simple check

AANBOD

Gezond en veilig werken

Health Check (PMO) · PAGO · RI&E

Fitter, frisser, scherper, vrolijker. Samenwerken met Simple Check geeft helder inzicht in wat er speelt binnen je organisatie.



UITGAVE
Oktober 2026

CONTACT
023 - 568 0091

info@simplecheck.nl · simplecheck.nl

Jouw partner in duurzame inzetbaarheid.

INHOUD

Dit vind je in deze brochure

01 **Waarom Simple Check** 3

Waarom werkgevers voor ons kiezen en waar we voor staan.

02 **De Health Check (PMO)** 4

Het Preventief Medisch Onderzoek: wat we meten en hoe het werkt.

03 **Onze vragenlijsten** 8

De meest gekozen vragenlijsten, die je zelf kunt samenstellen.

04 **Route en planning** 11

Van voorbereiding tot duurzaam beleid, met doorlooptijden en wie wat doet. Zo weet je precies wat je kunt verwachten.

05 **Het PAGO** 13

Werkgebonden onderzoek, afgestemd op functiegroepen en de RI&E.

06 **De RI&E** 14

De basis van gezond werken, in vier fases.

07 **Wat we nog meer bieden** 15

Medische keuringen, beroepsvaccinaties en het MTO.

08 **Opvolging en de Groene Draad** 16

Van inzicht naar actie, passend bij wat er speelt.

09 **Veelgestelde vragen** 17

Antwoorden op wat werkgevers ons het vaakst vragen.

Waarom kiezen werkgevers voor Simple Check?

We geloven dat gezond werk begint bij inzicht. Door medewerkers op een laagdrempelige manier inzicht te geven in hun gezondheid, helpen we werkgevers een duurzame en vitale organisatie te creëren. Onze mobiele Health Check-bussen, twaalf vaste locaties, online tools en persoonlijke begeleiding maken het mogelijk om gezondheid voor iedereen binnen handbereik te brengen. En alles wat met duurzame inzetbaarheid te maken heeft, vind je bij ons op één plek: van onderzoeken, keuringen en vaccinaties tot workshops en coaching. Dat houdt het toegankelijk en overzichtelijk.

Zo maken we gezondheid Simpel. Check.

Maatwerk

Geen vast pakket maar een route op maat. Met een duidelijk startpunt, passende modules, een vast aanspreekpunt en meetbare vooruitgang. Onderzoek en aanpak op maat van elke functiegroep.

Persoonlijke aandacht

Iedere deelnemer krijgt een persoonlijk gesprek, advies op maat en maandelijkse opvolging.

Toegankelijkheid

Met de mobiele bus naar de locatie toe of op een van onze twaalf locaties dichtbij huis. Nederlands en Engels als basis, communicatie in elke gewenste taal.

Sterke communicatie

Inspirerende campagnes op maat en leidinggevenden als ambassadeurs.

Medische kwaliteit

Eigen bedrijfsartsen, werkend conform de NVAB leidraad PAGO/PMO, op een ISO-gecertificeerd platform.

Datagedreven inzicht

Van meting en risicoprofiel naar gerichte actie.

Opvolging inbegrepen

Een meting is pas waardevol als er iets mee gebeurt. Daarom is individuele opvolging bij ons inbegrepen.

De Health Check (PMO)

Het Preventief Medisch Onderzoek: fysieke en mentale gezondheidsrisico's vroegtijdig in beeld, met persoonlijk advies voor iedere medewerker en anonieme stuurinformatie voor de organisatie. Laagdrempelig en toegankelijk voor iedereen.

VOOR DE MEDEWERKER



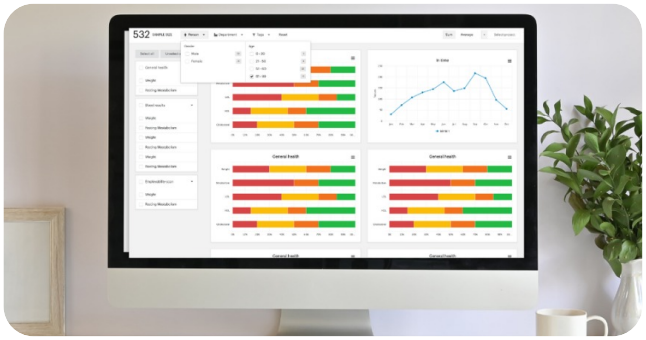
Inzicht in je eigen gezondheid met het PMO

Op het uiterst beveiligde en persoonlijke dashboard worden de testresultaten duidelijk weergegeven en krijg je inzicht in zowel jouw fysieke als mentale gezondheid. Medewerkers worden gemotiveerd om aan hun gezondheid te werken door middel van passend advies en bijbehorende interventies.

Zowel online als offline mogelijk:

- Terugkoppeling inclusief risicoprofiel
- Tips op maat
- Privacy gewaarborgd

VOOR DE ORGANISATIE



Inzicht in actuele data op het HR-dashboard

Op het HR-dashboard vind je vanaf 15 deelnemers de anonieme groepsresultaten. Deze data biedt belangrijke stuurinformatie om een passend duurzaam inzetbaarheidsbeleid aan te bieden. Alle interventies, ook van andere aanbieders, kunnen aan de resultaten worden gekoppeld en zijn daarmee zichtbaar en toegankelijk.

Zowel online als offline:

- HR-dashboard
- Groepsrapportage
- Managementsamenvatting en infographic

Na de Health Check



Tips en oefeningen

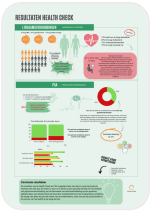


Fysieke rapportage (indien gewenst)

Komen wij presenteren



Groepsrapportage



Infographic

Risicoprofielen: eerder en proactief handelen

De risicoprofielen (fysiek en mentaal) laten zien hoeveel procent van de medewerkers een verhoogd risico heeft en waar gezondheidsrisico's ontstaan, nog vóórdat ze leiden tot klachten of uitval. Dat is interessant voor de hele organisatie. Je voorkomt verzuimkosten, en je laat zien dat je een goed werkgever bent die investeert in de gezondheid van medewerkers.

Onze metingen

De Basis Health Check duurt 25 minuten, met aanvullende modules gemiddeld 35 minuten. De check vindt plaats waar het jullie het beste uitkomt:

In onze Health Check-bussen

We komen met de bus naar jullie locatie toe.

Op twaalf vaste locaties

Overal in het land, dichtbij huis voor iedere medewerker.

In een ingerichte ruimte

Geen plek voor de bus? Dan richten we een ruimte bij jullie in.

Inhoud Basis Health Check

- BMI (lengte en gewicht)
- Lichaamsverhoudingen
  vetpercentage ·visceraal vet ·spiermassa ·botmassa · vochtpercentage ·BMR
- Metabolische leeftijd
- Buikomtrek
- Bloeddruk
- Hartslag in rust
- Bloedwaarden: cholesterol en glucose
- Knijpkrachtmeting
- Leefstijlinventarisatie
- Persoonlijke terugkoppeling

Testduur **25 minuten**

- Overzicht van (eigen) interventies
- Tipkaart
- Receptenboek
- Informatiefolder

PAGO-elementen op basis van arbeidsrisico's

Aanvullende modules

- Uitgebreid leefstijladvies op basis van de resultaten (ook van de vragenlijsten)
- Gehooronderzoek (lawaai)
- Visustest (beeldschermwerk en precisiewerk)
- Fysieke belasting en stabiliteit
- Diverse bloed- en urineonderzoeken
- Hart-, vaatconditie en stresstest (incl. ECG)
- Heart Rate Variability
- Longfunctie (stof-, las- en verfdampen)
- VO2 max
- Conditietest
- Huidinspectie



Onze basissamenstelling is opvallend compleet: standaard met de volledige lichaamssamenstelling, metabolische leeftijd, knijpkracht én een besproken leefstijlinventarisatie. Kort, compleet en zonder gedoe voor de medewerker.

Aanvullende onderzoeken

De basis is naar wens uit te breiden met aanvullende onderzoeken, afgestemd op de functiegroep en de RI&E van je organisatie.

Visustest

We meten de oogsterkte op drie afstanden: veraf, op beeldschermafstand en op leesafstand. Zo zie je meteen hoe het gaat met werken achter een beeldscherm. Aangevuld met een korte verdiepende vragenlijst.

Longfunctietest

Er is een korte en een uitgebreide longfunctietest. Door meerdere keren diep in te ademen en krachtig in de spirometer uit te ademen, wordt de longleeftijd vastgesteld en kan een afwijkende longfunctie worden gesignaleerd. Aangevuld met een korte verdiepende vragenlijst.

Gehoortest

Via een audiometer brengen we in kaart of er sprake is van gehoorschade, en zo ja, waar deze zich bevindt.

Fysieke belastingstest

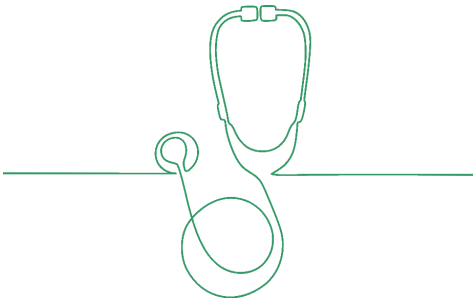
Inzicht in het bewegingsapparaat, eventuele (chronische) klachten en de relatie met het werk. Inclusief sit-and-reach test, schouderlenigheid, stabiliteit, knijpkrachtmeting, een korte verdiepende vragenlijst en advies op maat van een bewegingstherapeut.

Conditietest

Op basis van drie meetmomenten van de hartslag wordt de conditie berekend, zonder dat je in het zweet hoeft te werken. Op aanvraag breiden we dit uit naar een fietstest. Die vindt altijd plaats onder begeleiding van een arts, en is daardoor een langere en duurdere test.

Hart-, vaatconditie en stresstest

Inzicht in de werking van het hart, de vaatconditie en het zenuwstelsel, en het stressniveau als belangrijke factor. Inclusief hartslag, autonome zenuwstelsel, stressbestendigheid, stress-score, vermoeidheidsindex en ECG.



Aanvullende onderzoeken vervolg

Heart Rate Variability (HRV)

Een HRV-meting (hartslagvariabiliteit) meet de variatie in tijd tussen opeenvolgende hartslagen. Het geeft inzicht in hoe het autonome zenuwstelsel functioneert en hoe het lichaam omgaat met stress en herstel.

Huidinspectie

Bij werk met een risico voor de huid, zoals bijtende stoffen, controleren we de zones die we vooraf met jullie afspreken, bijvoorbeeld handen en armen. Zo signaleren we huidklachten vroeg. Medewerkers kunnen daarnaast zelf een plekje aangeven waar ze graag naar laten kijken.

Urineonderzoek

Het urineonderzoek brengt onder andere pH, soortelijk gewicht, glucose, eiwit en ketonen in kaart. Ook mogelijk als pakket op maat, samengesteld op jullie wensen en risico's, bijvoorbeeld stofspecifiek. De test kan thuis worden afgenomen en opgestuurd, of de urine wordt ingeleverd tijdens de check.



Diverse bloedonderzoeken

In samenwerking met het laboratorium: van algemeen bloedbeeld (klein bloedbeeld, KBB) en orgaanfunctie tot al je vitamines en mineralen. Het basis preventiepakket bevat glucose, cholesterol, lever- en nierfunctie, CRP en TSH. Ook mogelijk als pakket op maat, samengesteld op jullie wensen en risico's, bijvoorbeeld stofspecifiek. De afname gaat via een vingerprik, voor een laagdrempelige aanpak; een venapunctie (bloedafname uit de arm) kan ook. Specifiek mogelijk: prostaatonderzoek (PSA-waarde, mannen 35+) en vrouwelijk hormoon (AMH, vrouwen 18+).



Onze vragenlijsten

Met onze vragenlijsten krijg je een goede indruk van de verbeterpunten binnen jouw organisatie. Alle vragenlijsten zijn wetenschappelijk gevalideerd en modulair samen te stellen: de lijsten zijn opgeknipt in acht thematische blokken. Combineer bijvoorbeeld thema's uit de DIX en de PSA tot één eigen vragenlijst, of zet ze gefaseerd uit, zodat deelnemers niet afhaken op twee lange lijsten tegelijk.

MEEST GEKOZEN VRAGENLIJSTEN

Duurzame Inzetbaarheidsindex (DIX)

- Algemene gezondheid
- Weten & kunnen
- Werkplezier
- Werk-privébalans
- Persoonlijk leiderschap
- Belemmerende factoren
- Huidig en toekomstig functioneren

Psychosociale Arbeidsbelasting (PSA)

- Werkdruk
- Burn-outklachten
- Ongewenst gedrag
- Steun leidinggevende
- Steun collega's
- Cultuur en werkklimaat
- Autonomie

Leefstijl Check

- Bewegen, spierkracht en zitten
- Voeding en drinken
- Groente en fruit
- Alcohol en roken
- Slaap en ontspanning

Zit in ons basispakket

Nieuw: de Screeningsvragenlijst

Een verkorte vragenlijst, gebaseerd op de Mini DIX van TNO, die de belangrijkste onderdelen van de DIX en de PSA combineert in één meting. Ideaal als nulmeting, nog vóór een uitgebreider onderzoek zoals een PMO.

In 5 minuten ingevuld
Heel toegankelijk, dus een hoge respons met betrouwbare data.

Fysiek én mentaal
Risicoprofielen direct inzichtelijk, met een stoplichtscore per thema.

Basis voor beleid
Zie direct waar de aandacht naartoe moet en stel gericht je beleidsplan op.

Niet meer dan nodig
Geen overbodige vragen; je overvraagt je medewerkers niet.

Onze verdiepende vragenlijsten

Naast de meest gekozen lijsten zijn er verdiepende vragenlijsten, gericht op een specifieke situatie of een specifiek risico. In overleg stellen we de vragenlijst samen die past bij jouw organisatie, de functiegroepen en jullie doelstellingen.

Arbeidsomstandigheden

Brengt de omstandigheden waaronder medewerkers werken in kaart: fysieke belasting, afwijkende werktijden, gevaarlijke stoffen, biologische agentia, lawaai, klimaat en verlichting, beeldschermwerk en veiligheidscultuur (vragen uit de NEA van TNO).

Onregelmatige werktijden & ploegendiensten

Inzicht in de effecten van onregelmatig werk en ploegendienst en de factoren die hierop van invloed zijn: van persoonlijke omstandigheden tot leefstijl, gezondheid en toekomstperspectief.

Fysieke belasting

Een keuze uit onder andere de Checklist fysieke belasting, de Hand-arm risicobeoordelingsmethode (HARM), het Werkhoudinginstrument (WHI) en de Duw- en Trek Check (DUTCH).

Beter Achter je Schermen (BAS)

Speciaal voor beeldschermwerkers: inzicht op individueel en groepsniveau in de gezondheidseffecten van langdurig beeldschermwerk. Over de werkplek, klachten aan armen, nek en schouders, werk- en rusttijden en werkhouding.

Mini DIX

Een korte versie van de DIX die toch alle relevante onderwerpen aanstipt: werk-privébalans, veerkracht, huidig en toekomstig functioneren, gezondheid en energie, kennis en kunde, en persoonlijk leiderschap.

Leefstijlcheck uitgebreid

De uitgebreide versie van de Leefstijl Check, over beweging, voeding, leefstijl en mentale weerbaarheid. Met concrete handvatten om de eigen leefstijl te verbeteren en de weerstand op peil te houden.

MTO

Het Medewerkerstevredenheidsonderzoek: weten wat er écht speelt in je organisatie, van tevredenheid en bevlogenheid tot werkdruk en ontwikkelmogelijkheden. Net als al onze vragenlijsten is het MTO modulair opgebouwd.

Vragenlijsten voor het management

Duurzame inzetbaarheid begint ook bij het management en de leidinggevenden. Met deze vragenlijsten krijg je inzicht in beleid, middelen en leiderschap, en zie je waar je als organisatie op kunt sturen.

KOBA-DI tool van TNO

Ondersteunt het management bij de juiste beslissingen om de duurzame inzetbaarheid te verbeteren en productiviteitsverlies te verminderen. Over gezondheid, kennis, werkplezier, werk-privébalans en een uitdagende werkomgeving.

Organisatiescan

Brengt alle beschikbare instrumenten en middelen in kaart, voor een goede organisatieanalyse. Met modules over ambities, ontwikkelingen, inzetbaarheidsvraagstukken, een bedrijfsscan, een middelenanalyse en een kosten-batentool.

Leidinggevende scan

Gericht op leidinggeven aan duurzame inzetbaarheid: wat gaat goed en wat kan beter? Met inzicht in competenties, voorwaarden voor goed leiderschap, het herkennen van risico's, middelen en cultuur, en stuurinformatie om leidinggevenden goed te faciliteren.

Feedback leidinggevende

Laat zien hoe de leiderschapsstijl van een leidinggevende overeenkomt met hoe teamleden die ervaren. Over competenties en kennis rond duurzame inzetbaarheid, de organisatorische context, en steun en middelen.

Direct inzicht

Overzichtelijke stoplichtscores per thema, direct zichtbaar in het dashboard, voor medewerker én organisatie.

Landelijke benchmark

Waar mogelijk vergelijken we de uitkomsten met landelijke benchmarkcijfers (o.a. de NEA van TNO).

Anoniem en veilig

Rapportage op groepsniveau vanaf 15 deelnemers, waaruit geen persoon herleidbaar is.



Route en planning

Alle trajecten die we aanbieden zijn maatwerk. Hieronder zie je de route zoals die het vaakst verloopt; jouw traject kan daar dus van afwijken. Een vaste projectmanager begeleidt het hele traject en is je centrale aanspreekpunt.

DE VIER FASES EN HUN DOORLOOPTIJD

Project vormgeven
1 tot 2 weken

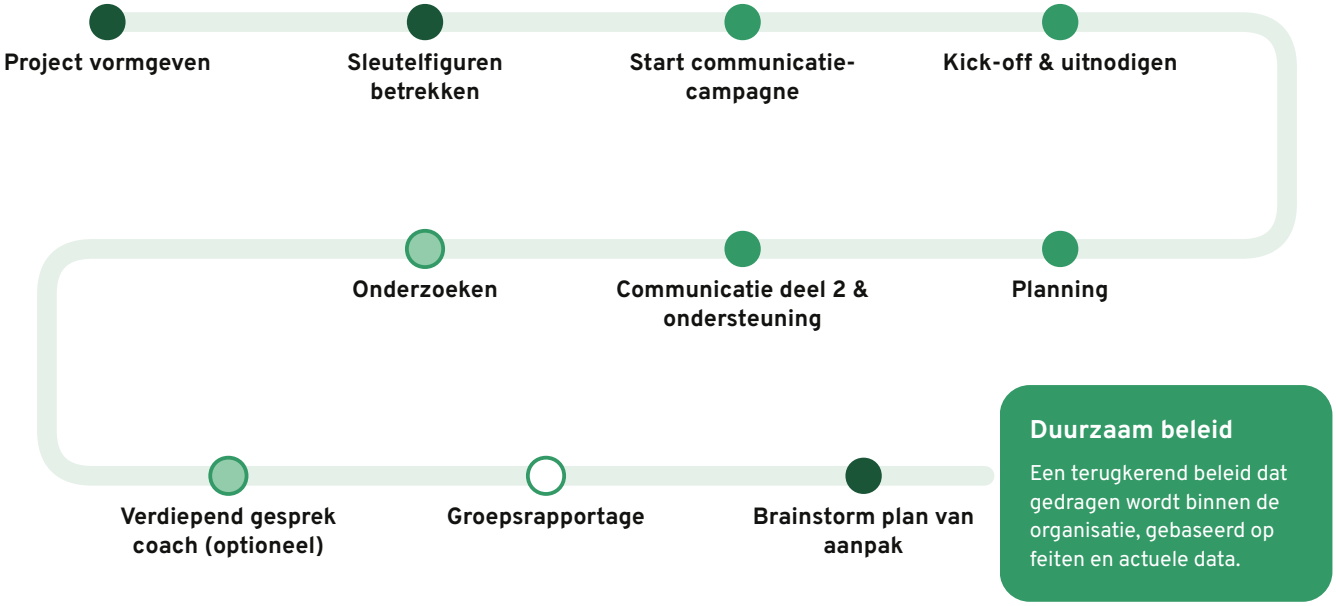
Uitnodiging en aanmeldperiode
4 tot 6 weken

Health Check-dagen
Een afspraak duurt gemiddeld 35 minuten: per testruimte zo'n 9 checks per dag, met meerdere testruimtes tegelijk tot circa 72

Groepsrapportage
2 weken na de laatste testdag

DE ROUTE IN TIEN STAPPEN

De kleur van elke stap laat zien bij welke fase hij hoort.



Duurzaam beleid
Een terugkerend beleid dat gedragen wordt binnen de organisatie, gebaseerd op feiten en actuele data.

Tijdens de aanmeldperiode

De planning stemmen we af op de productie en roosters van jouw organisatie, zodat de impact op de werkvloer minimaal blijft. We monitoren de planning continu met tussentijdse updates en schakelen dagen bij of af waar nodig; deelnemers ontvangen twee herinneringen en verzetten kosteloos tot 24 uur van tevoren.

Onze route stap voor stap

Stap	De organisatie	De medewerker	Doel van de stap
1 Analyse & communicatie	Samen bepalen we de doelstellingen, doelgroep en inhoud. We betrekken OR en leidinggevenden. Wij leveren alle communicatiemiddelen en verzorgen de kick-off op locatie.	Via de leidinggevende en HR hoort de medewerker over het onderzoek. Er is aandacht voor vragen over privacy en deelname is altijd vrijwillig.	Vertrouwen creëren, draagvlak bouwen en de bereidheid om deel te nemen vergroten.
2 Uitnodiging & aanmelding	Via de vaste projectmanager volg je de respons. Lukt inplannen niet, dan ondersteunt Simple Check het proces.	De uitnodiging komt per e-mail, in de eigen taal. Een afspraak is met één klik gepland, zonder account. Schriftelijk aanmelden kan ook.	De drempel zo laag mogelijk maken en iedereen regie geven over de eigen planning.
3 Vragenlijst(en)	Je hoeft niets te regelen: de projectmanager bewaakt de voortgang en stuurt bij waar nodig.	De modulaire vragenlijsten worden ingevuld wanneer het uitkomt. De resultaten staan direct in het persoonlijke portaal, met tips.	Goed voorbereiden, onzekerheid wegnemen en de kwaliteit van de gegevens verhogen.
4 Health Check (PAGO / PMO)	Jij regelt een plek voor de bus of een ruimte op locatie; wij doen de rest. Tot circa 72 checks per dag.	De check vindt plaats in onze bus, in een ingerichte ruimte op locatie of op een van onze twaalf vaste locaties. Alles wordt direct besproken.	Een persoonlijke, positieve ervaring met direct inzicht in de eigen gezondheid.
5 Resultaten & rapportage	Vanaf 15 deelnemers ontvang je een geanonimiseerde groepsrapportage met trends, risico's en kansen, het HR-dashboard en een resultatensessie.	De resultaten staan direct in het portaal of in een fysiek rapportageboekje, met advies op maat en een menukaart met interventies.	Inzicht op elk niveau, met geborgde privacy: individueel voor de medewerker, anoniem voor de organisatie.
6 Opvolging	We vertalen de inzichten naar een passend actieplan, met advies en tips voor leidinggevenden en HR.	Bij een verhoogd risicoprofiel volgt, indien gewenst, anoniem een uitnodiging voor een vervolgafspraak, workshop of training, plus maandelijks kosteloos tips op maat.	Van inzicht naar actie: risico's gericht opvolgen. Preventief en proactief.

ONS ADVIES

Richt de medewerkerreis zo eenvoudig en persoonlijk mogelijk in: heldere communicatie, maximale keuzevrijheid bij het plannen, persoonlijke begeleiding tijdens de check en een gebruiksvriendelijk portaal. Dat vergroot de deelname én levert betrouwbare managementinformatie op.

Het PAGO

Het Periodiek Arbeidsgezondheidskundig Onderzoek: werkgebonden gezondheidsrisico's tijdig signaleren, afgestemd op functiegroepen, arbeidsomstandigheden en de RI&E.

PAGO: gericht op het werk

Waar het PMO breed kijkt naar gezondheid en leefstijl, richt het PAGO zich specifiek op de gezondheidsrisico's die het werk met zich meebrengt. Met een PAGO voldoe je bovendien aan je zorgplicht als werkgever: de Arbowet (artikel 18) verplicht om medewerkers periodiek een arbeidsgezondheidskundig onderzoek aan te bieden.

Afgestemd op de RI&E en functiegroepen

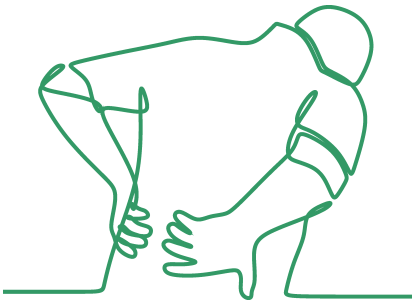
Voor de samenstelling van het PAGO betrekken we de Risico-Inventarisatie & -Evaluatie (RI&E) van jouw organisatie. Op basis daarvan bepalen we gezamenlijk welke onderdelen en testen het onderzoek moet bevatten, zodat het aansluit op de daadwerkelijke risico's op de werkvloer. Heb je nog geen (actuele) RI&E? Dan stellen wij die graag met je op.

Kantoorfuncties

Bijvoorbeeld: visustest gericht op beeldschermwerk, vragenlijsten over werkdruk en beeldschermwerk & zitten.

Uitvoerende functies

Bijvoorbeeld: gehooronderzoek (lawaai), longfunctietest (stof- en dampblootstelling), fysieke belasting en stabiliteit.



Zo ziet een PAGO eruit

Het PAGO volgt dezelfde route als de Health Check: van intake en communicatie tot uitvoering op locatie, persoonlijke terugkoppeling en een anonieme groepsrapportage. De Basis Health Check kan het fundament vormen, maar dat hoeft niet. De PAGO-modules worden toegevoegd op basis van de functiegroep. De uitkomsten landen in hetzelfde beveiligde portaal, met een geanonimiseerde groepsrapportage, waar mogelijk per functiegroep (vanaf 15 deelnemers).

Ons advies: maak van het PAGO één sterk, preventief traject

Combineer de functiegerichte PAGO-modules met de brede Health Check in één onderzoek, aangevuld met preventieve onderdelen zoals de leefstijlinventarisatie en persoonlijk leefstijladvies. Zo voldoe je in één traject aan je zorgplicht én krijgen medewerkers er zelf iets waardevols voor terug.

Leuk en relevant

Medewerkers krijgen zelf inzicht en advies terug; geen verplicht nummer.

Eén traject

Health Check én PAGO in één; de zorgplicht is meteen geregeld.

Hogere deelname

Een aantrekkelijk onderzoek vergroot de bereidheid om mee te doen.

Basis voor beleid

Risicoprofielen en trends als stuurinformatie voor je beleid.

De RI&E: de basis van gezond werken

Een RI&E (Risico-Inventarisatie & -Evaluatie) is vanuit de Arbowet (artikel 5) verplicht voor alle werkgevers in Nederland, inclusief een plan van aanpak. Maar naast die wettelijke verplichting zijn goed werkgeverschap en de zorg voor gezonde werknemers in een gezonde organisatie een minstens zo belangrijke reden om een goede RI&E uit te voeren. De RI&E brengt alle arbeidsrisico's in kaart en beschrijft welke maatregelen je neemt om ze te beheersen.

Beleid & organisatie

- Arbobeleid
- Bedrijfshulpverlening (BHV)
- Huisvesting
- Werkplekinrichting
- Persoonlijke beschermingsmiddelen

Belasting & risico's

- Fysieke belasting
- Fysische belasting (o.a. geluid, klimaat)
- Gevaarlijke stoffen
- Psychosociale arbeidsbelasting (PSA)

De RI&E bestaat meestal uit de volgende vier fases. Elke fase wordt in overleg met de opdrachtgever uitgevoerd, zodat de aanpak goed aansluit op de organisatie.

Opstartfase

Fase 1

Samen bepalen we de scope en bespreken we de bedrijfsdoelstellingen en ambities op het gebied van veiligheid, gezondheid en welzijn. Bestaande informatie vragen we op: eerdere RI&E, PMO, MTO, beleidsstukken en veiligheidsprocedures.

Inventarisatie

Fase 2

Een inventarisatie van alle relevante arbeidsrisico's via interviews, eventueel digitale vragenlijsten en een observatieronde op locatie: een RI&E doe je niet alleen digitaal. We kijken naar fysieke belasting, gevaarlijke stoffen, psychosociale belasting, machineveiligheid, inrichting van de arbeidsplaats en noodvoorzieningen.

Bespreken bevindingen

Fase 3

De bevindingen uit de inventarisatie worden besproken met de opdrachtgever. In dit gesprek worden de voorlopige resultaten toegelicht en waar nodig aangevuld of aangescherpt voordat de definitieve rapportage wordt opgesteld.

Rapportage & plan van aanpak

Fase 4

Een overzichtelijke rapportage met bevindingen en advies per thema. Daarnaast een eerste aanzet voor het plan van aanpak; de opdrachtgever vult actiehouders, termijnen en budgetten aan zodat de RI&E aansluit op de interne werkwijze.

Bij bedrijven met meerdere locaties voeren we bij voorkeur per locatie een RI&E uit. De wettelijke toetsing van de RI&E (artikel 14 Arbowet) wordt uitgevoerd door een onafhankelijke derde partij; we adviseren je daar graag over. Een voorbeeld van het rapportageformat sturen we graag op aanvraag.

Wat we nog meer bieden

Simple Check verzorgt het volledige aanbod rond duurzame inzetbaarheid. Eén partij, één portaal, één aanspreekpunt.

Medische keuringen / beroepskeuringen

Voor veel functies is een medische keuring verplicht of sterk aan te raden. Simple Check voert vrijwel alle medische keuringen uit, onder verantwoordelijkheid van onze bedrijfsartsen, op locatie of op een van onze twaalf vaste locaties. Vaak slim te combineren met een PAGO of Health Check: één afspraak, alles geregeld.



Chauffeurs- en rijbewijskeuringen

Voor beroepschauffeurs (groot rijbewijs), de CBR-rijbewijskeuring en de taxipas.

Bodemsanering & asbest

Bodemsaneringskeuringen klasse A, AB en ABC en keuringen voor het werken met asbest.

Ademluchtkeuring

Voor medewerkers die met onafhankelijke adembescherming werken.

Offshore keuring

Voor medewerkers die op zee of in de energiesector werken.

Brandweerkeuring

Periodieke keuring, gericht op de fysieke en mentale eisen van het vak.

Aanstellingskeuring

Bij functies met bijzondere medische eisen.

Staat de keuring die je zoekt er niet bij? Vrijwel elke branche- of functiekeuring is mogelijk. Vraag ons naar de mogelijkheden.

Beroepsvaccinaties

Afhankelijk van het werk kunnen medewerkers in contact komen met bacteriën en virussen. Dit is een gezondheidsrisico voor zowel de medewerker als de werkgever. Met beroepsvaccinaties zorg je dat iedereen goed beschermd aan het werk kan. Welke vaccinaties nodig zijn, blijkt uit de RI&E, als onderdeel van je arbobeleid. De vaccinaties kunnen worden uitgevoerd op locatie, in onze mobiele unit of op een van onze twaalf vaste locaties, en zijn uitstekend te combineren met een keuring, PAGO of Health Check.

Medische keuringen en vaccinaties voeren we uit in samenwerking met onze zusterorganisatie Meditel.

Het MTO

Het Medewerkerstevredenheidsonderzoek: weten wat er écht speelt in je organisatie, van tevredenheid en bevlogenheid tot werkdruk en ontwikkelmogelijkheden. Net als al onze vragenlijsten is het MTO modulair opgebouwd. We stellen in overleg de vragenlijst samen die past bij jouw organisatie en doelstellingen. Het MTO is ook te combineren met andere vragenlijsten en onderwerpen, met ruimte voor vragen op maat.



Opvolging: van inzicht naar actie

De echte meerwaarde ontstaat wanneer inzichten worden vertaald naar concrete acties: workshops, trainingen en coaching, voor de juiste groep en op het juiste moment.



Van risicoprofiel naar de juiste interventie

Op basis van het onderzoek plaatsen we iedere medewerker in een helder risicoprofiel, altijd veilig en vertrouwelijk. Zo kun je heel gericht een plan van aanpak opstellen: de juiste interventie voor de juiste groep, in plaats van een breed en algemeen aanbod.

Geen verhoogd risico

Focus op behoud van vitaliteit en eigen regie.

Verhoogd fysiek risico

Gerichte fysieke opvolging, bijvoorbeeld rond belasting, houding en beweging.

Verhoogd mentaal risico

Passende mentale ondersteuning, zoals coaching of stressmanagement.

De opvolgingscampagne: automatisch, op maat en motiverend

Op basis van het risicoprofiel en eventuele rode scores staat er voor iedere medewerker een op maat gemaakt vervolg klaar in het Simple Check portaal: persoonlijk advies, tipkaarten, informatieve artikelen en video's. Een week na de Health Check ontvangt de medewerker bovendien een bericht dat er speciaal iets voor hem of haar klaarstaat. Zo worden medewerkers opnieuw gemotiveerd en geïnspireerd om met hun gezondheid aan de slag te gaan.

Van momentopname naar continu proces

Wil je duurzame inzetbaarheid als organisatie structureel organiseren, dan wordt het een vast onderdeel van je beleid. In plaats van een eenmalige check richten we samen een doorlopende cyclus in waarin gezondheidsdata, managementinformatie en interventies samenkomen in het Simple Check portaal. Die cyclus noemen we de Groene Draad: het model waar we samen naartoe werken.

De Groene Draad: onze cyclus



Veelgestelde vragen

Is deelname verplicht voor medewerkers?

Nee, deelname is altijd vrijwillig. Juist daarom investeren we in communicatie en een laagdrempelige opzet, met een deelname die gemiddeld boven de 70% ligt. Ook in de bus kiest de medewerker per meting zelf wat hij of zij laat meten.

Hoeveel tijd kost het een medewerker?

Het basisonderzoek duurt 25 minuten en kan worden aangevuld met extra testen. Medewerkers plannen zichzelf online in, of worden desgewenst ingepland. Deelnemen kan met één klik en zonder account.

Is een digitale check niet genoeg?

Een digitale check is een prima eerste stap, en die bieden we zelf ook: de digitale intake en de thuistest. Het verschil zit in wat er daarna gebeurt. Zonder persoonlijke begeleiding blijft opvolging meestal uit. Bij Simple Check horen begeleiding en opvolging er daarom standaard bij.

Zijn er slimme financieringsmogelijkheden?

Vaak wel. Veel collectieve zorgverzekeringen hebben een budget waarmee een PMO, PAGO of RI&E (deels) gefinancierd kan worden; we denken mee en onderhandelen desgewenst mee. Daarnaast kunnen medewerkers sommige interventies vanuit de basisverzekering volgen, zoals een Gecombineerde Leefstijl Interventie (GLI) of een stoppen-met-rokenprogramma.

Hoe snel kunnen we starten?

Een compleet traject duurt gemiddeld circa acht weken, van intake tot groepsrapportage. Liever spreiden over een langere periode? Dat kan. Met meerdere testruimtes tegelijk testen we tot circa 72 medewerkers per dag.

Ziet de werkgever de individuele resultaten?

Nee, nooit. Individuele resultaten zijn uitsluitend zichtbaar voor de medewerker zelf. De organisatie ontvangt alleen een geanonimiseerde groepsrapportage, vanaf 15 deelnemers, waaruit geen persoon herleidbaar is.

Moet onze eigen bedrijfsarts of arbodienst iets regelen?

Nee. Het onderzoek en de medische terugkoppeling vinden plaats onder verantwoordelijkheid van de bedrijfsartsen die aan Simple Check verbonden zijn. Een koppeling met jullie eigen arbodienst of bedrijfsarts is optioneel mogelijk voor de opvolging.

Wat kost het?

Elk traject is maatwerk. In een vrijblijvend adviesgesprek stellen we het pakket samen dat past bij jouw organisatie en budget, met een heldere offerte zonder verrassingen achteraf. We factureren op nacalculatie: je betaalt alleen voor de medewerkers die daadwerkelijk zijn geweest.

Hoe zit het met de AVG en privacy?

We werken volledig conform de AVG, met software die gecertificeerd is volgens ISO 27001 en voldoet aan NEN 7510. We sluiten standaard een verwerkersovereenkomst af.

Werkt dit ook voor medewerkers die niet digitaal vaardig zijn of geen Nederlands spreken?

Ja. Nederlands en Engels vormen de basis, en de communicatie is te vertalen naar elke gewenste taal. Er is een offline uitnodiging voor wie geen e-mailadres heeft en een fysiek rapportageboekje voor wie liever niet digitaal werkt.

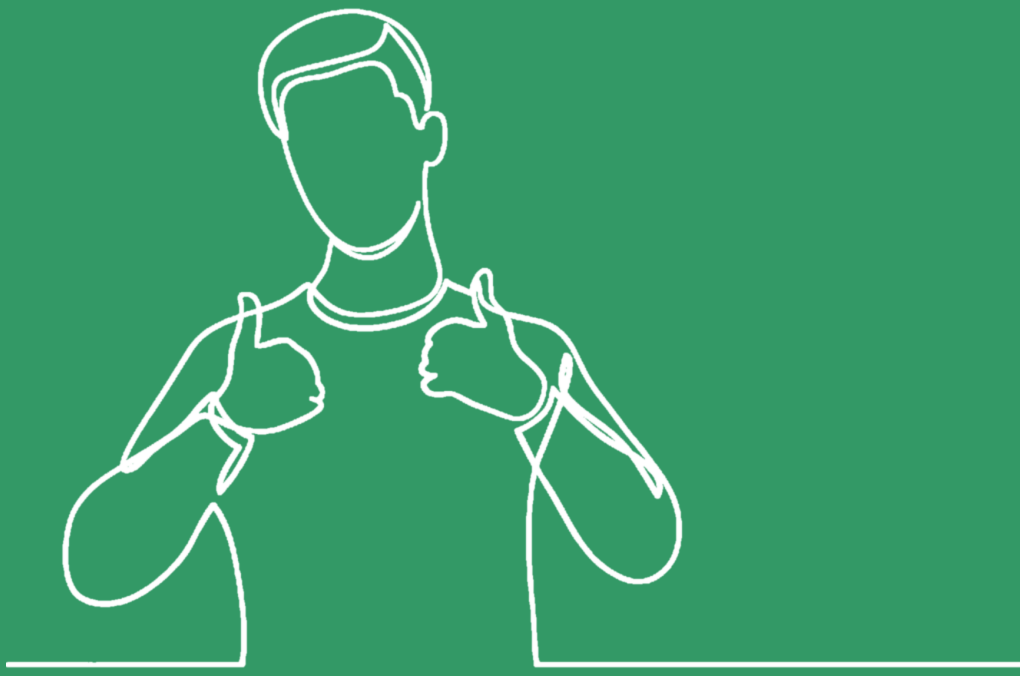
Klaar voor de volgende stap?

Elk traject is maatwerk, dus stellen we graag samen met je het pakket samen dat past bij jouw organisatie en budget. Een vrijblijvend adviesgesprek of een offerte op maat is zo geregeld. Neem gerust contact op, we denken graag met je mee.

023 - 568 0091

info@simplecheck.nl

simplecheck.nl



simple check

Jouw partner in duurzame inzetbaarheid.