



# GEZONDHEIDS- SCREENING

PAGO/PMO

## Van verplichting naar waarde: inzicht, vitaliteit en minder verzuim

Gezonde en energieke werknemers vormen het hart van elke vitale organisatie. Met de Vitaal Vechtdal gezondheidsscreening helpen wij werknemers aan inzicht in hun gezondheid om gezondheidsrisico's vroegtijdig te signaleren. Dit helpt organisaties om gezondheidsproblemen, uitval en verzuim zoveel mogelijk te voorkomen. Zo versterk je inzetbaarheid en bouw je aan een vitale toekomst.

Samen met onze partner Vitaal Vechtdal bieden wij een aanpak die past bij jullie organisatie, branche en risico's. Praktisch, persoonlijk en altijd met oog voor de mens achter het werk.



**vitalr** ×



# Waarom een PAGO of PMO?

## PAGO – Wettelijke basis

Het PAGO (Periodiek Arbeidsgezondheidskundig Onderzoek) is een onderzoek dat gericht is op gezondheidsrisico's die samenhangen met het werk. Vanuit artikel 18 van de Arbeidsomstandighedenwet is de werkgever verplicht werknemers periodiek (gemiddeld per vier á vijf jaar) een PAGO aan te bieden. Denk aan risico's zoals fysieke en/of mentale belasting, geluid, stoffen of specifieke functie eisen.

## Wat PAGO en PMO gemeen hebben

- Deelname voor werknemers is altijd vrijwillig.
- Instemmingsrecht van Personeelsvertegenwoordiging en ondernemersraad.
- Gegevens worden strikt vertrouwelijk verwerkt.
- Gelijke richtlijnen voor privacy en dossiervorming. Vitalr garandeert de volledige privacy en de (medische) gegevens zijn niet herleidbaar op de persoon.

## PMO – Breder en meer toekomstgericht

Het Preventief Medisch Onderzoek (PMO) kijkt niet alleen naar werkgebonden risico's, maar ook naar leefstijl en algemene gezondheid. Het doel is om mogelijke gezondheidsrisico's of knelpunten vroegtijdig op te sporen, te voorkomen of aan te pakken. Daarnaast helpt het werknemers om bewust met hun gezondheid om te gaan en waar nodig passende keuzes te maken. Een PMO richt zich vooral op de algemene gezondheid en beïnvloedbare risicofactoren, zoals:

- Leefstijl (bijvoorbeeld alcoholgebruik, roken, voeding, beweging).
- Hart- en vaatziekten.
- Stress en mentale gezondheid.

Een PMO geeft werknemers handvatten om grip te krijgen op hun vitaliteit – thuis én op het werk.



vitalr



# Wat bieden wij werknemers aan?

## Digitale vragenlijst

De start is een online vragenlijst over gezondheid, leefstijl en werk. Deze kan worden uitgebreid met functiegerichte vragen.

## Medische metingen

Daarna volgt een standaard medisch onderzoek die door de doktersassistent(e) wordt uitgevoerd. De doktersassistent(e) werkt onder taakdelegatie van een keurend (bedrijfs)arts.

- Bloeddruk & rustpolsroten, voeding, beweging).
- Lengte, gewicht, BMI en buikomvang.
- Bloedonderzoek: vetstofwisseling, non-cholesterol/HDL-ratio en suiker (HbA1c).

### Optioneel:

- Het meten van gezichtsscherpte.
- Gehooronderzoek (audiogram).
- Longfunctieonderzoek.
- Hartfilmpje ECG (in rust).

## Advies & persoonlijk gesprek

Na de metingen volgt:

- Een medische beoordeling door de (bedrijfs)arts.
- Een persoonlijk leefstijlgesprek op basis van de BRAVO uitkomsten.

## Persoonlijk gesprek leefstijlcoach

De medewerker ontvangt een individuele, vertrouwelijke rapportage met uitslagen en persoonlijk advies. Bij opvallende medische waarden neemt de arts telefonisch contact op. De leefstijlcoach richt zich met name op factoren die werknemers zelf kunnen beïnvloeden, zoals:

- De beweging en lichamelijke activiteit.
- De voeding.
- Het roken en alcoholgebruik.
- De ontspanning, herstel en slaap.
- De balans tussen werk en privé.

Door werknemers bewust te maken van hun leefstijl en kleine, haalbare veranderingen te stimuleren, kan de leefstijlcoach bijdragen aan het verbeteren van vitaliteit en gezondheid. Eventuele opvolging/behandeling kan de leefstijlcoach doorverwijzen naar de partners en ambassadeurs van Vitaal Vechtdal zoals bijvoorbeeld De Haere, Balans Fysiotherapie Dalfsen, Fysiotherapie de Carrousel Ommen en voedingsadviesbureau Diadem.

## Partners en ambassadeurs



# Investingering en mogelijkheden

De investering per werknemer is afhankelijk van de inhoud van het onderzoek en de behoeften binnen jouw organisatie. Wil je weten hoe de gezondheidsscreening binnen jouw organisatie kan worden ingericht? Wij maken het inzichtelijk met een stappenplan en een maatwerkofferte.



## Wat levert het werkgevers op?

- Aantoonbare naleving van de Arbowet.
- Lagere verzuimcijfers en sneller kunnen handelen bij risico's.
- Betere stuurinformatie voor HR, OR en management.
- Medewerkers die bewustere, gezondere keuzes maken.
- Een aantrekkelijk werkgeversprofiel voor werving & behoud.
- Schaalbare oplossing voor verschillende teams en locaties.
- Koppeling met het interventienetwerk van Vitaal Vechtdal.
- Het onderwerp leefstijl wordt bespreekbaar gemaakt bij de werknemers op de werkvloer.

\*Partners en ambassadeurs van Vitaal Vechtdal ontvangen **10% korting** op de gezondheidsscreening.

## Een investering in gezondheid die zich terugbetaalt in energie, betrokkenheid en continuïteit.

Meer weten?

Jeffrey Bisschop – Arbo Adviseur

E-mail: [j.bisschop@vitalr.nl](mailto:j.bisschop@vitalr.nl)

Telefoon: 0523-282325

