

Vitamee Courant

De laatste updates als eerste 'in de bus' - Vitameesters aan het woord - Nog meer werk-energie in 2026



Slimmer werken met meer aandacht voor de mens

Met trots presenteren wij ons vernieuwde klantportaal. Een flinke stap vooruit in de digitalisering van onze dienstverlening. Via klant.vitamee.nl ontstaat 1 centrale plek waar jij straks steeds meer zelf kan regelen.

In de loop van dit jaar kun je er facturen bekijken, persoonsgegevens wijzigen, contactpersonen toevoegen en documenten digitaal ondertekenen. Dat scheelt tijd, papier en een hoop printwerk. Tekenbevoegde personen ontvangen daarnaast automatisch de juiste e-mails, zodat processen soepel blijven lopen. Sta

je nog niet in het klantportaal? Laat je dan toevoegen door een collega. Je kunt je er namelijk ook aanmelden voor nieuwsbrieven van Vitamee en Richt. Handig wanneer je op de hoogte wilt blijven van ontwikkelingen, tips of activiteiten.

Naast het klantportaal is er het medewerkersportaal, dat al langer bestaat en onderdeel is van onze verzuimbegeleiding. Beide portalen zijn (en blijven) strikt gescheiden, zodat alles veilig en overzichtelijk blijft. In de toekomst kunnen we het

klantportaal verder uitbreiden met bijvoorbeeld webinars, trainingen en aanvullende functionaliteiten. De basis staat stevig: 2026 wordt het jaar van doorbouwen.

Achter de schermen werken we daarnaast verder aan het digitaliseren van interne processen met als doel: efficiënter omgaan met tijd, zodat er meer ruimte overblijft voor persoonlijke aandacht. Uiteraard doen we dit volledig volgens de ISO-normen en AVG. Slimmer werken zonder concessies te doen aan kwaliteit en privacy.

Duurzame inzetbaarheid jaarplan

Een jaarplan over duurzame inzetbaarheid? Jazeker! Want samen met onze maatwerkkanten zal de Adviseur Arbeid en Gezondheid een plan maken om duurzame inzetbaarheid in de organisatie dit jaar te verbeteren. Niet alleen om verzuim te begeleiden, maar vooral om het te voorkomen.

Want veel organisaties herkennen dezelfde patronen: een lage ziekmeldingsdrempel, een hoge terugkeerdrempel en processen die net niet goed lopen. Vaak ontbreekt iemand die organisatiebreed meekijkt en trends op tijd ziet.

Daarom kijken we voortaan structureel mee op organisatieniveau. We analyseren cijfers, signaleren knelpunten en bespreken wat nodig is om vroegsignalering te versterken. Denk aan de inzet van de juiste providers, verbeteringen in werkprocessen of een cultuuromslag richting preventie. Zo blijft de schakel tussen werkgever en Vitamee stevig en duidelijk.

Deze aanpak gebruiken we ook overkoepelend voor alle Mosaics-leden. Daarbij zien we Mosaics als 1 maatwerkklant, waar dezelfde behoefte speelt aan regie, inzicht en borging.

Kort gezegd: duurzame inzetbaarheid wordt een nog vaster onderdeel binnen onze dienstverlening. Met minder verrassingen, meer overzicht en vooral meer grip op gezondheid en werkenergie.

Anoniem spreekuur of arbeidsomstandigheden spreekuur? Wat is het verschil? Waar ligt de regie? Dat lees je op pagina 2.

VitaNoabers: de nieuwe Mosaics- vereniging

Het is officieel: op 1 januari gaven we vol trots het startsein voor de allereerste Mosaics vereniging in de Achterhoek & Liemers. Een belangrijke mijlpaal waar we even bij stilstaan, want hiermee bouwen we aan iets dat de regio's écht verder brengt.

Er moest alleen nog een naam komen. En die hebben we: VitaNoabers.

VitaNoabers staat voor de regionale kracht van noaberschap en de professionele impact van vitaliteit en inzetbaarheid. Het is precies wat we willen benadrukken. We bundelen de slagkracht van MKB werkgevers in de Achterhoek en de Liemers. Drie verenigingen die de komende jaren ontstaan, gebouwd op één

stevig fundament: samen gezond en duurzaam werken in onze regio.

Met VitaNoabers bieden we gezamenlijke regie op verzuim, preventie en werkvermogen. Onafhankelijk, betrouwbaar en altijd dichtbij. We combineren de mensgerichte aanpak van Vitamee met de collectieve risicokracht van Mosaics. Het resultaat is een netwerk waarin werkgevers slimmer samenwerken, risico's delen en hun mensen gezond houden. Noaberschap met een professionele jas.

Kort gezegd. VitaNoabers is professioneel, lokaal en klaar voor de toekomst. En wij dus ook.



Pluk Bekker, onze nieuwe arboarts

Hoi! Ik ben Pluk, afgestudeerd als basisarts en sinds kort werkzaam als arboarts bij Vitamee.

Ik kom uit de Achterhoek en dat maakt werken bij Vitamee voor mij extra leuk. Ik ken en herken veel van de bedrijven die klant bij ons zijn; daardoor voel ik direct een vorm van verbondenheid en ik ben daarnaast natuurlijk vertrouwd met de mentaliteit in deze regio.

Wat mij typeert is mijn onderzoekende houding; ik ben niet terughoudend in het stellen van vragen. Zo probeer ik scherp te krijgen wat er écht speelt; bij de werknemer én op de werkvloer. Ik zou

mezelf verder omschrijven als betrokken en empathisch, maar ook als iemand die kan doorpakken: wat hebben werknemer en/of werkgever nodig om verder te kunnen en wat kan ik hierin betekenen?

Het zijn van arboarts is voor mij interessant omdat er in de spreekkamer een grote variëteit langskomt van (medische) thema's die tot uitval in werk kunnen leiden. Ik zet mijn kennis graag in om te vertalen wat een medische klacht of aandoening betekent voor iemands mogelijkheden op het werk; wat kan iemand nog, wat moet aangepast worden en wat is verstandig of nodig voor herstel? Werk is een ontzettend

belangrijk en groot onderdeel van het leven, en ik vind het betekenisvol om hierover mee te denken en te adviseren.

Wat mij in mijn eerste maanden bij Vitamee is opgevallen, is de grote ambitie voor verbetering en vernieuwing. De recente opstart van Mosaïcs vind ik daarvan een mooi voorbeeld: ambitieus en gericht op kwaliteit. ernaar uit om hieraan bij te dragen.



Die Vitameesters hè, wat zijn dat?

Een Vitameester is een vakman of vakvrouw in z'n eigen vakgebied. Niet zomaar 1, maar met als doel: optimale werk-energie. Voor een ander, maar ook zeker voor zichzelf.

Adviserend en samenwerkend vanuit kennis, gevoel én levenservaring. Want wij geloven, dat werken met Vitameesters zorgt voor de beste combinatie van werk en welzijn.

“Je wil het eerder zien dan mensen het zelf voelen”

Irene, Regisseur Inzetbaarheid bij Vitamee, vertelt met enthousiasme over de ‘nieuwe rol’ die volgens haar “veel meer is dan dossiers en wetgeving”.

Wat doet een Regisseur Inzetbaarheid eigenlijk?

“In het kort is dat de persoon die werkgevers en werknemers ondersteunt om de inzetbaarheid te vergroten. Soms is dat preventief, soms midden in een lastig verzuimdossier. Hij/zij houdt overzicht, bewaakt de stappen en kijkt vooral naar wat iemand wél kan. Het draait om meedenken, meeleven en soms even tegengas geven.”

Je noemt preventie als belangrijk onderdeel. Waarom?

“Je moet het soms eerder zien dan mensen het zelf voelen. En het liefst

voorkomen natuurlijk. Signalen van overbelasting, gedoe in een team, communicatie die stroef loopt. Als je daar op tijd bij bent, voorkom je veel uitval. Ik praat veel met leidinggevend en medewerkers. Gewoon open, eerlijk en preventief, oplossingsgericht.

Klinkt heel mensgericht. Is er ook een zakelijke kant?

“Zeker. Ik werk binnen de kaders van de Wet Verbetering Poortwachter en zorg dat organisaties voldoen aan alle verplichtingen. Maar ook daarin kun je menselijkheid brengen. Ik vertaal adviezen van de bedrijfsarts naar concrete stappen op de werkvloer, maak analyses van trends, geef beleidsadvies. Daar zit ook mijn analytische kant.”

Wat geeft jou energie in dit werk?

“De combinatie van verbinding en regie. Ik werk zelfstandig, bepaal mijn eigen planning, maar ik sta nooit alleen. Ik

schakel met casemanagers, HR, arbeidsdeskundigen. En vooral met mensen die vastlopen en verder willen. Als iemand na een goed gesprek weer perspectief ziet, weet ik waarom dit werk bestaat.”

Wat maakt deze functie belangrijk voor organisaties?

“Wij houden medewerkers én werkgevers in beweging. We zorgen dat er duidelijkheid is, dat processen kloppen, dat moeilijke gesprekken gevoerd worden en dat herstel of verandering echt van de grond komt. Dat maakt organisaties duurzaam en medewerkers sterker.”

“Het gaat uiteindelijk om werk-energie. Als die stroomt, gaat alles beter. En daar draag ik graag aan bij.”



Waarom steeds meer organisaties kiezen voor De Coachdesk

Steeds meer organisaties ontdekken dat coaching veel waarde biedt. Toch blijft het in de praktijk vaak versnipperd en onoverzichtelijk. Verschillende externe coaches, losse trajecten en weinig inzicht in resultaten. Terwijl meerdere collega's in coaching zitten, is het voor HR of directie vaak onduidelijk wat er precies gebeurt. Waar zitten ze? Wat levert het op? En hoe draagt het bij aan de bredere organisatiedoelen?

Bij veel organisaties ontbreekt een centrale structuur. Coaching ontstaat ad hoc en goed bedoeld, maar zonder gezamenlijk kader. De drempel blijft hoog, het stigma leeft, en medewerkers vragen pas hulp wanneer het eigenlijk al te laat is. Zo blijft het potentieel van coaching onbenut.

Daarom introduceert Richt: De Coachdesk. Een centraal, overzichtelijk platform dat coaching binnen organisaties bundelt en professionaliseert. Geen losse trajecten meer, maar één plek waar medewerkers eenvoudig een passende coach vinden. En waar HR duidelijk inzicht krijgt in kosten, effectiviteit, welzijn en duurzame inzetbaarheid.

De Coachdesk werkt met gekwalificeerde coaches, sluit aan op organisatiethema's en maakt coaching laagdrempelig en normaal. Van stress en leiderschap tot loopbaanvragen en persoonlijke groei.

Voor HR-professionals, managers en directies betekent dit: grip op kwaliteit en impact. Voor medewerkers betekent het vooral dit: toegang tot ontwikkeling, precies op het moment dat ze het nodig hebben. En dát is misschien wel de grootste winst.



Anoniem spreekuur of arbeidsomstandigheden spreekuur?

Binnen organisaties bestaan allerlei vormen van ondersteuning voor werknemers, maar niet iedereen weet precies wat het verschil is tussen een anoniem spreekuur en een arbeidsomstandigheden spreekuur. En dat onderscheid is belangrijk.

Het anoniem spreekuur

Dit is er volledig voor de werknemer. Wie aanschuift, doet dat volledig buiten de werkgever om. De afspraak staat niet zichtbaar in de agenda en verschijnt niet

op een factuur. Er wordt niets teruggekoppeld en er hoeft niets gedeeld te worden. De werknemer bepaalt zelf wat wel en niet besproken wordt. Het doel: laagdrempelig een signaal kunnen afgeven of advies kunnen vragen, zonder angst voor gevolgen.

Daarom kunnen werknemers ons altijd contacten voor dit anonieme spreekuur. Dat kan per telefoon of per e-mail.

Het arbeidsomstandigheden spreekuur

Hier zit het net iets anders. Dit spreekuur is bedoeld om vragen te beantwoorden over werk en gezondheid. Vroeger koppelden arbodiensten de uitkomst

terug aan de werkgever, maar dat mag niet meer. Wat wél mag: een terugkoppeling aan de werknemer. Die kan vervolgens zelf het gesprek aangaan met de werkgever.

Soms is er niets om terug te koppelen, soms zijn er duidelijke vervolgstappen. Alleen als werknemer en collega van Vitamee het eens zijn, wordt er iets op papier gezet. Bijvoorbeeld een advies om coaching te starten. De werknemer neemt dit vervolgens zelf mee naar de werkgever.

Op die manier blijft de privacy gewaarborgd, krijgt de werknemer de juiste ondersteuning en blijft de regie waar die hoort: bij de medewerker zelf.



Wanneer terugkeer niet vanzelfsprekend is

Na langdurig ziekteverzuim willen veel werknemers vooral één ding: weer met plezier aan het werk. Soms is de weg terug naar de eigen functie duidelijk, maar vaak is het zoeken. Zeker wanneer iemand (deels) niet kan terugkeren in de eigen rol of wanneer de verzuimduur richting het eerste ziektejaar loopt. In deze fase draait succesvolle re-integratie om het ontdekken van nieuwe mogelijkheden.

Bij Vitamee kijken we daarbij bewust naar wat er wél kan. Met maatwerkbegeleiding voor de werknemer en overzicht voor de werkgever creëren we rust in een periode die vaak onzeker voelt. Die rust is nodig om verder te kunnen kijken en om te ontdekken welk werk weer voldoening en zelfvertrouwen geeft. Voor werkgevers speelt niet alleen de zorgplicht, maar ook de Wet Verbetering

Poortwachter een belangrijke rol. Het 2e spoor is verplicht wanneer terugkeer in de eigen of aangepaste functie niet mogelijk blijkt. Het doel is helder: passend werk vinden bij een andere werkgever. Dat is noodzakelijk voor het UWV, maar óók een investering in duurzame inzetbaarheid en het beperken van verzuimkosten.

Vitamee werkt met 2e spoor adviseurs die eveneens zijn opgeleid als casemanager. Zij kennen de wet- en regelgeving door en door en zorgen dat werkgevers volledig voldoen aan de Poortwachter- en UWV-eisen. De trajecten zijn altijd op maat en worden in overleg met werknemer en werkgever vormgegeven. De begeleiding bestaat uit een aantal vaste stappen: van intake en een persoonsprofiel tot heroriëntatie op de arbeidsmarkt, sollicitatietraining en coaching naar werk.

Onze aanpak is persoonlijk én praktisch. Met regelmatige rapportages, korte lijnen binnen de arbodienstverlening en volledige trajectcoördinatie ontlasten we HR maximaal. Tegelijkertijd krijgt de werknemer intensieve en menselijke begeleiding richting nieuw perspectief.

Zo bouwen we samen aan re-integratie die werkt. Voor organisaties. Voor medewerkers. En vooral voor een duurzame toekomst.

Meer weten over hoe onze aanpak werkt in de praktijk?

Sandra en Christien kunnen je er alles over vertellen. Zie ook vitamee.nl

Q	T	F	V	C	G	K	L	J	K	A	U	V	D	M	F
R	R	S	A	V	V	J	B	T	R	Y	F	I	L	I	E
E	L	C	B	B	B	S	P	E	C	U	E	T	R	P	P
W	I	Q	J	J	G	Q	E	E	Z	H	F	A	P	N	C
H	E	Z	K	A	A	M	V	A	R	O	F	N	W	K	T
M	G	Q	O	I	A	B	V	A	J	R	F	O	J	S	J
K	T	I	E	T	I	L	A	T	I	V	A	A	R	E	L
F	G	L	I	E	U	B	O	J	D	Q	F	B	G	K	K
G	H	V	V	I	T	A	M	E	E	S	T	E	R	S	D
Q	L	G	U	E	I	G	R	E	N	E	K	R	E	W	U
E	M	A	Z	R	U	U	D	U	D	G	I	S	T	U	G
E	V	N	W	C	W	A	A	V	S	L	U	J	K	M	Q
L	I	B	K	A	W	M	R	E	T	L	F	Y	B	D	M
Q	E	N	G	X	Q	G	E	S	C	M	A	V	R	D	N
T	G	A	E	Y	U	T	X	U	Y	Y	M	K	P	T	J
P	S	U	B	M	P	J	G	S	A	X	S	A	E	Z	B

Woordzoeker

Kijk of jij alle woorden in deze woordzoeker kan vinden.

Je bent opzoek naar onderstaande woorden:

- DUURZAME
- INZETBAARHEID
- VITALITEIT
- VITAMEE
- VITAMEESTERS
- VITANOABERS
- WERKENERGIE

Hoe snel kan jij de woorden vinden? We zijn benieuwd!

Oplossingen van de puzzels bij de redactie bekend.

Een frisse blik op HR: 3 tips voor in 2026!

Van onze eigen HR-specialist: Sole

Achter de schermen is er hard gewerkt om het Vitamee-personeelshandboek voor 2026 bij te werken. Niet omdat het moet, maar omdat het altijd beter kan. Een actueel handboek geeft richting, duidelijkheid en rust. En ja, ook onze klanten hebben daar profijt van. Daarom delen we graag een paar tips vanuit onze HR specialist.

Tip 1: Aandacht werkt, altijd
Niet iedereen zit elke dag even lekker in zijn vel. En dat hoeft ook niet. Bij Vitamee is er ruimte om dat aan te geven en is er begrip voor. Tegelijkertijd vieren we juist ook de momenten dat het wel lekker gaat. Dat delen we met collega's, want successen verdienen aandacht.

Jubilea en bijzondere momenten zetten we bewust in het zonnetje. Niet omdat het op een checklist staat, maar omdat het onze cultuur weerspiegelt. En ja, ook verdrietige of onverwachte momenten krijgen ruimte. Menselijkheid past niet in hokjes, dus leggen we het vast in beleid zonder het te verstikken.

Tip 2: Houd het gesprek gaande
Regelmatigen oprechte gesprekken voorkomen dat kleine zak te groot worden. Daarom kiezen we voor doorlopende dialoog. Geen jaarlijkse verrassing, maar vaker even aansluiten. Het liefst ook als het goed gaat. Medewerkers plannen zelf koffiemomenten in en we koppelen gesprekken aan de strategie, zodat persoonlijke groei en organisatierichting elkaar versterken.

Tip 4: Stimuleer eigenaarschap
We moedigen medewerkers aan om zelf regie te nemen over hun loopbaan. Door ruimte te geven voor vragen, ambities en ideeën groeit een collega in zijn eigen tempo. HR ondersteunt, maar de colega stuurt.

Tip 5: Maak beleid van menselijkheid
Ons handboek is meer dan regels. Het vormt de basis waarop we elkaar vinden. Daarom laten we collega's meekijken en meedenken. Zo blijft het herkenbaar, toepasbaar en van ons allemaal. We delen het handboek dan ook bij sollicitaties. Transparantie werkt namelijk twee kanten op.

Kortom, HR is bij Vitamee geen vinkjeswerk, maar een manier om elkaar beter te maken. Misschien een tip voor onze klanten: maak het leuk, menselijk en vooral echt. Dat werkt het best.



Eén team, twee bedrijven en een flinke lading werk-energie

We stonden samen met Richt vorig jaar aan de start van de Fitste Bedrijf van De Achterhoek Games. Twee organisaties, die voelden als één club. Eén bak energie, één team dat ervoor ging.

De dag zat vol contrasten die verrassend goed samenwerkten. Van breinbrekers waar onze hersenen spontaan van in plankhouding gingen tot hindernisbanen waar sommige benen dachten dat ze rechtstreeks in een militair trainingskamp terecht waren gekomen.

Er werd gestreden, gelachen, aangemoedigd en vooral genoten. Wellicht niet voor de winst, maar wel voor een flinke dosis werk-energie, verbinding en plezier. Al moet gezegd worden dat er soms toch een beetje competitie om de hoek kwam kijken..

Verbouwen zonder huiselijkheid te verliezen

Wie afgelopen jaar bij Vitamee binnen liep, heeft het vast gemerkt: er gebeurt van alles. En ja, dat is inmiddels ook zichtbaar in het pand. Want het bouwstof vloog waar het niet gaan kon en zo bouwden we 'ineens' acht spreekkamers. Dat betekent meer ruimte voor consulten, coaching en interne overleggen. Kortom: meer mogelijkheden om cliënten en werkgevers nog beter te helpen.

We verbouwden in fases, zodat alles zoveel mogelijk doorging zoals je gewend bent. Inmiddels is het grootste gedeelte van de verbouwing afgerond. Beneden voegden we twee nieuwe spreekkamers en coachruimtes toe en optimaliseerden we de bestaande ruimtes. Ook de wachtruimte kreeg een frisse update met warme tinten, fijne materialen en een televisie waarop we relevante informatie kunnen tonen. Werkgevers krijgen daar (optioneel) ook een plek om iets te delen. Ondanks alle veranderingen blijft de sfeer zoals je die van ons kent. Geen kille dokterspraktijk, maar een plek waar je je prettig voelt zodra je binnenkomt. Dat past bij onze missie en visie. In de loop van dit jaar staat de verduurzamingslag gepland. Denk aan zonnepanelen, isolatie en verbeterde lucht en klimaatbeheersing. Het wordt niet alleen energiezuiniger, maar ook comfortabeler en behaaglijker voor iedereen die bij ons binnenloopt.

We plannen de luide werkzaamheden zoveel mogelijk buiten de spreekuren. Zo blijft de overlast minimaal, al kan het af en toe wat rommelig zijn rondom het pand. Geen zorgen over parkeren. De parkeerplaatsen op eigen terrein blijven volledig bereikbaar.

Kortom, we bouwen letterlijk en figuurlijk aan de toekomst van Vitamee.



Wijziging Planningsagenda: ziekmeldingsfrequentie

Onlangs heeft Planningsagenda de instellingen van de frequent verzuimrapportages aangepast en teruggebracht naar de juiste, landelijke benadering. Dat roept soms vragen op, want wat telt nu eigenlijk als een ziekmelding?

De basis is simpel. Iedere keer dat een medewerker zich ziekmeldt, telt dit als één melding. Ook wanneer er sprake is van samengesteld verzuim. Dat is niet nieuw, maar wél de manier waarop ziekmeldingsfrequentie landelijk wordt bepaald. In de rapportages was dit tijdelijk anders

ingericht. Ziekmeldingen werden toen samengevoegd tot trajecten. Een medewerker die zich bijvoorbeeld tien keer ziekmeldde, waarvan drie keer in een samengesteld traject, werd weergegeven als drie meldingen in plaats van tien. Dat gaf een vertekend beeld van de werkelijkheid en maakte vergelijken lastig.

Die inrichting is nu gecorrigeerd. Zowel in de rapportages als in de meldingen richting werkgevers en casemanagers geldt weer: elke ziekmelding is een melding. Ook als deze onderdeel is van een samengesteld verzuimtraject. Dat sluit aan bij de landelijke definitie, zoals

vastgesteld door Fernet, de organisatie die deze normen bewaakt. Waarom is dit belangrijk? Omdat ziekmeldingsfrequentie inzicht geeft in patronen. Veel korte meldingen zeggen iets anders dan een paar lange trajecten. Door elke melding mee te nemen, ontstaat een eerlijk en beter vergelijkbaar beeld van verzuim binnen een organisatie.

Kortom: geen nieuwe regels, maar een juiste weergave. Zo houden we verzuimcijfers transparant, betrouwbaar en bruikbaar als stuurinformatie.

Column Sandra: Kilometers vertragen

Midden in ons drukste seizoen nam ik een besluit dat in mijn agenda alle alarmbellen liet afgaan. Een week helemaal weg. Geen overleggen, geen deadlines, geen volle mailbox. Alleen lopen. Zo'n 120 kilometer over een deel van de Camino, van Porto naar Caminha. Het voelde als slechte timing. Mijn hoofd was te druk, mijn planning te strak. Maar precies daarom bleek het de beste timing voor mijn lijf en brein.

De eerste kilometers liep ik nog met mijn werkgedachten op mijn hielen. Daarna begon er iets te kantelen. De rust kwam niet in één klap, maar sijpelde langzaam binnen. Elke stap maakte mijn hoofd iets

lichter. Ik merkte hoe mijn adem zakte, hoe mijn schouders ontspanden en hoe stilte uiteindelijk luider klonk dan alle notificaties bij elkaar. Er ontstond ruimte. Echte ruimte. Om te voelen, om te denken, om even helemaal niets te moeten. Vertragen en zachtheid zijn de woorden die ik uit deze week meeneem. Ze passen me beter dan ik vooraf had durven bedenken.

En nu? Nu gun ik diezelfde ruimte aan iedereen. Aan collega's, vrienden, klanten. En vooral aan alle collega's van onze klanten. Dat zij óók af en toe de rust vinden om te vertragen.

Sandra

