

Beste collega's,

Onlangs is een start gemaakt met het beleid omtrent duurzame inzetbaarheid. Dit is een breed en veelomvattend begrip, waarbij veel reeds is ingevuld in lijn met het bestuurskantoor. De aanvulling die wij maken is dan ook gericht op De Bloeiwijzer, waarvan een deel reeds gerealiseerd is, bijvoorbeeld middels 'Groen in de klas' en Trending Tea. Dit is nadrukkelijk maar een klein onderdeel, maar kan wel bijdragen aan het maken van het verschil!

Werkdrukverlaging en werkdruggelden

Waar bij werkdrukverlaging veelal gedacht wordt aan meer ondersteuning (wat vooral ten gunste is van de leerlingen), is er ook een voorstel om tegemoet te komen aan de mentale en fysieke belasting van de leerkracht. In de wetenschap wordt toegelicht dat de werkdruk verlaagd kan worden door in te spelen op 'een tekort aan tijd voor ontspanning gedurende de werkdag'.

Onderzoek heeft uitgewezen dat korte pauzes positieve invloed hebben op het uiteindelijke werkresultaat. Zo'n pauze kan optimaal worden ingevuld met een totale ontspanningssessie in een massagestoel. Een optimale ontspanning voor lichaam en geest. Zeker bij stressvolle beroepen. Het gaat dan niet om zomaar een massagestoel, maar één met een medische certificering (door het Japanse Ministerie van gezondheid), de 'Inada Dreamwave'.

'Ontspanning, relaxatie van lichaam en psyche zijn zeer belangrijk als oplossing voor diverse gezondheidsklachten. Maar ook als preventief onderhoud voor uw lichaam en psyche is een massagestoel een uitkomst.

Onthaasten voordat de spanning te hoog opgelopen is, zorgt voor een regelmatig en overzichtelijk leven. Daardoor kunnen lichamelijke klachten, vergissingen en tegenslagen vermeden worden, je houdt beter overzicht en blijft productief.'

Welke voordelen biedt een massage?

We beperken ons tot het beschrijven van de volgende punten:

- Verbetert de doorbloeding;
- Verhoogt de concentratie;
- Activeert de stofwisseling;
- Ontspant gespannen spieren;
- Ondersteunt de weerstand van het lichaam;
- Is stress reducerend;
- Heeft een aangenaam effect op de fysische en psychische toestand;
- Zorgt voor sneller afvoeren van afvalstoffen: ontspanningsfase wordt sneller bereikt.



Reductie ziekteverzuim

Tot slot wordt als voordeel voor de werkgever de besparing op ziekteverzuim benoemd: een zieke leerkracht vervangen is duur, zeker wanneer de vervanging nauwelijks te krijgen is (met als mogelijk gevolg, belasting van andere collega's binnen het schoolteam). Wanneer de inzet van een massagestoel bijdraagt aan het ervaren van minder werkdruk, als gevolg van een moment van ontspanning gedurende de werkdag, kan dit een positief effect hebben op het reduceren van ziekteverzuim en het verhogen van werkplezier.

Zijn wij de eersten?

Nee! Veel bedrijven gingen ons reeds voor...een kleine greep uit de lange lijst...

Erasmus MC Rotterdam – s'Heerenloo zorggroep- Maasziekenhuis – UMC Utrecht – Politie – Openbaar Ministerie – Wilhelmina ziekenhuis – Maxima kindziekenhuis – Gemeente Zoetermeer...etc.

Hygiëne

Uiteraard wordt hier ook rekening mee gehouden. Door het afnemen van de massagestoel met een zachte desinfectie reiniger na de massage blijven de massagestoel schoon, hygiënisch en verantwoord.

Doordat de massagestoelen stoelen elektrisch masseren, is er geen contact tussen mensen waardoor, met het oog op Covid-19, een eventuele besmetting erg klein is.