



De BRAVO-Check

Omdat té gezond niet bestaat

TNO: Best uit de test



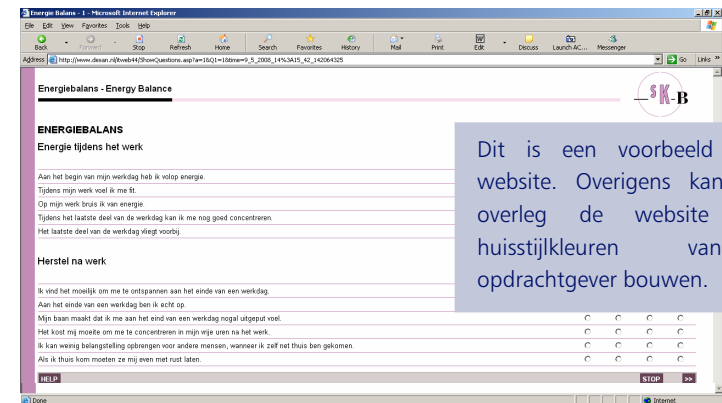
SKB helpt u op een eenvoudige manier uw leefstijlbeleid vorm te geven met de BRAVO-Check. Deze online test maakt medewerkers bewust van de effecten van hun leefstijl en stimuleert hen die te verbeteren.

Waarom de BRAVO-Check van SKB?

Iemands leefstijl heeft invloed op diens gezondheid en energieniveau. Daar hangen zaken als verzuim en inzetbaarheid weer mee samen. Kortom, in een tijd van vergrijzing en personeelstekorten helpt een goed leefstijlbeleid de organisatie gezond houden.

De BRAVO-Check maakt mensen enthousiast en bewust, doordat hij op een speelse manier leefstijl op de agenda zet. De medewerkers krijgen direct na het invullen van de test een terugkoppeling, voorzien van adviezen. Daardoor gaat het onderwerp leven en worden mensen bewuster van hun gedrag. De check onderscheidt zich van andere testen doordat het alle BRAVO-onderwerpen (Bewegen, Roken, Alcohol, Voeding en Ontspanning) goed meet. Voor de adviezen maakt SKB gebruik van erkende normen, afkomstig uit wetenschappelijk onderzoek.

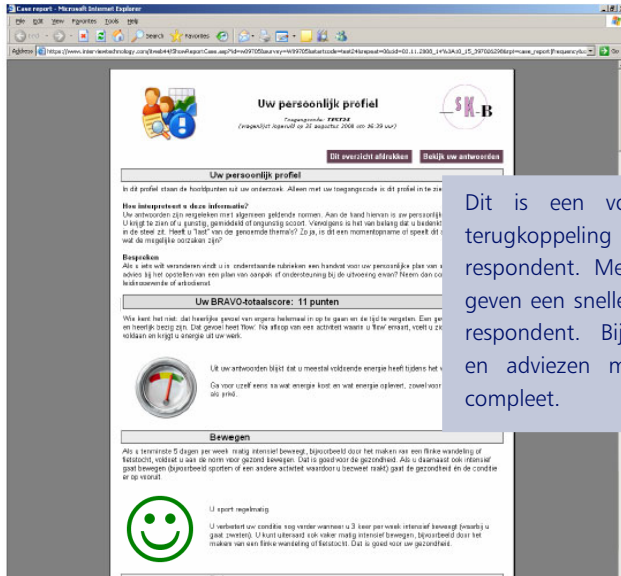
Hoe ziet de BRAVO-Check er uit?



Dit is een voorbeeld van de website. Overigens kan SKB in overleg de website in de huisstijlkleuren van de opdrachtgever bouwen.

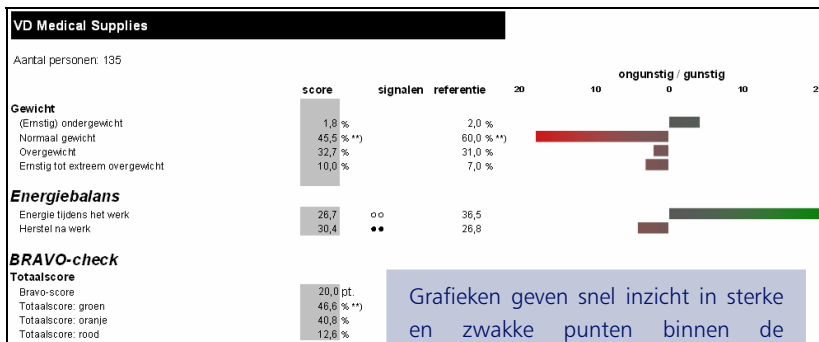
De BRAVO-Check bestaat uit een website met een aantal vragen die de medewerker in 5-10 minuten invult. Na de vragen over de leefstijl volgen vragen over de energiebalans: die laat zien hoeveel energie mensen tijdens hun werk ervaren, maar ook hoe het met de stress gesteld is.

De medewerker krijgt direct na het beantwoorden van de vragen een terugkoppeling, die met metertjes en gekleurde smileys hem / haar een spiegel voorhoudt. De feedback heeft een positieve toon en geeft adviezen bij de verbeterpunten.



Dit is een voorbeeld van de terugkoppeling aan de respondent. Metertjes en smileys geven een snelle impressie aan de respondent. Bijbehorende uitleg en adviezen maken het profiel compleet.

U (de opdrachtgever) krijgt een rapportage over de totale groep, en desgewenst selecties daaruit (zoals afdelingen of functiegroepen). Met de resultaten kunt u aan de slag en verbeterpunten aanpakken. Als u na een jaar een vervolgmeting doet ziet u ook waar uw beleid succes gehad heeft.



Grafieken geven snel inzicht in sterke en zwakke punten binnen de organisatie, afdeling of andere onderzochte groep.

Casus Fortis Bank Nederland

Fortis Bank Nederland past de BRAVO-check al een paar jaar toe binnen een breder Lifestyleprogramma. Daarmee wil de bank een gezonde leefstijl van de medewerkers bevorderen. Het onderzoek hielp het onderwerp op een aansprekende manier op de kaart te zetten, met een groter draagvlak onder de medewerkers als resultaat. Zo droeg dit instrument een steentje bij aan het verkrijgen van de Kroon op het Werkprijs, die Fortis in 2008 ontving voor haar goede personeelsbeleid.

Naast de directe bevordering van de gezondheid van de medewerkers, zijn de onderzoekgegevens ook gekoppeld aan bijvoorbeeld verzuimcijfers. Statistische analyses hebben vervolgens inzicht gegeven in de economische gevolgen van een (on)gezonde leefstijl. Daarmee verkreeg Fortis een solide basis voor het gezondheidsbeleid. Artikelen hierover zijn te vinden op onze website, www.skb.nl > downloads.

BRAVO-onderzoek in uw organisatie?

De BRAVO-check maakt onderdeel uit van een multidisciplinair onderzoeks-instrumentarium. Dat betekent dat u de check zelfstandig in kunt zetten, maar desgewenst ook kunt combineren. Bijvoorbeeld met een medewerkertevredenheids-onderzoek of met de wettelijk verplichte arbo-keuringen. SKB heeft vele duizenden onderzoeken verzorgd in alle sectoren van de beroepsbevolking. Met die ervaring kunnen we ook uw onderzoek tot een succes maken.

Contact

SKB
Telefoon: 020 462 7890
E-mail: onderzoek@skb.nl
Internet: www.skb.nl

TNO: "BRAVO-Check SKB beste uit de test"

Wilt u een leefstijlonderzoek dat leuk, begrijpelijk en snel in te vullen is (in 8 minuten)?

Compleet met korte en bondige adviezen over Beweging, Roken, Alcohol, Voeding en Ontspanning? Volgens TNO zoekt u dan de BRAVO-Check van SKB. Deze kwam bij een onafhankelijke vergelijking als beste uit de test.