

A photograph of Joyce van Dijk, a woman with reddish-brown hair, sitting in a black wicker chair. She is wearing a grey jacket over a dark top and dark trousers. The setting is a bright, modern interior with a large window in the background. To her right, there is a wooden table with several potted plants, including cacti and succulents. A wooden stump is visible in the foreground on the right.

‘De overgang leidt onnodig tot veel verzuim en uitstroom. Niet door de overgangsklachten zelf, maar door onbegrip, gebrek aan deskundigheid en het ontbreken van de juiste interventie’, weet Joyce van Dijk, directeur van HealthyWoman. En daar gaat de organisatie verandering in brengen.

HealthyWoman-directeur Joyce van Dijk:

**‘Voorkom verzuim.
Houd rekening met de
levensfasen van vrouwen’**



HealthyWoman breidde begin dit jaar haar dienstverlening uit. De organisatie startte de eerste arbodienst die gespecialiseerd is in gezondheidsgerelateerde gender- en leeftijdsverschillen. Veel aandacht krijgt de overgang. De arbowereld houdt hier geen rekening mee, zegt directeur Van Dijk. 'Bestaande arbodiensten zijn bedacht door mannen. De spelregels zijn ook door mannen opgesteld. Aan vrouwengezondheid werd tot voor kort geen waarde gehecht.' Terwijl de arbeidsparticipatie van vrouwen de afgelopen tien jaar geweldig is toegenomen. 'Opvallend genoeg wordt er niet ingespeeld op de arbeidsparticipatie van vrouwen', zegt Van Dijk, 'de man blijft de standaard. Daardoor is er voor bijvoorbeeld overgangsklachten geen aandacht.' Dus is er onder vrouwen in bijna alle levensfasen een veel hoger verzuim dan onder mannen in dezelfde leeftijdscategorieën. 'Bestaande arbodiensten verdiepen zich niet in de overgang. Ze laten veel liggen. Dat geldt ook voor nogal wat huis- en bedrijfsartsen. De medische zorg hanteert een uniseks aanpak die geen rekening houdt met de levensfase van een vrouw.'

Winst door de juiste begeleiding

Van Dijk wil de arbowereld eens flink opschudden. Veranderingen zijn volgens haar broodnodig. 'Kijk naar de levensfase waarin een medewerker zich bevindt. En houd bijvoorbeeld rekening met haar privésituatie. Heeft ze kinderen of doet ze aan mantelzorg? Weet ook dat een vrouw twee tot wel tien jaar overgangsklachten kan hebben. Soms nog langer. En wees bedacht op wat het met iemand doet om overgangsklachten te hebben.' Volgens Van Dijk is juist hierover veel te weinig bekend bij werkgevers. 'Als een vrouw 51 jaar is, zit ze op de piek van de overgang. Je ziet dat veel vrouwen die niet worden begeleid, opgebrand zijn en stoppen met werken. Dat is slecht voor de vrouw zelf, maar ook voor de werkgever.' Wat gaat HealthyWoman hieraan doen en hoe helpt dit werkgevers én medewerkers? Van Dijk: 'We zetten een filter op het verzuim. En zoeken dan naar de ware oorzaak hiervan. Want, bij een verkeerde diagnose krijgen vrouwen niet de begeleiding die hen verder helpt. Voor een burn-out staat negen maanden hersteltijd in de vorm van rust. Rust is funest voor vrouwen in de overgang. Overgangsklachten gaan niet over als je thuiszit, ze verergeren eerder. Het is veel beter om aan het werk te zijn. Ook voor het zelfbeeld van de vrouw. En bij een foute diagnose wordt ze ten onrechte aan het arbeidsproces onttrokken.' HealthyWoman zorgt voor de juiste interventie. De verwachting is dat vrouwen met overgangsklachten eerder weer aan het werk zijn. 'Alleen al omdat ze inzicht krijgen in de

HealthyWoman

De landelijke netwerkorganisatie HealthyWoman is er voor werkende vrouwen in alle levensfasen. Van de eerste stappen op de werkvloer tot de fase op weg naar pensionering. HealthyWoman biedt preventieve levensfasetrainingen voor vrouwen. En sluit daarvoor contracten af met werkgevers en verzekeraars. Het doel is een positief effect op werkplezier, gezondheid, werkvermogen en vitaliteit.

veranderingen van hun eigen lichaam en geest. Heel veel veranderingen zijn biologisch te verklaren, maar dat weten vrouwen vaak niet. Die kennis zorgt voor acceptatie en een mindset waarbij ze meer rust vinden in deze levensfase. Kunnen wij vrouwen helpen om met zelfvertrouwen op de werkvloer te staan, dan is onze missie geslaagd.' Zelfs als het maar om een paar vrouwen gaat die wél de goede begeleiding krijgen, levert dat al veel winst op. Nog beter dan een daling van het verzuim is preventie, benadrukt Van Dijk. 'Als een vrouw goede informatie en tips krijgt, leert ze hoe ze zichzelf op de eerste plaats zet in het belang van haar gezondheid.'

Kentering in de maatschappij

Het verhaal krijgt op het einde een hoopvoller klank, want de directeur van HealthyWoman ziet de laatste tijd een bescheiden kentering. 'Het begrip begint langzaam te komen. Bedrijfsartsen en zorgorganisaties worden wakker. Als je meer dan 6% verzuim hebt, moeten ook alle alarmbellen afgaan. Verzuim kost veel geld. Een zorgorganisatie moet bovendien aan haar reputatie als werkgever denken. Het spreekt zich snel rond als de arbeidsomstandigheden niet best zijn. Je moet zorgen dat je je eigen mensen behoudt.' Hiervoor in zee gaan met een arbodienst voor vrouwen is volgens Van Dijk heel zinvol. 'Want dat gaat een positief resultaat opleveren. In termen van werkplezier, gezondheid, werkvermogen, vitaliteit én verzuim. Daar durf ik mijn hand voor in het vuur te steken. Binnen twee jaar staat de overgang op de agenda, bij werkgevers én bedrijfsartsen.' /