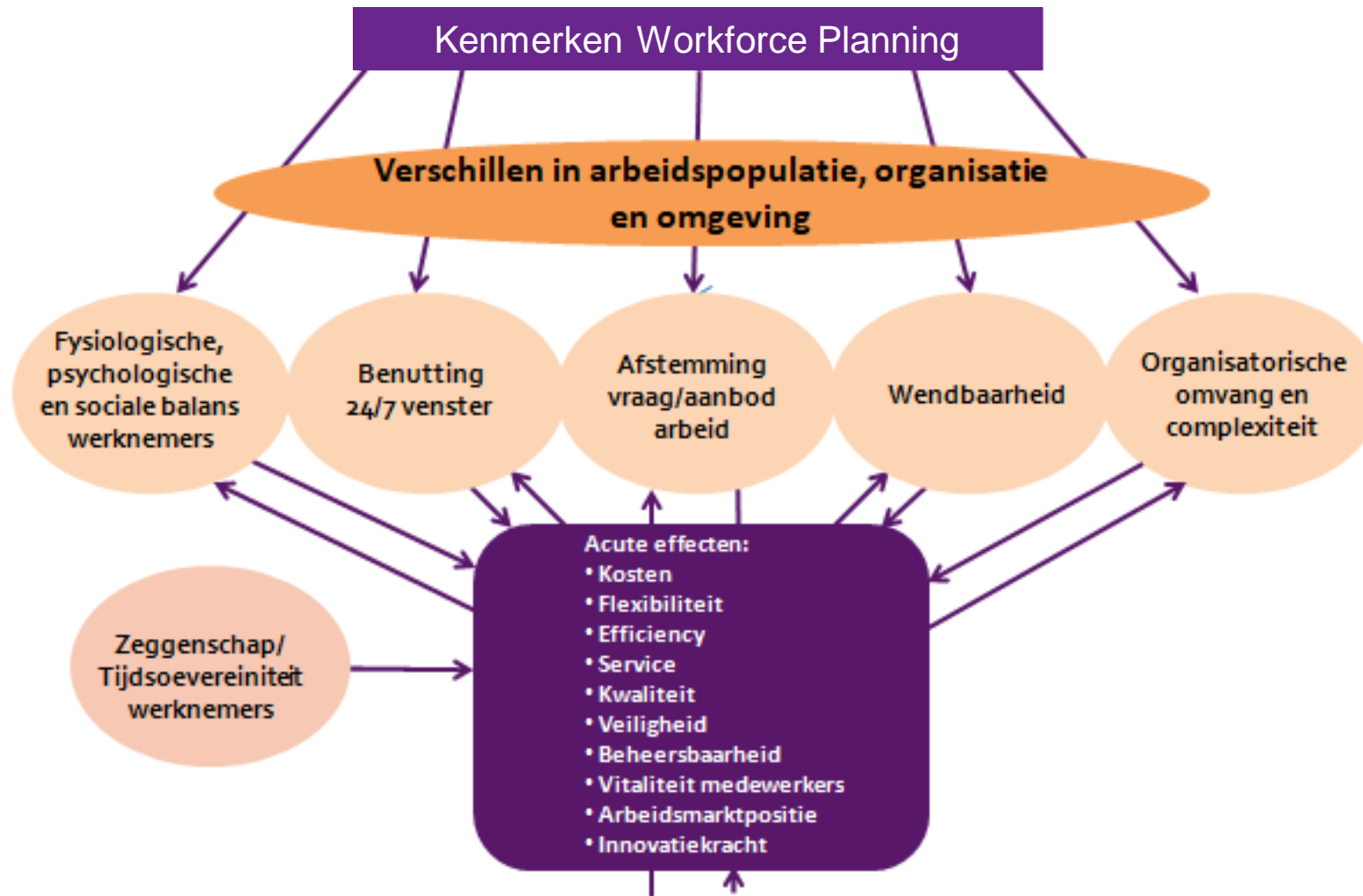




Goed empirisch onderzoek doen naar de effecten van zelfroosteren is uiterst complex, eigenlijk ondoenlijk.

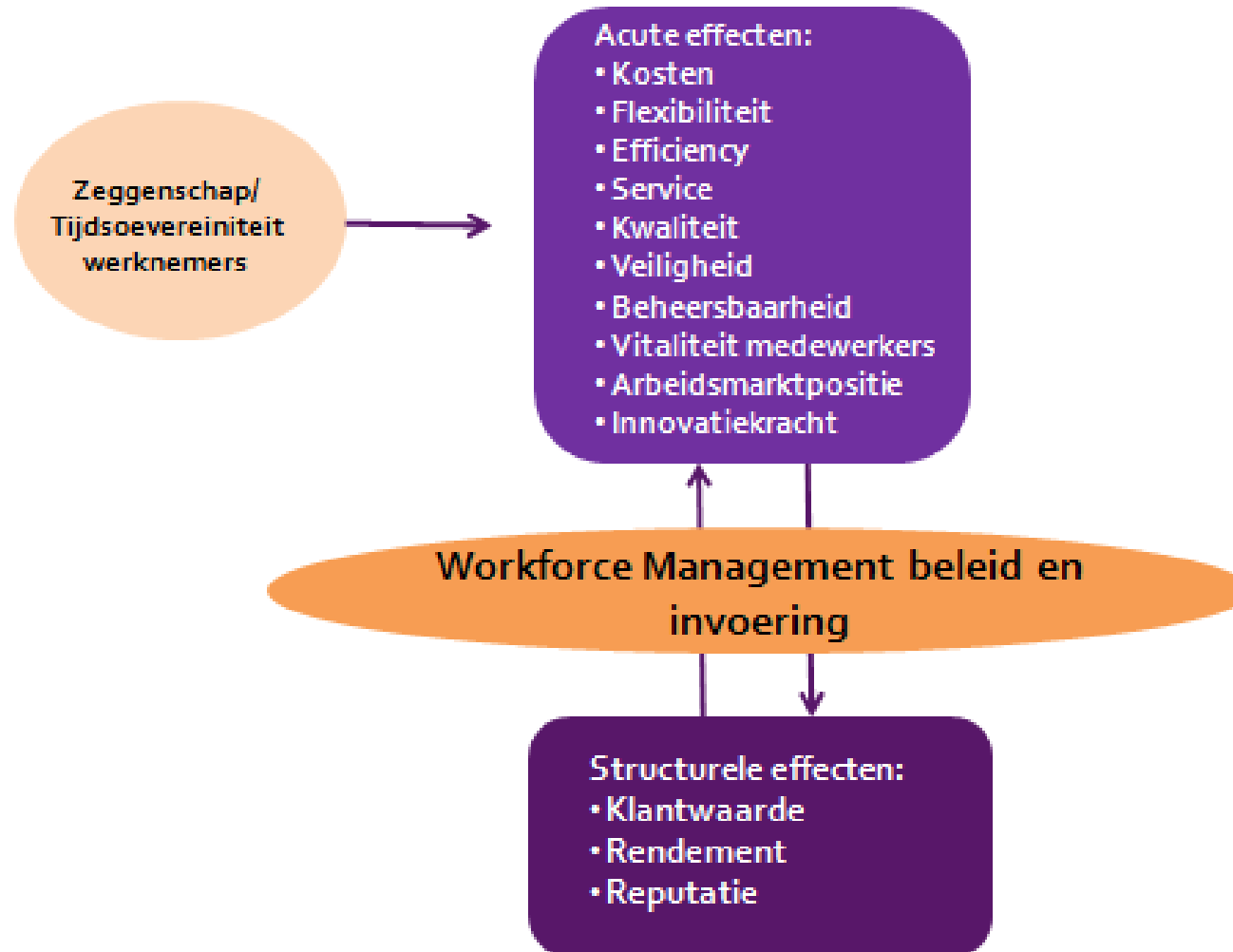


# MODEL KENMERKEN WORKFORCE PLANNING EN ORGANISATIE-EFFECTEN I (B. Jansen)



# MODEL KENMERKEN WORKFORCE PLANNING EN ORGANISATIE-EFFECTEN II

(B. Jansen)





Veel praktijkervaringen met zelfroosteren wijzen op positieve effecten, ook op de gezondheid van de betrokkenen. Bij een zorgvuldige implementatie van zelfroosteren lijkt het gezondheidseffect vrij robuust.

# DE TOEKOMST VAN WERK



**Van carrière naar  
'experience'**



**Welzijn als strategische  
prioriteit**



**Toenemende behoefte  
aan de sociale  
onderneming**



**Meer invloed van de  
individu**



**Van een statische naar  
een dynamische  
workforce**



**Technologie als partner  
in plaats van tool**

# DE NIEUWE ORGANISATIE



**Kennisrijk**



**Flexibel**



**Innovatief**



**Duurzaam**

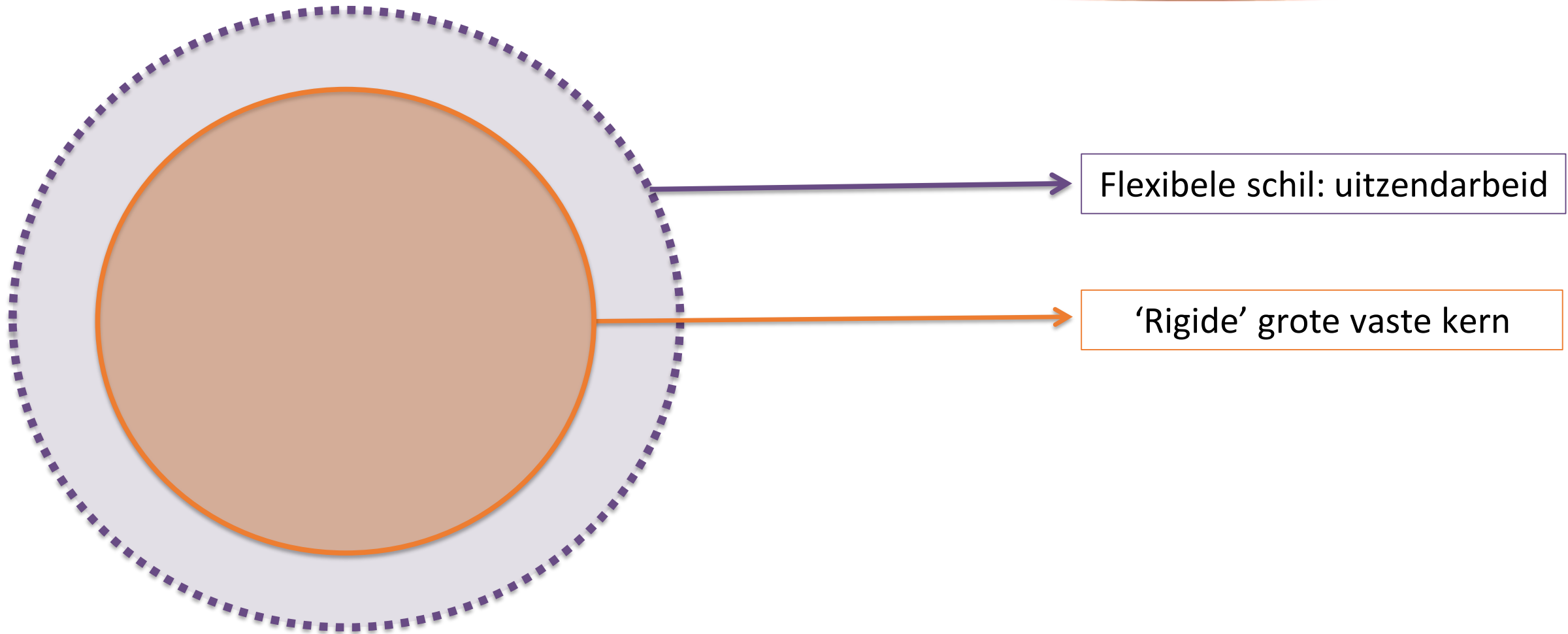


**Netwerk**



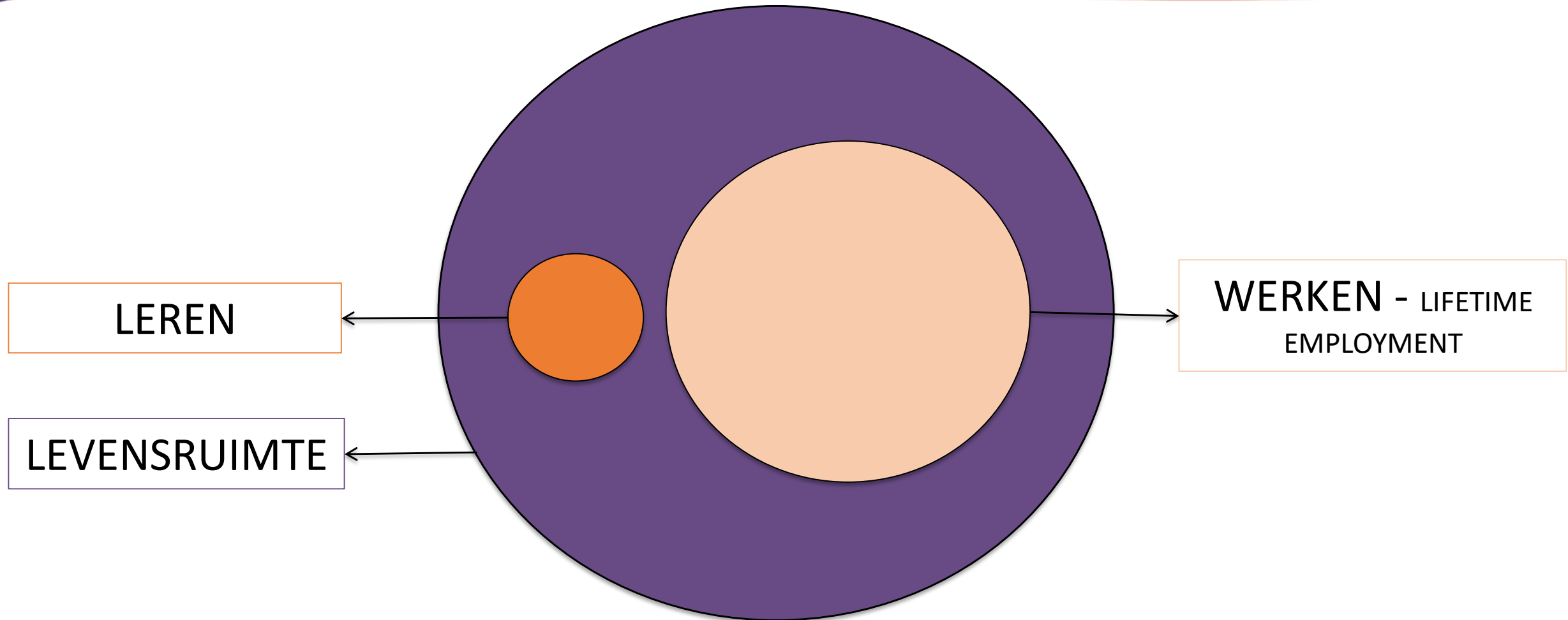
**Tijd Intelligent**

# ORGANISATIE RESOURCE PLANNING: *HOE HET WAS*



# LEREN EN WERKEN: *ZOALS HET WAS*

*Cultuur: Betaalde arbeid dominant*



# PERSOONLIJKE PLANNING: *HOE HET WAS*



WERK

WERK

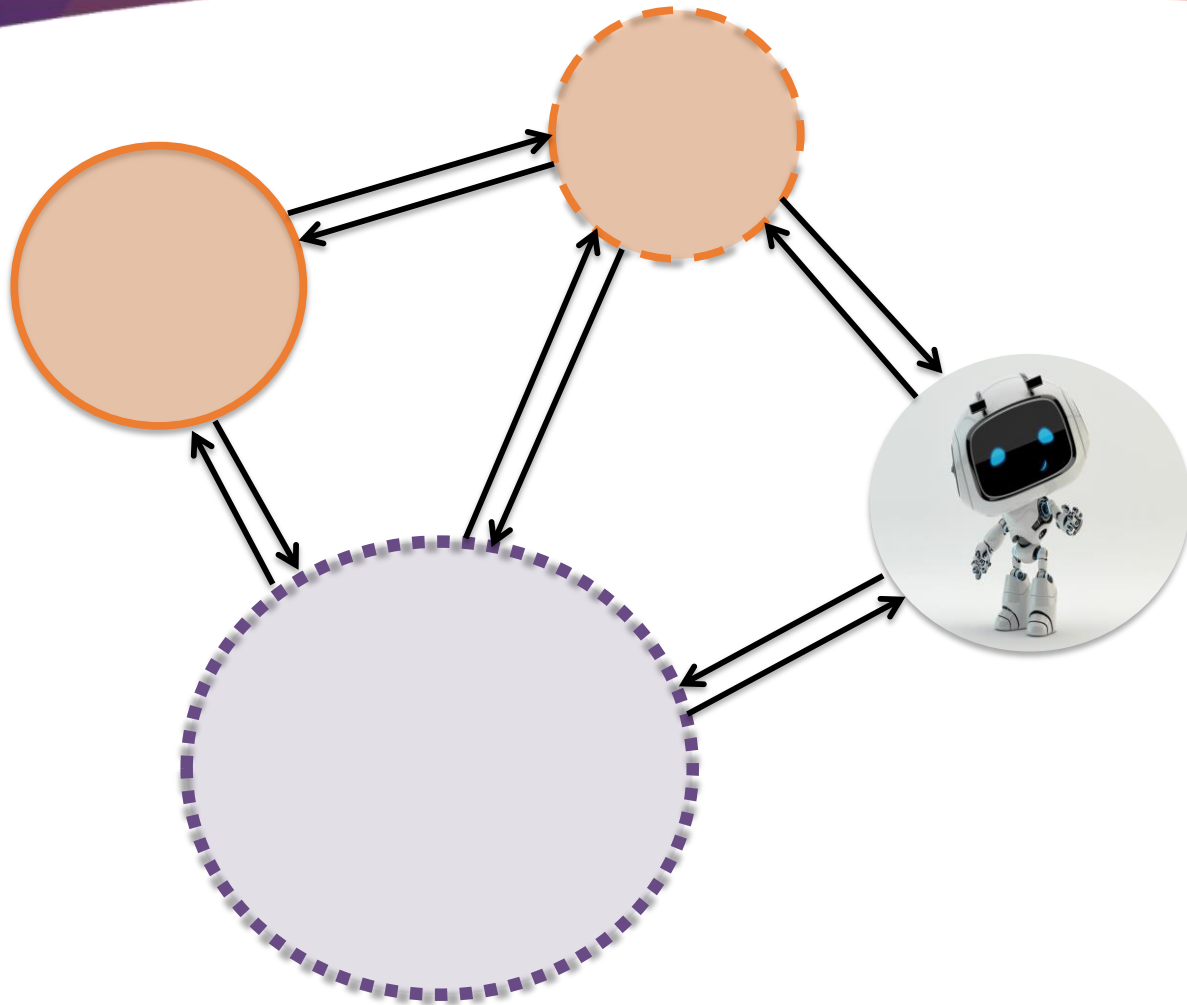
WERK

WERK

WERK



# ORGANISATIE RESOURCE PLANNING: *ZOALS HET WORDT*



Uitzendarbeid

Detachering

Freelancers/ZZP'ers

Pay-rollers

Oproepkrachten

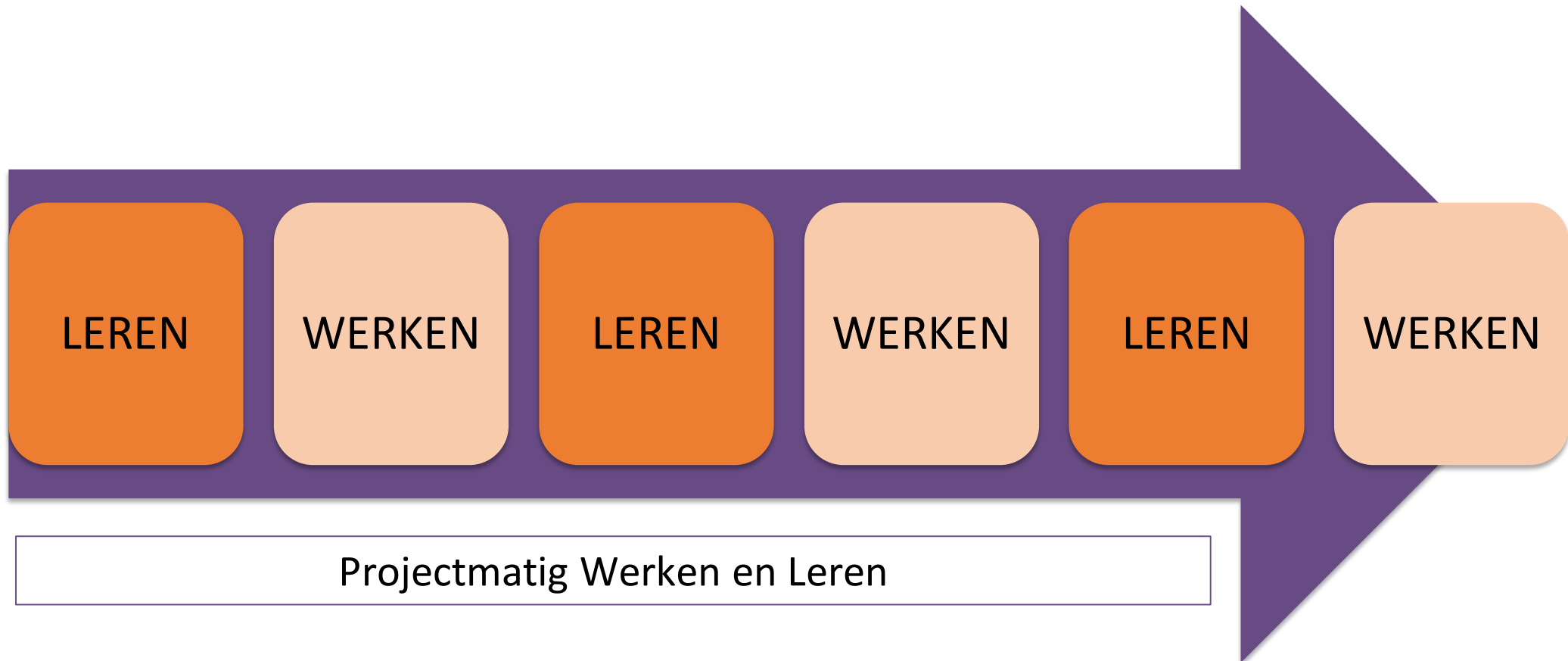
Bepaalde tijd contracten

Outsourcing

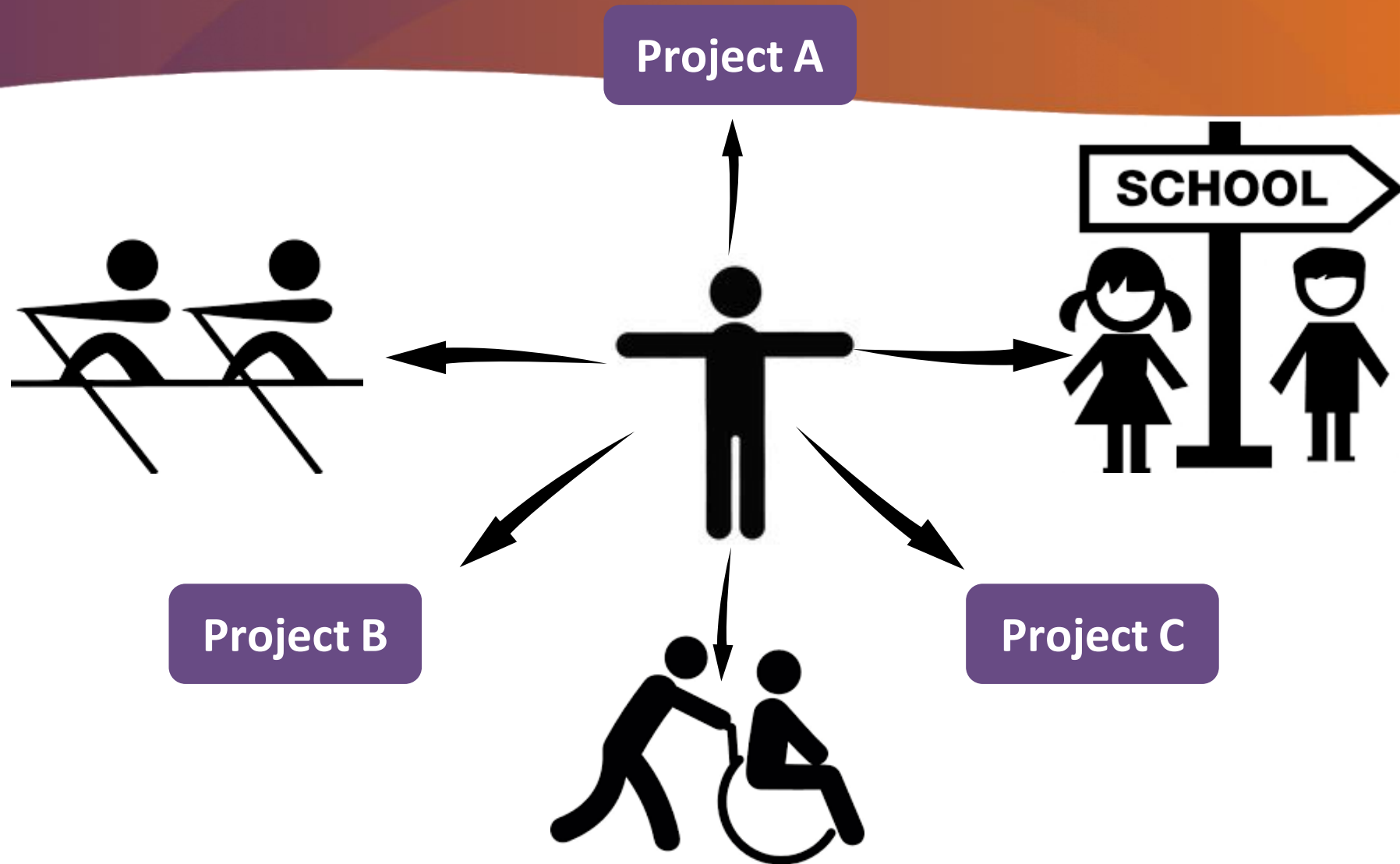
Robots

# LEREN EN WERKEN: *ZOALS HET WORDT*

*Cultuur: Balans werkprive dominant*



# PERSOONLIJKE PLANNING: *HOE HET WORDT*





Gezond of niet, maatschappelijke en economische ontwikkelingen zullen organisaties het komende decennium dwingen vormen van zelfroosteren te implementeren.

# EMPLOYER BRAND RESEARCH **RANDSTAD 2017**

➤ Aantrekkelijk salaris en voordelen (58%)

➤ Langdurige baan zekerheid (46%)

➤ **Goede balans werk-privé (45%)**

➤ Aangename werksfeer (43%)

➤ Loopbaanmogelijkheden (35%)

➤ Financieel gezond (33%)

➤ Flexibele werkafspraken (31%)

➤ Goede training (28%)

➤ Gunstig gelegen (27%)

➤ Sterk management / leiderschap (26%)



WERKTIJD



VRIJE TIJD









## **Déhora België**

Uitbreidingstraat 60- 62  
2600 Berchem  
T: +32 (0)3 218 95 39  
E: [info@dehora.be](mailto:info@dehora.be)  
[www.dehora.be](http://www.dehora.be)

## **Déhora Nederland**

A.J. Ernststraat 595-K  
1082 LD Amsterdam  
T +31 (0)20 404 40 42  
E: [info@dehora.nl](mailto:info@dehora.nl)  
[www.dehora.nl](http://www.dehora.nl)

## **Déhora Tsjechië**

Na Kocínce 210/3  
160 00 Praha 6  
T: +42(0)702 032 803  
E: [info@dehora.cz](mailto:info@dehora.cz)  
[www.dehora.cz](http://www.dehora.cz)

## **Déhora Polen**

Nowy Świat 41A  
00-042 Warszawa  
T +48 22 299 03 05  
E: [info@dehora.pl](mailto:info@dehora.pl)  
[www.dehora.pl](http://www.dehora.pl)