

volandis.nl

Meer informatie of vragen?

Neem contact op met:

- De arbodienst voor vragen over de planning en/of de inhoud van het PAGO.
- Volandis als je meer wilt weten over het adviesgesprek. Via 0341 - 499 299 of diawerknemer@volandis.nl.

Wij zijn kennis- en adviescentrum Volandis. We bouwen aan een gezonde en bloeiende bouw- en infrasector. Waarin mensen veilig werken. Plezier houden in hun werk. En op tijd vooruit kijken. Dat is goed voor iedereen: werknemer, werkgever én opdrachtgever. Want gezonde en gemotiveerde mensen halen de beste resultaten. We dagen je uit hier zélf actief mee aan de slag te gaan. Weet hoe je bezig bent. En waar je naartoe werkt. Merk het zelf: bewust werken wérkt.

Volandis is een organisatie van:



Werk veilig.
Houd plezier.
Kijk vooruit.

Volandis

0341 - 499 299

info@volandis.nl

www.volandis.nl

Volg ons: /VolandisNL



Neem deel aan de DIA
Blijf jij veilig, gezond en
gemotiveerd aan het werk?

volandis.nl



Werk veilig.
Houd plezier.
Kijk vooruit.

volandis
bewust werken wérkt

Wat is de DIA?



Wat levert het je op

1. Een kosteloze check-up van werk en gezondheid.
2. Een adviesgesprek met een onafhankelijke adviseur met kennis van de Bouw & Infra.
3. Een moment om stil te staan bij je eigen leef- en werksituatie.
4. Voorlichting over regelingen, bijvoorbeeld: de mogelijkheden van de 4-daagse werkweek.
5. Inzicht krijgen in de mogelijkheden die er vanuit de sector zijn om gezond en met plezier te blijven werken.

Praktische informatie over de DIA

- Je hebt recht op de DIA vanuit de cao Bouw & Infra.
- Deelname aan de DIA is kosteloos.
- Vanaf je 20^e jaar ontvang je elke vier jaar een uitnodiging. Check wanneer jij aan de beurt bent op www.volandis.nl/jouwdia.
- Wij gaan zorgvuldig om met je gegevens. Hoe we dit doen vind je op www.volandis.nl/privacy.

Stap 1. Medisch onderzoek (PAGO)

Voorafgaand aan het medisch onderzoek vul je een vragenlijst in over je gezondheid en werk. De doktersassistent neemt bloed af en verricht een aantal testen waaronder zicht en gehoor. De bedrijfsarts beoordeelt de resultaten, bespreekt de vragenlijst en doet eventueel gericht lichamenlijk onderzoek. Ook kijkt de bedrijfsarts naar je leefstijl. Hieruit volgt een persoonlijk advies. Zo nodig krijg je een voorstel voor een vervolgconsult, doorverwijzing naar je huisarts of een werkplekonderzoek. Zijn de bloeduitslagen bekend, dan ontvang je het PAGO-rapport met je resultaten en het advies.

Stap 2. Adviesgesprek

Met de DIA-adviseur ga je in gesprek over jouw huidige en gewenste situatie. Dit aan de hand van de drie pijlers van Volandis: Werk veilig, Houd plezier en Kijk vooruit. Wat heb je nodig om vooruitgang te boeken? Soms zijn simpele en kleine stappen voldoende, een andere keer is er meer nodig. De DIA-adviseur kent de regelingen en mogelijkheden die de sector biedt en helpt waar nodig.



Werk veilig

Gezondheid
Lichamelijke belasting
Mentale belasting
Vermoeidheid en herstel
Veiligheid
Gevaarlijke stoffen
Leefstijl



Houd plezier

Werkdruk
Samenwerken
Werk-privé balans
Functie-inhoud
Werkplezier
Rol leidinggevende
Waardering
Motivatie



Kijk vooruit

Risico op uitval
Arbeidsvoorwaarden
Arbeidsmarkt
Omgaan met verandering
Opleiding en ontwikkeling

Stap 3. DIA-actieplan

Het DIA-actieplan bestaat uit twee onderdelen: het PAGO-rapport en het actieplan. Deze ontvang je thuis na de DIA. Bepaal zelf aan de hand van jouw DIA-actieplan hoe jij wilt groeien in veilig, gezond, gemotiveerd en deskundig werken. Volandis en partners kunnen je hierbij helpen. Denk bijvoorbeeld aan leefstijladvies, werkadvies, een opleiding of ontwikkeltraject, loopbaancoaching, stresscoaching of social support. Meer informatie vind je op www.volandis.nl/partners.