



**ONZE HELDEN
moeten zich ook
opladen**

Onze helden moeten zich ook kunnen opladen

Lancering van een digitaal portaal www.iklaadmeop.be ter ondersteuning van het mentaal welzijn van zorgverleners

Een initiatief van Takeda Belgium, in samenwerking met de Algemene Unie van Verpleegkundigen van België en Attentia

Brussel, 11 mei 2021 - Ter gelegenheid van de Internationale Dag van de Verpleegkundige, op 12 mei, lanceren het farmaceutische bedrijf Takeda, HR & Well-being specialist Attentia en de Algemene Unie van Verpleegkundigen van België een nieuw digitaal portaal ter ondersteuning van het mentale welzijn van zorgverleners. Het portaal www.iklaadmeop.be bevat zowel wetenschappelijke omkadering als praktische tips en suggesties. Het is opgebouwd rond vier thema's: slaaptkort, vermoeidheid, stress en emoties. Het project werd begeleid door een autoriteit op het gebied van mentaal welzijn, Professor Elke Van Hoof (Vrije Universiteit Brussel) en Laurent Moor, *mental coach* aan het CHU Luik en het Erasmus Ziekenhuis Brussel en oprichter van de eerste Vermoeidheidskliniek in België.

Dit initiatief beoogt een antwoord te bieden aan de groeiende behoefte van zorgverleners voor bijkomende instrumenten ter ondersteuning van hun mentale en fysieke welzijn doorheen de COVID-19 pandemie.

Hoewel het portaal gelanceerd wordt op de Internationale Dag van de Verpleegkundigen, richt het portaal zich naar àlle zorgverleners.

Want zij zijn onze helden. En ook helden hebben nood om zich op te laden.

Dagelijks wijzen de statistieken op de enorme druk die de COVID-19 pandemie legt op het zorgstelsel in België. De zorgverleners - artsen, verpleegkundigen, apothekers, kinesitherapeuten en paramedisch personeel – staan dag en nacht klaar om patiënten op te vangen. Zij staan in de eerste linie, werden – terecht - uitgeroepen tot 'onze helden', en werden tijdens de eerste lockdown steevast om 20 uur bedankt met een warm applaus uit erkentelijkheid voor hun inzet.

De druk is sindsdien niet afgenomen, met dagelijks enkele duizenden nieuwe besmettingen, en ziekenhuisopnames die op een relatief hoog niveau blijven aanhouden. Elke dag lezen we verhalen over de toenemende mentale belasting op het zorgpersoneel. Onder de aanhoudende toevloed van nieuwe

COVID-19 patiënten lopen de batterijen van het zorgpersoneel stilaan leeg. In de recente ‘Power to Care’ enquête van Sciensano, afgenomen bij 2530 zorgverleners in de maand maart 2021, rapporteerde de studiepopulatie volgende symptomen, die het gevolg zijn van chronische stress, als sterk tot zeer sterk aanwezig : 59% zei zich vermoeid te voelen, 51% onder druk te staan, 47 % zichzelf niet voldoende te kunnen ontspannen, 38% meldde slaaptkort en bijna één op drie (28%) had concentratiestoornissen¹.

*“Dat was ook de boodschap die wij opvingen, toen we in november vorig jaar een druk bijgewoond webinar over dit thema organiseerden”, vertelt **Souad Khaled, projectverantwoordelijke bij Takeda Belgium.** “Zorgverleners vertelden dat ze last hadden om de slaap te vatten, emotioneel op de proef werden gesteld en onder druk stonden. Ze hadden nood aan eenvoudige en praktische tips hoe ze daar mee om konden gaan. Toen is het idee ontstaan om dit digitale portaal te bouwen, waarbij we konden rekenen op de inzichten en lange ervaring van de autoriteit ter zake, professor Elke Van Hoof en mental coach Laurent Moor. Want zorg dragen voor de zorgverleners is niet alleen noodzakelijk om COVID-19 te kunnen verslaan. Het is een noodzakelijk voorwaarde om alle patiënten de beste zorg te kunnen geven in ons land.”*

*“Het portaal richt zich op de meest voorkomende klachten, namelijk slaapproblemen, vermoeidheidsklachten of uitputting, stress en omgaan met emoties”, zegt **Professor Elke Van Hoof (Vrije universiteit Brussel), een autoriteit op het gebied van mentaal welzijn.** “Zorgverleners kunnen hier informatie vinden die hun klachten kaderen én hele praktische oefeningen om er thuis of op het werk mee aan de slag te gaan. Het zijn allemaal normale reacties in deze uitzonderlijke tijden. Maar het weegt zwaar. We dachten begin 2020 dat we aan een sprint stonden. Maar het werd een marathon en zelfs één zonder het einde in zicht. Goed voor jezelf zorgen en jezelf weer opladen voor een volgende ronde, is dan essentieel. En dat is wat we doen op dit portaal. We voorzien in laadpunten voor elk van de klachten zodat alle zorgverleners zich kunnen opladen op het moment waarop zij er zelf nood aan hebben.”*

*“Tijdens een webinar interpelleerde een verpleegkundige me met de vraag waarom niemand voor hen zorgde. Een hartverscheurende kreet. Het is niet mogelijk ongevoelig te blijven voor dit ingehouden lijden en gebrek aan erkenning. Want voor de verzorgers is het niet altijd gemakkelijk te herkennen dat men lijdt in een beroep waarin men lijden behandelt.”, zegt **Laurent Moor, mental coach aan het CHU Luik en het Erasmus Ziekenhuis Brussel.** “Met professor Elke Van Hoof hebben we vier problemen geïdentificeerd die de energie van zorgverleners aantasten, namelijk vermoeidheid, angst, slaapstoornissen en moeilijkheden om met emoties om te gaan. Voor elk daarvan hebben wij getracht zeer concrete instrumenten voor te stellen om op korte en middellange termijn oplossingen te bieden. Elke gezondheidsprofessional zal elementen vinden die hem of haar in staat stellen weer energie te krijgen en een betere levenskwaliteit te*

¹ Peeters, B., Koggen, K. et.al. (april 2021), “Power to Care - De enquête naar het welzijn van zorgverleners, hulpverleners en mantelzorgers Belangrijkste resultaten van de tweede nationale enquête maart 2021”, Sciensano Brussel, 48 p. De percentages verwijzen naar het aantal respondenten dat "7 of meer" antwoordde op een elfpuntenschaal, gaande van '0= nooit' tot '10 = altijd'.

bereiken. Een druppel in een oceaan van leed en bekommernis, ongetwijfeld, maar wij hopen met dit initiatief een beetje voor hen gezorgd te hebben, binnen onze mogelijkheden. "

Het portaal richt zich op alle zorgverleners: artsen, verpleegkundigen, kinesitherapeuten, en paramedici en kan rekenen op de enthousiaste steun van de Algemene Unie van Verpleegkundigen van België en Attentia.

*"De pandemie heeft meer dan ooit de essentiële rol van de verpleegkundigen in de gezondheidszorg aangetoond. Maar heeft tevens gewezen op de noden die zij hebben. Een studie² van mei vorig jaar toonde aan dat 7 op de tien verpleegkundigen een risico op burn-out had. De situatie is sindsdien niet veel verbeterd. Vandaag is het dus bijzonder belangrijk om zorg te dragen voor hen." zegt **Adrien Dufour, woordvoerder van de AUVB-UGIB-AKVB**, die 43 organisaties van verpleegkundigen vertegenwoordigt. "Dit digitale portaal is een concrete actie, die volledig in lijn ligt met de waarden en de missie van de AUVB. Dit project helpt de zorgverleners om de zaken in handen te nemen, om op regelmatige manier, en voor wie er nood aan heeft zelfs een dagelijks, zorg te dragen voor zichzelf".*

Ook Attentia, de HR & Well-being specialist, is een enthousiaste partner in het project. **Evelien Buseyne, Manager psychosociaal welzijn bij Attentia:** *"Ondersteuning van het mentale welzijn is voor elke medewerker cruciaal vandaag. Gezien de huidige context kunnen we stellen dat aandacht voor het mentale welzijn in de zorgsector een absolute must is. Medewerkers in de zorg hebben te maken met een hoge werkdruk, worden blootgesteld aan meerdere risico's en hebben vaak weinig tot geen tijd om voldoende optimaal te recupereren. Vaak wordt vergeten dat men in geval van psychosociale ondersteuning ook op de preventieadviseur psychosociale aspecten van de externe dienst van de werkgever kan terugvallen. Proactief communiceren, sensibiliseren en inzetten op het inschakelen van de preventieadviseur psychosociale aspecten in de zorg is essentieel. Deze eerstelijnsopvang voor jouw medewerkers is een laagdrempelig en efficiënt kanaal om hulp te bieden aan medewerkers die daar nood aan hebben."*

Het digitale portaal is gratis toegankelijk op volgend adres :

www.iklaadmeop.be

² Coronavirus: plus de sept infirmiers sur dix risquent l'épuisement professionnel selon une étude réalisée sur 4500 infirmiers francophones, 2 mai 2020, <http://www.siznursing.be/coronavirus-plus-de-six-infirmiers-sur-dix-risquent-lepuisement-professionnel-selon-une-etude/>

Over Takeda

Takeda Pharmaceutical Company Limited is een wereldwijde, op waarden gebaseerde, door R&D gedreven biofarmaceutische leider met hoofdkantoor in Japan, toegewijd aan het ontdekken en leveren van levens-veranderende behandelingen, geleid door onze toewijding aan patiënten, onze mensen en de planeet. Takeda richt zijn R&D op vier therapeutische gebieden: Oncologie, Zeldzame Genetische Aandoeningen en Hematologie, Neurowetenschappen en Gastro-enterologie (GI), met gerichte R&D-investeringen in Plasma-afgeleide Therapieën (PDT) en Vaccins. We focussen ons op de ontwikkeling van baanbrekende innovatieve geneesmiddelen die kunnen helpen om een verschil te maken in het leven van de mensen door de grenzen van nieuwe behandelingsopties te verleggen en gebruik te maken van onze versterkte collaboratieve R&D-motor en -capaciteiten om een solide, modaliteitsdiverse pijplijn te creëren. Onze werknemers zetten zich in om de levenskwaliteit van patiënten te verhogen en zijn actief met onze partners in de gezondheidszorg in ongeveer 80 landen. Voor meer informatie, ga naar <https://www.takeda.be>.

Over AUVB-UGIB-AKVB

De Algemene Unie van Verpleegkundigen van België (AUVB-UGIB-AKVB) is een VZW met als doel de beoefenaars van de verpleegkunde te verenigen en de belangen van de sector te vertegenwoordigen en te verdedigen. Op die manier wil de organisatie de verpleegkunde in haar totaliteit verder promoten en ontwikkelen. Dit doet ze met het oog op de belangen van de verpleegkundigen én die van de aan hen toevertrouwde patiënten.

De Algemene Unie van Verpleegkundigen van België verenigt 43 beroepsorganisaties voor verpleegkunde uit de drie gewesten en gemeenschappen en overkoepelt hiermee alle aspecten van de opleiding en beroepsuitoefening van de verpleegkunde. Daarmee vertegenwoordigen wij de 140.000 verpleegkundigen die actief zijn in ons land.

Over Attentia

Attentia, partner in HR en Well-being van grote bedrijven, KMO's en zelfstandigen, biedt producten en diensten aan op vlak van HR, Payroll, Preventie & Bescherming en Well-being. Deze geïntegreerde aanpak levert haar klanten data en dus bredere inzichten voor een succesvol HR & Well-being beleid. Attentia gelooft dat gelukkige mensen de drijvende kracht zijn achter elke succesvolle onderneming. Met meer dan 670 medewerkers, verdeeld over 40 kantoren in Vlaanderen, Brussel en Wallonië staat Attentia ten dienste van haar 15.000+ klanten.

Perscontacten:

Prof. dr. Elke Van Hoof, Vrije Universiteit Brussel, elke.van.hoof@vub.be – GSM +32 479 99 12 19

Laurent Moor, l.moor@helmo.be - GSM +32 496 92 97 13

Takeda Belgium : Stefaan Fiers, Woordvoerder, stefaan.fiers@takeda.com – GSM +32 476 76 90 77

AUVB-UGIB-AKVB : Adrien Dufour, adrien.dufour@slbo.be - GSM +32 496 64 89 65

Attentia: Maaike Van Coppernolle, maaike.vancoppernolle@attentia.be – GSM +32 477 90 46 49