



# Factsheet

## Leidinggevenden van vitale beroepen

### Tips en advies van UBR| Bedrijfszorg

We ervaren allemaal rechtstreeks effecten die deze crisis met zich meebrengt. Werknemers, maar ook leidinggevenden in de vitale beroepsgroepen, ervaren deze crisis dubbel. Enerzijds hebben ze te maken met onbekendheid en mogelijke gevolgen van het virus voor zichzelf en hun collega's/medewerkers en anderzijds zijn er de werkzaamheden die 'gewoon' door moeten gaan. Daarom voor leidinggevenden de vraag om extra alert te zijn op medewerkers en jezelf.

#### Tips voor leidinggevenden van medewerkers met vitale functies

- Houdt contact met medewerkers, informeer ze over de veranderingen en bijzonderheden.
- Maak gebruik van de faciliteiten die de organisatie aanbiedt om de omgeving goed in te richten, zaken makkelijker maken om goed te kunnen werken.
- Houd je aan de voorschriften die in het kader van veilig en hygiënisch werken gelden. Bespreek deze zaken met medewerkers en bespreek met name de uitvoerbaarheid ervan.
- Geef medewerkers de **erkenning, waardering en steun** die ze verdienen voor het feit dat zij hun werk op de werklocatie blijven uitvoeren. Betrokkenheid en waardering van leidinggevenden en collega's is belangrijk voor de motivatie. Toon ook begrip voor wijzigingen in de privésituatie.
- Bijvoorbeeld wanneer een werknemer nu extra belast wordt doordat hij/zij ook nog steeds mantelzorg is voor een familielid of omdat de kinderen vanwege de sluiting van scholen thuis zijn. Er worden in deze periode andere zaken van medewerkers gevraagd. Dit kan stress en zorg opleveren. Vraag medewerkers of het lukt de balans tussen werk en privé te bewaren.
- Zorg zelf voor je ontspanning, beweeg minimaal 1 uur per dag (hardlopen/wandelen/fietsen) of doe aan ontspanningsoefeningen/mindfulness. De Mindfulness coach app van VGZ bevat oefeningen die je helpen om meer mindful te zijn. [Download de Mindfulness coach app.](#)
- Vraag ondersteuning aan experts daar waar nodig, bijvoorbeeld bij de bedrijfsarts of bedrijfsmaatschappelijk werk.
- Wijs de medewerkers op de beschikbare tools in de [toolbox mentaal fit & gezond werken](#) om hen te ondersteunen.

Dit is een publicatie van:

**Uitvoeringsorganisatie Bedrijfsvoering Rijk**  
**Ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties**  
[www.ubrijk.nl](http://www.ubrijk.nl)

april 2020