

## Vitaal@Reinier Interactieve Video's

*Dit is de beschrijving van een pilot die wordt uitgevoerd door Reinier de Graaf in het project: VitaalKrachtige regio, regionaal verder werken aan duurzame inzetbaarheid. Deze beschrijving is opgesteld bij de start van de pilot.*

### Achtergrond en ambitie

Reinier de Graaf is in 2016 gestart met het ontwikkelen van het platform Vitaal@Reinier en is er een goede basis gelegd met een palet aan interventies en ondersteuningsmogelijkheden voor medewerkers om zelf de regie te pakken op hun eigen gezondheid, vitaliteit en inzetbaarheid. Daarnaast bieden we al een 10 jaar een leefstijlprogramma aan, dat inmiddels erkend is door het RIVM. Op het moment heeft Reinier de Graaf ongeveer 3.700 medewerkers.

Binnen de zorg wordt veel van medewerkers gevraagd op het gebied van meebewegen en veranderen. Dit vraagt flexibiliteit en vitaliteit van de medewerkers. De druk binnen de zorg is toenemend hoog en het afgelopen Coronajaar heeft dit extra benadrukt. Dit maakt het van belang om in te zetten op de duurzame inzetbaarheid van het personeel.

### Doel pilot

Het belangrijkste doel van de pilot is om de vitaliteit van zoveel mogelijk medewerkers verbeteren zodat zij duurzaam inzetbaar blijven. Dit doel willen we bereiken door:

- Structurele aandacht op leefstijl, vitaliteit en gezondheid en interventies hierop
- Bereik van een zo groot mogelijk aantal medewerkers
- Doorontwikkeling van de huidige interventies en ondersteuningsmogelijkheden en opzetten van nieuwe interventies

Als pilot worden verschillende activiteiten, challenges en interactieve themavideo's ontwikkeld. Deze pilot brengt daarbij thema's rondom vitaliteit en gezondheid onder de aandacht bij een grote groep medewerkers doordat het laagdrempelig en leuk is om aan mee te doen. Het wijst medewerkers op een positieve manier op hun eigen rol en verantwoordelijkheid in hun inzetbaarheid.

Voor 2021 wordt daarvoor een jaarkalender ontwikkeld op basis van vitaliteitsactiviteiten waar medewerkers aan kunnen deelnemen. Met het aanbod van activiteiten wordt aangesloten bij de verschillende behoeften van medewerkers; er is een breed palet. Elke maand wordt een thema onder de aandacht gebracht. Naast activiteiten worden er ook challenges georganiseerd en 2 keer per maand wordt er een interactieve video gedeeld met de medewerkers over het betreffende thema.

Elke afdeling van de organisatie heeft een vitaliteitsambassadeur die betrokken wordt bij het aanbod van activiteiten en promoot deze op de afdeling. De vitaliteitsambassadeur is zelf iemand die enthousiast is over gezondheid en vitaliteit en weet zijn/haar collega's te inspireren en motiveren.

Daarnaast ontvangt elke medewerker iedere 5 dagen een interactieve video over onderwerpen binnen de thema's gezondheid, vitaliteit en leefstijl. Deze video's zijn opgezet om mensen op een positieve manier bewust te maken en te motiveren goed voor zichzelf te zorgen. Deze video's worden opgebouwd op basis van de verschillende fasen van gedragsverandering. Doordat de video's interactief zijn wordt het per medewerker een op maat gemaakt programma.

# Pilotbeschrijving

Startbeschrijving – maart 2021



Het project is opgezet volgens de scrum methode met een ontwikkelteam en een groep stakeholders.

## Activiteiten en planning

De volgende activiteiten worden uitgevoerd:

- Er wordt een jaarkalender gemaakt met elke maand een thema over vitaliteit, gezondheid, leefstijl. Met daarin minstens 4 activiteiten/challenges, 2 interactieve themavideo's, en elke 5 dagen een algemene video over een onderwerp.
- Gedurende het jaar is er elke maand een thema (april is ontspanning, mei is voeding, juni is beweging, etc.), 2 keer per maand ontvangt de medewerker een themavideo van die maand. Daarnaast zijn er wekelijks activiteiten gepland die passen bij het thema. Daarnaast ontvangen de medewerkers elke 5 dagen een algemene video.

## Deelnemers

De pilot is gericht op alle medewerkers van de Reinier de Graaf. Het is de verwachting dat 60% gaat deelnemen aan een of meerdere van de activiteiten.

Voor het aanmelden wordt een eenvoudige aanmeldwebsite gebouwd zodat men laagdrempelig kan aanmelden. Aanmelden voor activiteiten zal via het intranet gaan.

Verder worden leidinggevenden meegenomen in de communicatie via een leuke toolbox waarmee zij hun team kunnen enthousiasmeren.