



PRODUCTIE

Lifestyle Screening

Wat?

Met de Lifestyle Screening brengt u preventief de leefstijl van uw medewerkers in kaart.

Thema's als voeding, beweging, slaap, roken, stress en alcoholgebruik komen aan bod.

Na de Lifestyle Screening ontvangen uw medewerkers een persoonlijk rapport met hun resultaten en leefstijladvies. Als minstens 20 medewerkers deelnemen, krijgt u een groepsverslag.

met een globaal resultaat voor uw organisatie en concreet advies om uw gezondheidsbeleid waar nodig bij te sturen.

Tijdens de Lifestyle Screening respecteren we het medische beroepsgeheim en de privacy van uw medewerkers.

Waarom?

Fysieke en mentale gezondheid zijn cruciaal voor de vitaliteit van uw medewerkers. Uit onderzoek blijkt echter dat de werkende Belg biologisch gezien gemiddeld 6,1 jaar ouder is dan zijn echte kalenderleeftijd. Een ongezonde leefstijl door roken, een gebrek aan beweging, ongezonde voeding, slaapttekort en stress is vaak de oorzaak. Ook de kans op gezondheidsproblemen, ziekte en vroegtijdig overlijden neemt daardoor toe.

Als werkgever kunt u de aandacht van uw medewerkers vestigen op het belang van een gezonde leefstijl. Een eerste stap om dat gericht te doen, is de leefstijl van uw medewerkers in kaart brengen.

Voor wie?

De Lifestyle Screening is geschikt voor alle organisaties die de vitaliteit van hun medewerkers willen bevorderen met een gerichte aanpak gebaseerd op objectieve data.

Hoe?

Een Lifestyle Screening in uw organisatie verloopt in 5 stappen:

Stap 1: opstartoverleg

Samen bespreken we hoe we de Lifestyle Screening aanpakken in uw organisatie.

Stap 2: inschrijven

U vraagt uw geïnteresseerde medewerkers zich in te schrijven voor de Lifestyle Screening. Zodra de inschrijvingen zijn afgesloten, leggen we de data en locaties voor het onderzoek vast.

Belangrijk: om de onderzoeksresultaten van uw medewerkers te verwerken in een anoniem rapport op maat van uw organisatie, hebben we minstens 20 Lifestyle Screenings nodig. Hoe meer deelnemers u verzamelt, hoe nauwkeuriger de globale analyse zal zijn. Het loont dus de moeite zo veel mogelijk medewerkers warm te maken voor de Lifestyle Screening.

Stap 3: bevestiging afspraak

Uw medewerkers ontvangen 14 dagen op voorhand via e-mail een afspraakbevestiging met alle praktische info. Ze krijgen daarbij ook een vragenlijst die ze ingevuld meebrengen naar het onderzoek.

Stap 4: Lifestyle Screening

De screening – uitgevoerd door een Mensura-leefstijladviseur – bestaat uit:

- een bespreking van de ingevulde vragenlijst;
- biometrie (bepalen van gewicht, lengte, de Body Mass Index (BMI) en de buikomtrek);
- een meting van de bloeddruk en pols;
- een vingerprik om het cholesterolgehalte te meten;
- een vingerprik om het glycemiegehalte te bepalen (diabetes).

Stap 5: terugkoppeling & verslag

Daarna bespreekt de leefstijladviseur met de medewerker de resultaten en gezondheidsadviezen op het vlak van beweging, voeding, slaap, stress en middelengebruik. Indien nodig verwijst de adviseur de medewerker door naar een huisarts of specialist.

Binnen de 3 weken ontvangt de medewerker een persoonlijk verslag met alle resultaten en adviezen.

Als minstens 20 medewerkers aan de Lifestyle Screening hebben deelgenomen, kunnen we voor uw organisatie een geanoniseerd groepsverslag maken. Samen bespreken we ook concrete adviezen voor uw gezondheidsbeleid.

Resultaat

De Lifestyle Screening geeft u een duidelijk beeld van de leefstijl van uw medewerkers. Het groepsverslag (vanaf 20 screenings) vormt de basis voor een gericht vitaliteitsbeleid in uw organisatie. Onze experts bieden u advies en ondersteuning bij de uitwerking ervan.

Dankzij het persoonlijke verslag komen uw medewerkers te weten hoe het met hun leefstijl gesteld is. Hun resultaten vormen de basis voor leefstijladvies op maat.

Praktisch

We kunnen de Lifestyle Screening

- in uw bedrijf (daarvoor hebben we een ruimte met wifi-verbinding en voldoende privacy nodig);
- in een van onze Mensura Vitality-centra (bekijk alle locaties op onze website).

Een Lifestyle Screening duurt ongeveer 45 minuten.