

# Een succesvolle organisatie dankzij de gezondheidsindex

Grip op duurzame inzetbaarheid en de S in ESG



**In het kort** 3

---

**Inleiding** 4

---

**1**

**Indicatoren om gezondheid te meten** 6

---

**2**

**Grip op complexe werkelijkheid met index** 7

---

**3**

**Voordelen van toonaangevende indexen** 9

---

**4**

**De gezondheidsindex van Smart Health** 12

---

**Bronnen** 15

---

## In het kort

Smart Health maakt organisaties gezonder met behulp van de gezondheidsindex: een overzichtelijk leefstijlcijfer dat de gezondheidssituatie van een complete organisatie kernachtig weergeeft. Dit cijfer is de uitkomst van een uniek algoritme dat twaalf verschillende gezondheidsindicatoren meet, analyseert en interpreteert. De data hiervoor zijn afkomstig uit wetenschappelijk gevalideerde vragenlijsten en gezondheidstests. Medewerkers maken deze periodiek op het toegankelijke en inspirerende e-healthplatform van Smart Health.

**De gezondheidsindex van Smart Health geeft (hr-)managers de handvatten om aan te sturen op een succesvolle organisatie.**

De gezondheidsindex van Smart Health sluit aan bij andere indexen die wereldwijd worden toegepast. Zo vertaalt de Human Development Index van de Verenigde Naties complexe situaties, waaronder levensverwachting en armoede, naar een eenduidig getal. Dit maakt het mogelijk om periodes, landen of gebieden met elkaar te vergelijken. Op dezelfde manier geeft de gezondheidsindex van Smart Health (hr-)managers de handvatten om aan te sturen op gezondere medewerkers. En daarmee op een gezondere, meer wendbare en veerkrachtige organisatie.

# Inleiding



Het tempo waarin de wereldeconomie verandert neemt toe en dat heeft een grote impact op het bedrijfsleven. Organisaties worden geconfronteerd met de ene na de andere uitdaging: een pandemie, grondstoffenschaarste, stijgende inflatie, omvallende banken, steeds strengere duurzaamheidseisen en de groeiende personeelstekorten in alle sectoren. Overeind blijven bij zulke veranderingen vraagt om flexibiliteit, adaptief handelen en *resilience*: veerkracht. Een fitte *workforce* is daarvoor onmisbaar. Want gezonde medewerkers zijn energiever, stabiel en innovatiever.

## Grip op vitaliteit

Het succes van een onderneming of organisatie is in grote mate afhankelijk van de fysieke en mentale vitaliteit van de medewerkers. In moeilijkere tijden is dat extra goed merkbaar. Leven de medewerkers gezond, dan zijn ze over het algemeen minder vaak ziek, hebben ze meer plezier in hun werk en blijven ze langer in dienst. Dat zorgt voor betere werkprestaties, meer betrokkenheid en lagere verzuim- en verloopcijfers. En daarmee lagere kosten voor werkgevers én meer weerbaarheid bij grote veranderingen. De leefstijl van de medewerkers heeft op die manier direct invloed op de bedrijfsresultaten.

**De gezondheidsindex van Smart Health: één cijfer dat de gezondheid van de gehele organisatie in een oogopslag duidelijk maakt.**

Voor werkgevers loont het om grip te krijgen op de gezondheid van hun medewerkers. Smart Health introduceerde daarom de gezondheidsindex: een eenduidig cijfer dat de actuele gezondheid van de gehele organisatie in een oogopslag helder maakt. In realtime, gebaseerd op de anonieme scores van medewerkers voor twaalf verschillende leefstijlfactoren. Dit biedt de (hr-)directie een datagedreven tool om gericht aan te sturen op een fittere *workforce*. En daarmee op meer wendbaarheid en adaptief vermogen in de organisatie, ook als de economische omstandigheden veranderen.

## Duurzame inzetbaarheid en ESG

Een gezondheidsindex geeft organisaties handvaten om datagedreven aan te sturen op duurzame inzetbaarheid. Dat loont bij een krappe arbeidsmarkt én is relevant in het kader van de aankomende ESG-verplichting: vanaf 2024 moeten bedrijven met 250 of meer werknemers, met een omzet van minimaal € 20 miljoen of een balanstotaal van € 40 miljoen, rapporteren op de thema's *environmental*, *social* en *governance* in hun organisatie.

Het aspect social in ESG gaat over de omgang met mensen, waaronder medewerkers. Belangrijke meetpunten hierin zijn werkomstandigheden en vitaliteit. Met de gezondheidsindex van Smart Health zijn die punten en daarmee de S van ESG al grotendeels in te vullen.

**Vanaf 2024 moeten grote bedrijven rapporteren op de thema's environmental, social en governance in hun organisatie.**

### Gezondheidsindex in bredere context

Smart Health is niet de eerste organisatie die een index gebruikt om leefstijlfactoren in kaart te brengen als leidraad voor bestuurlijke beslissingen en het verbeteren van het (economische) succes van een land, gebied of organisatie. In de moderne kennismaatschappij worden data steeds belangrijker, ook als het gaat om gezondheid.

Deze whitepaper plaatst de gezondheidsindex van Smart Health in een breder maatschappelijk kader, beschrijft de toegevoegde waarde van het meten van leefstijlfactoren en toont aan hoe een index voor gezondheid kan bijdragen aan een veerkrachtige en succesvollere organisatie.

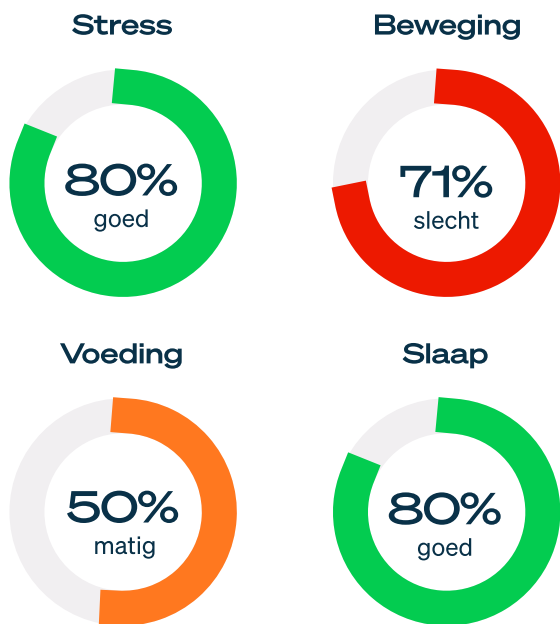
### Het doel van Smart Health

Het Rotterdamse Smart Health werd opgericht door twee leefstijlactivisten met veel ervaring in het bedrijfsleven en de medische wereld. Samen met medici, bedrijfskundigen en health partners ontwikkelden ze een digitaal, datagedreven leefstijlplatform. Het doel: mensen de regie geven over hun eigen gezondheid, en organisaties hun kansen optimaal laten benutten door te werken met energieke mensen. Met deze preventieve aanpak wil Smart Health de gezondheidsrisico's van de samenleving verkleinen aan de hand van feiten, kennis en data.



# 1

## Indicatoren om gezondheid te meten



[Bekijk scores](#) >

Persoonlijke gezondheid is een complex gegeven om te meten. Het hangt af van veel verschillende factoren, die met elkaar samenhangen en in verschillende mate invloed uitoefenen op de algehele vitaliteit. De gezondheid van een complete organisatie is nog veel moeilijker in kaart te brengen. Er verandering in aanbrengen en de gezondheid binnen de organisatie naar een hoger niveau tillen, vraagt om de juiste inzichten en de juiste strategie.

Hiervoor is een grote hoeveelheid specifieke data nodig die aan verschillende voorwaarden moeten voldoen. Met de juiste methoden zijn die data te analyseren en te interpreteren. Om tot voldoende valide en betrouwbare data te komen, is het belangrijk om eerst indicatoren vast te stellen.

**Om tot valide en betrouwbare data te komen, heb je indicatoren nodig.**

### Waarom indicatoren gebruiken?

Een indicator betekent letterlijk 'een verschijnsel dat op iets wijst'. Zo wijst een hoge bloeddruk op een verhoogd risico op hart- en vaatziekten. En een te lage inname van groente en fruit wijst op een lage weerstand en een vergrote kans op verzuim. Door het meten van zulke indicatoren kun je een model van de werkelijkheid maken, waarmee je de situatie overzichtelijk en vereenvoudigd in kaart brengt. Hiermee kun je trends en ontwikkelingen voorspellen. Voor de betrouwbaarheid van zo'n model moeten er voldoende relevante, valide en wetenschappelijk onderbouwde gegevens beschikbaar zijn.

Smart Health toetst op twaalf verschillende indicatoren, ook wel leefstijlfactoren. Dit zijn onder meer bewegen, BMI, roken, stress, slaap en de inname van groente, fruit, verzadigd vet, alcohol, suiker en natrium. Met vragenlijsten worden deze factoren nauwkeurig gemeten onder de individuele medewerkers.

**Indicatoren helpen om de gezondheidssituatie en de bepalende factoren begrijpelijker te maken.**

### Van data naar index

Indicatoren helpen om, in dit geval, de gezondheidssituatie en de bepalende factoren begrijpelijker te maken. Maar ze meten is pas de eerste stap. Om de grote hoeveelheid verzamelde data te interpreteren en er

inzichten uit te halen, moet je de gegevens analyseren en ze op de juiste manier aan elkaar relateren.

Het kan bijvoorbeeld zijn dat de ene indicator zwaarder weegt dan de andere. Of dat één indicator invloed heeft op meerdere gezondheidsaspecten. Daarvoor zijn modellen en formules nodig die de meetgegevens combineren in datasets. Een data-analist kan die vervolgens vertalen naar een samenvattende statistiek of cijfer, ook wel een index.

## 2

# Grip op complexe werkelijkheid met index

Een index maakt een abstract proces concreet. Zonder het meten en in kaart brengen van relevante indicatoren zou zo'n proces niet aan het licht komen of moeilijk te definiëren zijn. Het gaat daarbij vaak om grootschalige maatschappelijke ontwikkelingen of processen in een omvangrijke organisatie.

Zo meet de Human Development Index (HDI) van de Verenigde Naties onder meer armoede, analfabetisme en levensverwachting in een bepaald land of gebied. De HDI vertaalt daarmee een complexe realiteit naar een eenduidig getal en maakt het mogelijk om periodes, landen of gebieden met elkaar te vergelijken. Verderop in deze whitepaper wordt de HDI nader toegelicht.

Door complexe processen begrijpelijk en inzichtelijk te maken, biedt een index handvatten om ze efficiënter te laten verlopen. Een index vormt daarmee waardevolle input voor onder meer politici, beleidsmakers en managers om een land, regio, stadsdeel of organisatie beter te organiseren of te transformeren. Niet op basis van gevoel of intuïtie, maar van datagedreven inzichten.

**Een index maakt complexe processen begrijpelijk en toegankelijk.**

### **Datagedreven samenleving**

In een tijd waarin we veel waarde hechten aan de zekerheid van feiten, kennis en wetenschappelijk bewijs spelen data een prominente rol. Op het gebied van gezondheid en welzijn, maar ook in andere sectoren en onderzoeksgebieden: van economische en technologische innovatie tot duurzaamheid en klimaatontwikkeling. Het meten van specifieke indicatoren geeft beleidsmakers bijvoorbeeld inzicht in de

situatie in een land of regio, en biedt ze de mogelijkheid om de effecten van hun interventies te monitoren. Wetenschappers en journalisten onderbouwen hun bevindingen met data om hun publicaties meer overtuigingskracht te geven.

In het bedrijfsleven maken data een minstens zo groot verschil. Steeds meer ondernemingen beschikken over een aparte data-afdeling. Alles wordt gemeten: van de conversie van een nieuwsbrief tot de aankopen met een persoonlijke klantenkaart of account bij de supermarkt of webwinkel. Op basis van deze doelgroep- en klantdata weten marketeers welke marketingcampagnes op welk moment voor welke doelgroep werken. Het stelt ze in staat om gebruikers een gepersonaliseerd aanbod van advertenties, acties of producten te tonen. Hiervoor zijn niet alleen data-analisten nodig, maar ook ontwerpers van algoritmes die het persoonlijke aanbod automatisch weergeven op basis van de verzamelde data.

**Data worden steeds belangrijker. Een index kan grote hoeveelheden data samenvatten in één overzichtelijk cijfer.**

## Voordelen van een index

Een index vat grote hoeveelheden data samen in één overzichtelijk cijfer. Daarmee bieden indexen veel toegevoegde waarde in een steeds complexere en steeds meer datagedreven samenleving. Werken met een index levert de volgende voordelen op:

**Een index** maakt complexe processen begrijpelijk en toegankelijk.

**Een index** vereenvoudigt de realiteit door die te presenteren in een eenduidig cijfer. Dit trekt de aandacht en werkt overtuigend.

**Een index** geeft een compleet beeld van een multidimensionaal fenomeen. Dit maakt het mogelijk om vergelijkingen te maken tussen bijvoorbeeld verschillende afdelingen of met andere organisaties, om te weten hoe een bepaalde groep of organisatie presteert ten opzichte van vergelijkbare groepen.

**Een index** kan het startpunt vormen voor discussie, verbeteracties of een strategische koerswijziging. Maar ook voor verdere analyse, bijvoorbeeld: hoe komt het dat de ene groep beter scoort dan de andere?

**Een index** is betrouwbaar. Dit komt doordat meerdere meetpunten en -momenten een beter beeld geven dan een enkele momentopname, waarbij kortdurende factoren van invloed kunnen zijn.





# 3

## Voorbeelden van toonaangevende indexen



De afgelopen dertig jaar is het gebruik van indexen snel toegenomen om bepaalde nationale, regionale en globale ontwikkelingen te meten en in kaart te brengen. Hieronder bespreken we een aantal toonaangevende voorbeelden die verband houden met de gezondheidsindex.

### Human Development Index van de Verenigde Naties

Een van de bekendste en oudste voorbeelden van indexen is de Human Development Index (HDI) van de Verenigde Naties (VN), ook wel de 'ontwikkelindex' of de 'welzijnsindex'. Sinds 1990 geeft de HDI jaarlijks de gemiddelde prestaties per land weer, opgedeeld in drie categorieën met ieder hun eigen indicatoren:

*Een lang en gezond leven, met als indicator de gemiddelde levensverwachting*

*Toegang tot kennis en educatie, met analfabetisme en educatie als indicatoren*

*Levenstandaard, op basis van het bruto nationaal product per hoofd van de bevolking*

De HDI vormt sinds dertig jaar een belangrijk onderdeel in het Human Development Report van het Ontwikkelingsprogramma van de VN, de grootste ontwikkelingshulporganisatie ter wereld. Het rapport verkent nieuwe meetinstrumenten, innovatieve analyses en vormt input voor beleidsvoorstellen. Daarmee vormt het rapport de basis voor het wereldwijde debat over grote ontwikkelingsvraagstukken..

**Het Human Development Report ligt aan de basis van het wereldwijde debat over grote ontwikkelvraagstukken.**

### Gallup-ShareCare Well-Being Index

De Gallup-ShareCare Well-Being Index rapporteert en monitort sinds vijftien jaar welzijnsfactoren op basis van dagelijkse enquêtes onder Amerikaanse werknemers. Met inmiddels zo'n 2,7 miljoen ingevulde vragenlijsten biedt de database waardevolle input voor verdiepende onderzoeken.

Een voorbeeld daarvan is een recente studie naar de invloed van werkgeluk op de algehele levenstevre-

denheid, uitgevoerd door het eveneens Amerikaanse National Institute of Occupational Safety and Health (NIOSH). De onderzoekers schrijven dat de Gallup-indexen het makkelijker maken om ervaringen door de tijd heen te volgen, onder meer doordat Gallup eenvoudige scoremethodieken gebruikt die gezondheid op een schaal van 0 tot 100 weergeven. Ze gebruiken gegevens uit drie sub-indexen van de Gallup-ShareCare Well-Being Index:

De **Physical Health Index** brengt de fysieke gezondheid in kaart op basis van negen indicatoren, waaronder chronische gezondheidsproblemen, overgewicht, griepsymptomen, (hoofd)pijn, vermoeidheid en energie.

De **Basic Access Index** is het gemiddelde van acht indicatoren, waaronder de tevredenheid over de woonplaats, een gevoel van veiligheid in de leefomgeving en de toegankelijkheid van gezondheidszorg, verzekeringen, medicijnen en gezonde voeding.

De **Health Behavior Index** is het gemiddelde van de vier leefstijlindicatoren roken, beweging, voeding en de inname van groente en fruit.

Aan de hand van deze indexen kwamen de onderzoekers tot het inzicht dat werktevredenheid leidt tot een stijging van veertien procent in de totale levenstevredenheid. Die stijging komt niet alleen door het inkomen uit werk, bleek uit de resultaten, maar ook door de kwaliteit van de werkzaamheden. Werklozen scoorden zelfs hoger op welzijn dan werknemers die

ontevreden zijn over hun baan. Het is waarschijnlijk de eerste studie die werkgerelateerd welzijn in verband brengt met algeheel welzijn. Daarmee levert dit rapport waardevolle input voor onder meer psychologen, werkgevers, hr-specialisten en beleidsmakers.

**Werktevredenheid leidt tot een stijging van 14% in de totale levenstevredenheid.**

### World Happiness Report

Het geluk van de inwoners wordt een steeds belangrijkere indicator voor de internationale positie van een land. Sinds 2012 jaar publiceren de VN jaarlijks het World Happiness Report, eveneens op basis van onderzoeksresultaten van onderzoeksbureau Gallup. In de rapporten verantwoordt economen, psychologen en statistici hoe deze welzijnsmetingen effectief kunnen worden ingezet om de maatschappelijke vooruitgang te beoordelen.

Met het groeiende belang van geluk wereldwijd ontstaat er de laatste jaren steeds meer consensus over de manier waarop je geluk het beste kunt meten. Zo blijkt uit verschillende onderzoeken dat enquêtes zoals die van Gallup een consistent en betrouwbaar beeld geven van subjectief welzijn. Het World Happiness Report geeft aan hoe gelukkig de gemiddelde inwoner is op basis van de som van de scores voor welvaart, sociale verbondenheid, levensverwachting en keuzevrijheid.



Onderzoek bevestigde dat onder meer de volgende indicatoren wijzen op geluk en levensvreedenheid:

- Regelmatig glimlachen
- Glimlachen met de ogen (aangezien dit niet te veinzen is)
- De beoordeling van iemands geluk door vrienden
- Regelmatige verbale expressie van positieve emoties
- Gezelligheid en extravertie
- Slaapkwaliteit
- Het geluk van naaste familieleden
- Een goede gezondheid
- Een (relatief) hoog inkomen
- Actieve betrokkenheid bij een religie
- Recente positieve ontwikkelingen, zoals loonsverhoging of trouwen

**Enquêtes zoals die van Gallup geven een consistent en betrouwbaar beeld van subjectief welzijn.**

### Health Index for England

De Health Index for England brengt sinds 2015 de nationale gezondheidsontwikkeling van Engeland in kaart. Het onderzoek verzamelt data over gezondheidsresultaten, gedrag en persoonlijke omstandigheden die invloed hebben op gezondheid, en bredere gezondheidsfactoren zoals de woonplaats en leefomgeving.

Die verschillende gezondheidsindicatoren worden samengevat in één hoofdgezondheidswaarde, die laat zien hoe de nationale gezondheid zich door de tijd heen ontwikkelt. Door in te zoomen op specifieke onderwerpen wordt de invloed van bepaalde factoren op veranderingen inzichtelijk. Op die manier brengt de index gezondheidsrisico's en aandachtsgebieden aan het licht.

**Door in te zoomen op aspecten van de index komen gezondheidsrisico's en aandachtsgebieden aan het licht.**

De index is ontworpen door onder andere statistici en gezondheidsexperts en maakt gebruik van data van verschillende overheidsinstanties, waaronder de Office for National Statistics (ONS), de Britse variant van het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). Er geldt een minimumhoeveelheid data om een betrouwbare index te vormen van een bepaald gebied, en alle data worden nauwkeurig gecontroleerd op bruikbaarheid.



# 4

## De gezondheidsindex van Smart Health

### Update fruit ✕

**Fruit**

Één stuk fruit is een handvol fruit, dus één (sinaas)appel, peer, kiwi of banaan, twee mandarijntjes, een schaalpje druiven, aardbeien of bessen.

**Hoe vaak eet je fruit?**

**Hoeveel stuks op zo'n dag?**

**Opslaan**

De Health Index for England is vergelijkbaar met de gezondheidsindex van Smart Health. Net als de Britse gezondheidsindex brengt Smart Health verschillende gezondheidsfactoren samen in één overzichtelijk gezondheidscijfer van een organisatie, afdeling of bijvoorbeeld een gemeente. Dit geeft de gezondheidssituatie van de groep in een oogopslag weer, met de mogelijkheid om in te zoomen op specifieke thema's.

Anders dan de Health Index maakt Smart Health ook de vervolgstap mogelijk. Met het e-healthplatform beschikt de (hr-)directie over handvatten om strategische, datagestuurde keuzes te maken om het werkgebruik, de betrokkenheid en de inzetbaarheid van hun medewerkers te vergroten. En daarmee de wendbaarheid en stabiliteit van de organisatie te verstevigen.

### Hoe meet Smart Health de gezondheidsindex?

De gezondheidsindex is ontwikkeld door de wetenschappers van Smart Health en toont de gemiddelde gezondheidsscore van een volledige organisatie of afdeling. Dit cijfer is opgebouwd uit de scores van alle medewerkers op twaalf verschillende leefstijlonderdelen, waaronder stress, slaap en beweging. Zij vullen hiervoor regelmatig een wetenschappelijk gevalideerde vragenlijst in op het e-healthplatform van Smart Health. Iedere vragenlijst toetst een specifiek leefstijlonderdeel.

**De gezondheidsindex toont de gemiddelde gezondheidsscore van de volledige organisatie of per afdeling vanaf vijftig medewerkers in een eenduidig leefstijlcijfer.**

De scores van de individuele medewerkers worden gekalibreerd op basis van het gerenommeerde INTERHEART-onderzoek Effect of potentially modifiable risk factors associated with myocardial infarction in 52 countries naar risicofactoren voor een hartinfarct. Het is een van de meest geciteerde wetenschappelijke onderzoeken ter wereld en toont aan dat de kans op een hartinfarct voor ruim 90 procent afhangt van leefstijlfactoren die zelfstandig aan te passen zijn. Smart Health gebruikte deze kalibratie om de wegingsfactor per leefstijlonderdeel te berekenen.

De berekening maakt het mogelijk om het leefstijlpatroon van elke deelnemer weer te geven in één enkel getal. De gezondheidsindex vat vervolgens een groot

aantal individuele leefstijlscores samen in een gevalideerd leefstijlcijfer van de volledige organisatie of per afdeling. Dat laatste is mogelijk vanaf vijftig medewerkers om de privacy en anonimiteit te waarborgen.

### **Hoe werkt het e-healthplatform van Smart Health?**

Op het e-healthplatform krijgen medewerkers toegang tot wetenschappelijk gevalideerde tests voor gezondheid, workability, resilience, self-efficacy en well-being. Op basis van hun resultaten ontvangen ze een gepersonaliseerd aanbod van gezondheidsproducten en -diensten, leefstijladviezen, verdiepende tests en motiverende challenges. Tussentijds kunnen ze hun scores updaten in deelvragenlijsten om hun ontwikkeling te monitoren.

**Medewerkers doen wetenschappelijk gevalideerde online tests voor gezondheid, workability, resilience, self-efficacy en well-being.**

In het dashboard voor de werkgever en hr-directeur is de actuele gezondheidsindex realtime zichtbaar. Hiermee hebben zij altijd een actueel beeld van de gezondheid van hun organisatie en hoe die zich ontwikkelt. Voor meer inzicht is het mogelijk om in te zoomen per leefstijlthema of afdeling van de organisatie vanaf vijftig medewerkers.

### **Preventief Medisch Onderzoek (PMO)**

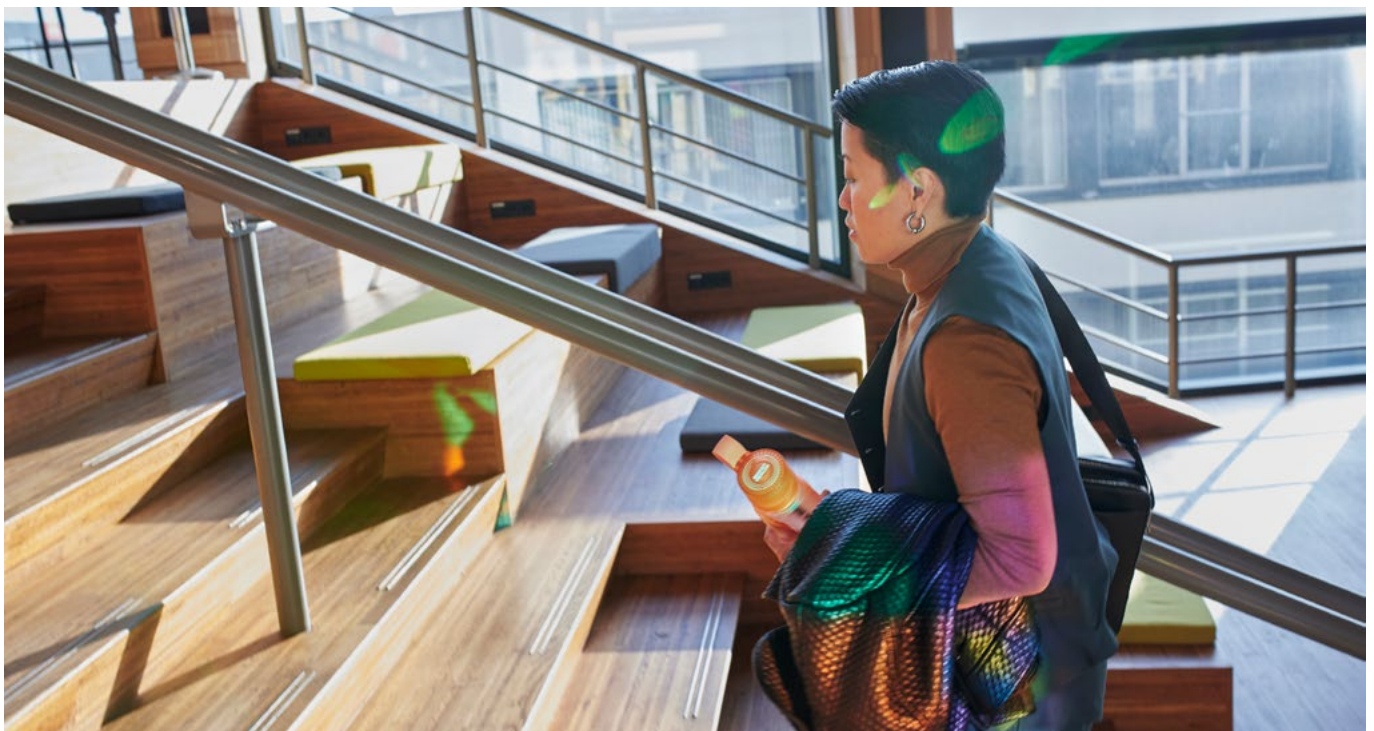
De gezondheidsindex is onder meer gebaseerd op het Preventief Medisch Onderzoek (PMO). Dit onderzoek identificeert niet alleen gezondheidsrisico's gerelateerd aan het werk, maar ook risico's die voortkomen uit de leefstijl of persoonlijke situatie van de medewerker. De Arbowet verplicht werkgevers hun medewerkers dit onderzoek aan te bieden.

Smart Health heeft hiervan de digitale variant opgenomen in het e-healthplatform: het e-PMO, dat medewerkers eenvoudig en snel invullen wanneer dat ze zelf uitkomt. ArboNed adviseert om eens in de drie jaar een PMO te doen, maar vaker is natuurlijk beter. Smart Health adviseert het minimaal jaarlijks te doen, aangezien dit waardevolle inzichten over de gezondheidsontwikkelingen binnen een organisatie oplevert.

**Het digitale e-PMO maakt het mogelijk om het Preventie Medisch Onderzoek heel eenvoudig ieder jaar uit te voeren.**

### **Gezondheidsindex in de praktijk**

Werkgevers die met Smart Health werken ontvangen twee keer per jaar een uitgebreide rapportage van de gezondheidsindex van hun organisatie met data-analyses en adviezen. In de tussentijd ondersteunt Smart Health op verschillende manieren bij het verbeteren



van de vitaliteit op de werkvloer. Samen met ambassadeurs en managers van de klantorganisatie ontwikkelen projectmanagers een actieplan op maat dat goed aansluit op de bedrijfsprocessen. Maandelijks komen zij bijeen om het actieplan uit te werken en de uitvoering en resultaten te evalueren.

**Zeeman en AFAS Software brachten de gezondheid van hun organisatie al in kaart met de gezondheidsindex van Smart Health.**

### **Wat de gezondheidsindex oplevert**

Onder meer Zeeman en AFAS Software brachten de gezondheid van hun organisatie al in kaart met de gezondheidsindex van Smart Health. Op basis van deze en andere samenwerkingen en onderzoeken blijkt dat de inzet van de gezondheidsindex de prestaties van organisaties significant verbetert.

Zo helpt de gezondheidsindex een werkgever om het ziekteverzuim tot 20 procent te verlagen, het stressniveau op de werkvloer met 30 procent te reduceren en het hartrisico met 28 procent te verkleinen. Dat laatste is relevant om hart- en vaatziekten en daarmee langdurig verzuim te voorkomen.

Uiteindelijk zijn mensen die werken voor een werkgever die de gezondheidsindex inzet 30 procent gelukkiger in hun werk en tot wel 70 procent meer betrokken bij de organisatie. Het is aangetoond dat die resultaten een grote impact hebben op het economische succes, de stabiliteit en de veerkracht van een organisatie. Want vitalere mensen zijn blijer, en daarmee effectiever, meer betrokken en duurzamer inzetbaar.



**Benieuwd hoe uw organisatie ervoor staat en wat de gezondheidsindex u kan opleveren?**

**Plan direct een afspraak in met Smart Health founders Suzanne van Pelt en Prof. dr. Leonard Hofstra.**

Mail: [svpelt@smarthealth.works](mailto:svpelt@smarthealth.works) Bel: [+31\(0\)6 4619 5146](tel:+31(0)646195146) Whatsapp: [+31 6 46195146](tel:+31646195146)

# Bronnen

Bowen, B., Ceely, G., Cockle, S., Griffiths, F., Leah, K. (2022). *Health Index methods and development: 2015 to 2020*. Office for National Statistics. Geraadpleegd op 27 maart 2023. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandwellbeing/methodologies/healthindexmethodsanddevelopment2015to2019>

Cockle, S., Leah, K. (2022). *Health Index contents and definitions*. Office for National Statistics. Geraadpleegd op 27 maart 2023. <https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/healthandsocialcare/healthandwellbeing/methodologies/healthindexindicatorsanddefinitions>

Köhler, L. (2016). *Monitoring children's health and well-being by indicators and index: apples and oranges or fruit salad?* John Wiley & Sons Ltd

Ortiz-Ospina, E., Roser, M. (2013). *Happiness and Life Satisfaction*. <https://ourworldindata.org/happiness-and-life-satisfaction>

Ray, T.K. (2021). *Work related well-being is associated with individual subjective well-being*. National Institute of Occupational Safety and Health

Roser, M. (2014). *Human Development Index (HDI)*. Geraadpleegd op 20 maart 2023. <https://ourworldindata.org/human-development-index>

Wikipedia. (2023). *Index van de menselijke ontwikkeling*. [https://nl.wikipedia.org/wiki/Index\\_van\\_de\\_menselijke\\_ontwikkeling](https://nl.wikipedia.org/wiki/Index_van_de_menselijke_ontwikkeling)

Wikipedia. (2022). *VN-Ontwikkelingsprogramma*. <https://nl.wikipedia.org/wiki/VN-Ontwikkelingsprogramma>

Wikipedia. (2023). *World Happiness Report*. [https://nl.wikipedia.org/wiki/World\\_Happiness\\_Report](https://nl.wikipedia.org/wiki/World_Happiness_Report)

World Happiness Report. (2023). *World Happiness Report 2023*. <https://worldhappiness.report/>

# EVERYBODY TAKE CHARGE

**SMART HEALTH**

Westplein 12  
3016 BM Rotterdam

hallo@smarthealth.works  
www.smarthealth.works