

Van zorg naar voorzorg

Geen wijzer Nederlands spreekwoord dan 'Voorkomen is beter dan genezen'. Iedereen kent het, maar handelen we er ook naar? Eten en leven we allemaal zo gezond dat we zelden of nooit naar de dokter hoeven? Stimuleren bedrijven gezondheid wel voldoende, ook bedrijven die maatschappelijk verantwoord ondernemen? MVO Nederland bundelt dit jaar een waaier aan partijen die onnodige medische klachten kunnen voorkomen. "De gezondheidszorg in Nederland is een plaggenhut met een paleis erachter."

De producent

Naam: Carl Hoyer (1969)

Organisatie: Wessanen

Functie: Vice President Corporate Communications

Fruit: Carambola (starfruit)

Inzet: Wessanen wil de Europese leider in gezondere en duurzame voeding worden. Nu al biedt het concern vele voedingsproducten in heel Europa aan, maar vooral in Frankrijk, de Benelux, Groot-Brittannië, Duitsland en Italië. De ingrediënten kunnen biologisch zijn, maar ook vegetarisch, als de voedingswaarde maar bijdraagt aan het bevorderen van gezondheid. In Nederland is Zonnatura een bekend merk van Wessanen. Het productenpalet is gevarieerd, van spreads tot honing, marmelade, ontbijtgranen, koekjes, limonade, chocoladerepen, sojamelk, thee, koffie en rijstwafels. Het bedrijf Wessanen is al 250 jaar oud, en is begonnen als handelaar in zaden in de Zaanstreek.

Quote: "De opgave waar de voedingsindustrie en consumenten samen voor staan, is het

verminderen van de hoeveelheid dagelijks eten. We krijgen te veel calorieën per dag binnen. Enerzijds komt dat door de alom beschikbaarheid van eten: in de winkelstraten, op stations, bij de benzinepomp. Veel gemakvoeding ook, dat je zo naar binnen werkt. Aan consumenten de opgave om daar zelf grenzen aan te stellen. Vanuit de voedingsindustrie moet er iets aan de grootte van verpakkingen worden gedaan. Toen ik jong was, woog een zakje chips 80 gram, nu weegt dat standaard 200 gram. En dat is met heel veel producten zo. Hoe meer er in de verpakking zit, hoe meer je naar binnen werkt. Aan die race doet Wessanen niet mee. Je zult in het assortiment van onze merken geen jumboverpakkingen zien, geen vijf liter tomatensap, geen kilo of literverpakking pindakaas. De verpakkingen moeten kleiner. Ja maar, is dan het tegenargument, je hebt juist meer vervuiling als je alles apart of in kleine porties verpakt. Ik vind niet dat je vervolgens in een discussie terecht moeten komen en moet afwegen wat zwaarder weegt: de gezondheid of de vervuiling. Er is een totaalvisie nodig, waar de overheid een rol in moet spelen. Met biologisch afbreekbare verpakkingen kun je een natuurlijke cyclus opbouwen. Een Frans merk van ons, Alter Eco, heeft zelfs al enkele Cradle to Cradle verpakkingen uitgebracht die geen schadelijke stoffen bevatten. Het symboliseert ons gezondere alternatief.

Met zo'n totaalvisie kun je uitkomen waar je wilt zijn: mensen die met mate eten en een vermindering van het afvalprobleem."

Website: www.wessanen.com

E-mail: carl.hoyer@wessanen.com

De investeerder

Naam: Patrick W. Driessen (1972)

Organisatie: Pulsar Network Capital

Functie: Founder en managing partner

Fruit: Pitaja

Inzet: Pulsar Network Capital heeft een Sustainable Food Fund dat participeert in duurzame innovaties in de voedingsindustrie. Het fonds investeert vooral in gezonde voeding, dranken en voedingsingrediënten. In de praktijk blijken sociale ondernemers wel een eerste funding bij elkaar te kunnen krijgen, met bedragen van 50 duizend tot 150 duizend euro. Het is de vervolgfase die lastig is, met een financieringsbehoefte van 250 duizend euro tot vijf miljoen aan groeikapitaal. Dat zijn te grote bedragen voor business angels, maar voor de meeste venture capital en private equity fondsen weer te klein. Pulsar Network Capital is in 2013 gestart.

Quote: "Vaak ontbreekt het investeerders aan de kennis en kunde om de impact van een investering in de gezondheid te kunnen beoordelen. Het is een effect dat pas over vele jaren resultaten heeft. Daarom wint de commercie het meestal, het kortetermijndenken. Toch zijn we nu met miljoenendeals bezig, waar vermogende families en pensioenfondsen in mee-investeren. Wij begeleiden bedrijven vanaf het punt waarop hun aanbod internationaal schaalbaar is. Het gaat bijvoorbeeld om een product waarbij kinderen en volwassenen meer groente tot zich nemen, zonder dat ze merken dat ze groenten eten. Het is verpakt in ander jasje. Het is een vervanging voor de vette hap, voor de doelgroep die graag naar de snackbar gaat. Maar met dit product krijg je wel 50 procent van je dagelijkse behoefte aan

"Bij investeerders ontbreekt de kennis om de positieve effecten van gezondheid in te schatten"

groenten binnen, dat kun je zwart-op-wit stellen. Je kunt het frituren, ook in de hete-lucht frituur, in de oven verwarmen of in de pan. We werken ook aan een business model waarbij je duizenden Nederlanders gezonder kunt laten consumeren, zonder dat ze blootgesteld worden aan de ongezonde keuzes die supermarkten bieden. Wij schakelen de retail zelfs helemaal uit en doen ook de distributie zelf. Je kunt met 65-plussers makkelijk een bezorgservice opzetten, die mensen thuis, op hun werk of op de sportschool een gezond voedingspakket aanbiedt. Zonder suiker, natriumarm, vegetarisch, of juist met extra eiwitten: net wat je zelf wilt. Het hele kostenmodel is anders. Met een partij als bijvoorbeeld Achmea, die 5,5 miljoen verzekerden telt, kunnen we met een Health Food Box een enorme impact op de gezondheid van Nederland hebben."

Website: www.pulsarnetworkcapital.nl

E-mail: patrick@pulsarnetworkcapital.com >

"Wij doen niet mee aan de race om steeds grotere verpakkingen"



De beleidsmaker

Naam: Thomas Plochg (1973)
Organisatie: NPHF Federatie voor Gezondheid
Functie: Directeur
Fruit: Granaatappel
Inzet: De NPHF Federatie voor Gezondheid vertegenwoordigt organisaties die gezondheid als uitgangspunt nemen. De federatie bestaat uit vijftig beroepsverenigingen, fondsen, kennisinstituten, brancheorganisaties en bedrijven. Het bevorderen van de volksgezondheid is een maatschappelijke noodzaak en is zelfs vastgelegd in artikel 22 van de Nederlandse grondwet. De federatie vindt dan ook dat de overheid de plicht heeft om te zorgen voor gezonde burgers in een gezonde samenleving. Het voorkomen van ziekte is

hierin leidend, meent de federatie: zo lang mogelijk gezond blijven.
Quote: “Om te begrijpen voor welk probleem we nu staan, moet je weten hoe ziektepatronen zich de afgelopen eeuwen hebben ontwikkeld. In de middeleeuwen hadden we infectieziekten als de pest, waar artsen weinig aan konden doen. Met de industrialisatie kwamen er riolering en schoon water. We leerden wat een bacterie was, konden infectieziekten beter bestrijden. Helaas zie je dat wanneer je bepaalde ziektes weghaalt, er andere voor in de plaats komen. Enkelvoudige, acute ziektes kwamen op, zoals het hartinfarct. Je was gelijk dood. Met ons huidige medisch-specialistisch zorgsysteem is daar een succesvol antwoord op gevonden. Dat heeft een nieuw vacuüm gecre-

eerd, met als gevolg de komst van chronische ziekten als diabetes, overgewicht en depressie, vaak in combinatie met elkaar. Omdat het menselijk lichaam is opgedeeld in enkelvoudige problemen, kunnen we deze multi-problematiek niet oplossen. Je hebt tien specialisten tegelijk aan je bed nodig. Laat die maar eens samen een integrale diagnose stellen. Bovendien ben je vaak te laat, en is het kwaad al geschied. Ons zorgsysteem ziet eruit als een plaggenhut met een paleis erachter. Deze tijd vraagt om een meer holistische benadering van de gezondheidszorg. Eigenlijk zou je de circulaire economie moeten toepassen op de gezondheidszorg. Hoe zorg ik ervoor dat mensen gezond blijven door gezond te eten en voldoende te bewegen? De gezondheidsschade van slechte voedingsproducten wordt nu afgewenteld op de maatschappij, waarbij de gezondheidszorg fungeert als afvoerputje. Een putje dat verstopt raakt. Dat besef begint door te dringen, maar is nog niet eenvoudig te vertalen naar concrete actie. We zijn op zoek naar woorden, naar doelen, naar voorbeelden. De financiering van de zorg is het urgentst. Wij denken aan het ontwikkelen van service-contracten voor de gezondheid, een onderhoudscontract zoals je dat ook voor je cv-ketel afsluit. Je ziet dat al opkomen bij tandartsen en fysiotherapeuten, die in plaats van een aanvullende verzekering met een voorzorgcontract werken. Kun je dat naar wijkniveau opschalen? En krijg je de verzekeraars mee? De achilleshiel van het zorgsysteem is nu dat preventie voor zorgverzekeraars financieel niet zo interessant is. Alles wat zij in voorzorg investeren, moet er bij ziekenhuizen aan geld af. Dat is een lastig punt. Maar ook daar zie ik lichtpuntjes. Met name longartsen die het beu zijn om altijd maar patiënten te vertellen dat ze longkanker hebben omdat ze roken en daardoor ten dode zijn opgeschreven. Zij zijn nu een vete met de tabaksindustrie begonnen.”

Website: www.nphf.nl
E-mail: t.plochg@nphf.nl

“Onze zorg is een plaggenhut met een paleis erachter”



De wetenschapper

Naam: Dr. Machteld Huber (1951)
Organisatie: Louis Bolk Instituut
Functie: Senior onderzoeker voedingskwaliteit en gezondheid
Fruit: Baby-ananas
Inzet: Huber werkte eerst als huisarts, voordat zij als onderzoeker het fundament onder de gezondheidszorg aan de orde stelde. De aanleiding: nadat zij zelf in korte tijd viermaal flink ziek werd, merkte ze dat gezondheid veel meer is dan de afwezigheid van ziekte. Ze kon zelfs haar herstel actief beïnvloeden. Als ze zich zorgen maakte, verslechterde haar toestand. Dingen die haar blij maakten hadden een positief effect. Het sterkst werkten dingen die het leven zinvol maakten. Later herkende ze dit toen ze met drugsverslaafden en mensen met een oorlogstrauma uit Rwanda en de Balkan werkte. Als onderzoekster van het Louis Bolk Instituut bracht ze daarna maar liefst 556 indicatoren in kaart waaraan mensen gezondheid aflezen. Ze bracht deze indicatoren terug tot zes dimensies: lichaamsfuncties, mentale functies en beleving, een spirituele en existentiële dimensie, kwaliteit van leven, sociaal-maatschappelijke participatie en dagelijks functioneren. Met elkaar geven deze elementen een totaalbeeld van hoe goed en gezond iemand zich voelt.

Quote: “Op dit moment wordt 95 procent van het zorgbudget besteedt aan het bestrijden van ziekten. Niet meer dan 4 procent gaat naar preventie. Tegelijkertijd zie je lifestyleziekten zoals hart- en vaatziekten, en overgewicht-diabetes, maar ook allergieën en astma steeds vaker voorkomen. Indirect speelt de definitie van gezondheid van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) uit 1948 een rol, waarin gezondheid een toestand van compleet welbevinden is. De definitie stimuleert tot het medisch behandelen van wat zich ook maar voordoet. Het vermogen van mensen om zelf te handelen in moeilijke situaties, krijgt daarbij geen aandacht. Gaat het mis, dan zijn daar de huisarts en de medisch specialisten. De meeste mensen kennen deze definitie niet. Ikzelf ook niet, vroeger, ook al heb ik medicijnen gestudeerd. Maar voor beleidsmakers in de politiek is het wel een uitgangspunt. Een nieuwe definitie kan een nieuwe richting aan de zorg geven. Die kan patiënten op hun kracht aanspreken, in plaats van op hun zwakte. Gezondheid is dan geen doel op zich, maar een middel, om dátgene te kunnen doen wat je leven betekenisvol maakt. Mijn definitie is dan ook: ‘Gezondheid is het vermogen om je aan te passen en je eigen regie te voeren in het licht

van de sociale, fysieke en emotionele uitdagingen van het leven’. Eigen regie kan de kwaliteit van leven aanzienlijk vergroten en de medische consumptie verminderen. De uitdaging is om de verdere uitwerking van de definitie, wat ik ‘positieve gezondheid’ noem, structureel vorm te geven. Met als essentie dat de scheidslijn tussen zorg en welzijn gaat vervagen. Dat is ook niet vreemd, want gezondheidsvragen zijn vaak welzijnsvragen. Als je nu met een welzijnsvraag naar de huisarts gaat, is er een grote kans dat de vraag een medische wending krijgt. Dan ga je naar huis met een doosje pillen, terwijl de oorzaak ergens anders ligt. Daarom moeten we de loketten anders inrichten, moet de aandacht veel meer naar de nulde- en eerstelijnszorg. Waar zorgaanbieders beter luisteren naar de vraag achter de vraag en goed adviseren. Het is ingewikkeld om een verschuiving teweeg te brengen. Maar er is wel een enorme belangstelling voor dit nieuwe denken. Ik kan de hoeveelheid lezingen bijna niet bijbenen, zo druk is het. Verzekeraars hebben ook serieus belangstelling. Daardoor konden we rondom Boxmeer een pilot starten, om te zien hoe er door samenwerking een andere structuur kan ontstaan. Ziektekostenverzekeraar VGZ experimenteert en kijkt mee wat de consequenties zijn. Ook de Achterhoek wil een experiment starten, en ook wijken in Maastricht. Misschien moeten artsen wel in loondienst, om te voorkomen dat ze door terugloop van patiënten extra verrichtingen gaan plegen, om toch hun omzet te halen. Minister Edith Schippers is de zorg aanzienlijk aan het veranderen. Er is in Den Haag draagvlak voor de nieuwe definitie. Maar tegelijkertijd steunt het beleid in Den Haag nog op de vele schotten in de zorg. Het is de decentralisatie die kansen biedt tot integratie. Het is nu het juiste moment om dat te doen, vooral ook omdat iedereen wel aanvoelt hoe logisch het is om zelf de verantwoordelijkheid te gaan nemen voor je eigen gezondheid.”

Website: www.louisbolk.nl
E-mail: m.huber@louisbolk.nl



“De eigen verantwoordelijkheid voor een gezond leven is mensen afgenomen”



“Als we niets hadden
gedaan, was het
ziekteverzuim
waarschijnlijk gestegen”



> De werkgever

Naam: Jeanine Peppink-van der Sterren (1964)

Organisatie: Royal IHC Holding

Functie: Group Director SHEQ (Safety, Health, Environment, Quality) en CSR (MVO)

Fruit: Aardbei

Inzet: IHC stelde voor de scheepswerven en andere bedrijfsonderdelen een gezondheidsmanager aan, Mike Lie-A-Lien, een voedingsdeskundige, gedragstherapeut en atletiektrainer in één. In nauwe samenwerking met de top van de onderneming, de OR en een aparte stuurgroep maakte hij afspraken over preventief gezondheidsbeleid. Dit resulteerde onder meer in het omruilen van vet eten in het bedrijfsrestaurant voor gezonde voeding, een rookverbod buiten de pauzes en voor iedereen een aangepast bewegingsschema, met name voor collega's met overgewicht. Het gezondheidsbeleid leverde IHC een bekroning op, een gouden certificaat IHMQ, een managementstelsel voor gezondheid.

Quote: “Het gezondheidsbeleid bij Royal IHC is begonnen met het doen van een preventief medisch onderzoek bij alle medewerkers.

Zo kun je in een heel vroeg stadium ontdekken waar mensen later mogelijk problemen mee kunnen krijgen. Dat is een heel andere benadering dan een seniorenkeuring op hoge leeftijd, waarbij je te laat ontdekt dat er iets mankeert. Door heel vroeg te beginnen kun je juist mensen het heft in eigen handen geven, door vroegtijdig aan het behoud van hun gezondheid te gaan werken. Zo kun je tot op hoge leeftijd goed functioneren, wat belangrijk is nu de pensioengerechtigde leeftijd steeds later valt. Tegelijkertijd richten we natuurlijk ook de werkplekken zodanig in dat de werkzaamheden zo min mogelijk belastend zijn, daar waar dat kan. Fysiek werk, dat blijf je houden op een scheepswerf, maar het hoeft niet onnodig zwaar te zijn. Het heeft voordelen om als bedrijf een gezondheidsbeleid te voeren, want je kunt dingen samen doen. Er is een grote fitnesszaal, die

open is op alle werkuren en zelfs daarbuiten. Gezondheidstrainer Mike Lie-A-Lien en fysiotherapeuten zijn daar aanwezig voor de begeleiding. Er zijn diverse activiteiten, zoals het gezamenlijk trainen voor de marathon van Rotterdam. Roeien is er ook zo eentje. Maar ook de gezinssituatie wordt in het programma betrokken. Heb jij thuis een kleintje dat leert fietsen, ren daar dan achteraan.

Voor specifieke groepen medewerkers is er een aangepaste training. Heftruckchauffeurs zitten de hele dag op zo'n ding en hebben daardoor weinig beweging, zodat de kans om overgewicht te krijgen groter is dan bij iemand die de hele dag over de werf loopt te sjouwen. We meten de resultaten. Het gezondheidsprogramma is al jaren geleden gestart en het ziekteverzuim is afgenomen. Dat is heel positief, want de gemiddelde leeftijd van de medewerkers in de risicogroepen is alleen maar omhooggegaan. Er zijn heel wat medewerkers die al 30, 40 jaar voor IHC werken. Als we niets hadden gedaan, was het ziekteverzuim waarschijnlijk gestegen. Ikzelf werk pas sinds kort bij IHC, sinds december 2014. Wat mij opviel was dat het bedrijf dit programma zelf niet zo bijzonder vindt, en daar zelfs erg bescheiden over is. Tijdens mijn aanstelling was het bijvoorbeeld geen thema. Maar ik heb een behoorlijk referentiekader. Ik heb heel wat bedrijven bezocht en ook als assessor onderzocht, en dit heb ik nog niet eerder meegemaakt. Mijn persoonlijke mening is dat IHC dit gezondheidsprogramma nog veel meer kan 'uitbuiten' bij de personeelswerving. Het kan een reden zijn om voor IHC te kiezen.

Ik ben zelf trouwens ook behoorlijk sportief. Ik loop elke dag twintig kilometer en zwem een half uur, dus dat vind ik wel genoeg. Om vier uur 's ochtends sta ik op om mijn programma af te werken en dat doe ik al dik vijftien jaar. Ik heb artrose. Ik doe het om die ziekte eronder te houden. En dat gaat vooralsnog heel goed.”

Website: www.ihcmerwede.com

E-mail: jcwmppeppink@ihcmerwede.com

De aanbieder

Naam: Teun Verheij (1959)

Organisatie: Albron

Functie: Algemeen directeur

Groente: Vleestomaat

Inzet: Albron, actief in horeca en catering, heeft een idealistische geschiedenis. Het bedrijf ontstond in 1889 als afdeling van de Volksbond tegen Drankmisbruik en de Spoorweg Onthouders Vereniging (1909). Tot op de dag van vandaag zit Albron bij de koplopers in de sector bij het steeds gezonder maken van bedrijfsrestaurants, restaurants in vakantieparken, in ziekenhuizen, bij overheden en in de dagrecreatie. Het gaat daarbij om 400 duizend klanten per dag. Albron selecteert van alle beschikbare voedingsbronnen de minst vette, zoute en zoete ingrediënten en stimuleert het eten van verse groenten en fruit. Albron rekent klanten voor dat hiermee tegelijkertijd de duurzaamheid is gediend: minder vlees eten betekent ook een minder grote belasting van de aarde, want minder gebruik van water en minder CO₂-uitstoot.

Quote: “Die drive om het beter te doen zit in het DNA van dit bedrijf. Ik kan het weten, ik heb er pas mijn 25-jarig jubileum gevierd. Anders dan een supermarkt kunnen wij meer sturen. In de winkel vind je alle soorten en merken mayonaise, met of zonder vinkje dat aangeeft of er minder zout en vet in zit dan in de rest van het aanbod. Wij kunnen zelf voor de minst vette kiezen. We kunnen het hele assortiment op deze wijze optimaliseren, en toch steeds weer aanpassen aan de plek waar we zitten. In een ziekenhuis waar mensen weer moeten aansterken, selecteer je anders dan in een vakantiepark. Je wilt daar een ijsje verkopen, maar ook gezonde limonade aanbieden met stukjes kleurig fruit erin. Dat vinden kinderen prachtig.

Echte preventie begint pas wanneer de klanten elke dag gezond bij ons eten. In de Keukenhof komen ze maar één keer en dan de rest van het jaar niet meer. In een personeelsrestaurant zet een gezonde keuze wél zoden aan de dijk. Zo kunnen wij ervoor zorgen dat medewerkers geschikter zijn voor hun werk, gemotiveerder, vrolijker en gezonder. Wij proberen een cul-

tuur te ontwikkelen waarin je goed voor jezelf en voor elkaar zorgt. Dat geldt ook voor onze eigen medewerkers. 80 Procent daarvan is vrouw. Het is werk dat fysiek wat zwaarder is dan gemiddeld, dus moet je zien te voorkomen dat er problemen ontstaan. In het interne HRM-beleid is dan ook nazorg opgenomen, voor als iemand toch komt met klachten over rug en ledematen. We hebben een gezondheidsplein dat steeds meer uitgaat van preventie. Maar als het fysiek niet meer vol te houden is, voeren we een gesprek waarin we kijken of het verstandiger is niet vijf, maar bijvoorbeeld vier dagen per week te werken. Zeker als we willen doorwerken tot 67 jaar. Zo is MVO en gezondheid verdisconteerd in ons businessplan. Na een periode met een duurzaamheidsmanager hebben we alle ontwikkelde criteria geïntegreerd in alles wat we doen. Daarmee is de kloof tussen HRM en MVO bij ons verdwenen.”

Website: www.albron.nl

E-mail: teun.verheij@albron.nl ■

“Wij kunnen sturen,
door alleen de gezondste
ingrediënten aan te bieden”

