

Van brand blussen naar uitval voorkomen en talent behouden

Een positief verzuimbeleid

Elita Schildermans

strategisch welzijnspartner & psycholoog - Atilé



Sta recht bij...

01

Een shift liep
volledig uit de
hand

Sta recht bij...

01

Een shift liep
volledig uit de
hand

02

Je dacht: als dit
nog één week zo
doorgaat, ben ik
op

Sta recht bij...

01

Een shift liep
volledig uit de
hand

02

Je dacht: als dit
nog één week zo
doorgaat, ben ik
op

03

Je zag een collega
opbranden

A large orange circle containing white text.

Vandaag
duiken we
niet enkel in
het vuur...

- De realiteit van stress in horeca
- Wat we kunnen leren van de brandweer
- Hoe menselijkheid en leiderschap het verschil maken



Brandweer vs. horeca

Hoge druk
& teamwork

Structuur &
veiligheid

Nazorg vaak
vergeten

Wat als
het vuur is
gedoofd?



**Een goed team leert niet
alleen samen reageren...**

...maar ook samen
reflecteren



Van reactief naar positief verzuimbeleid

- Reactief: wat doen we als medewerker ziek is?
- Positief: wat hebben mensen nodig om gezond te blijven?
- 20% minder verzuim bij proactieve aanpak (TNO, 2021)

De drie pijlers



1. VERBINDING



2. VERTROUWEN



3. VERSTERKEN

Wat werkt volgens onderzoek?

- Ga vroeg in gesprek – TNO (2021)
- Steun van leidinggevende – Schaufeli (2019)
- Autonomie & herstel – Bakker & Demerouti (2007)
- Psychologische veiligheid – Edmondson (2019)

Wie herkent dit?



EEN VERZUIMGESPREK DAT
ONGEMAKKELIJK VOELDE

Wie herkent dit?

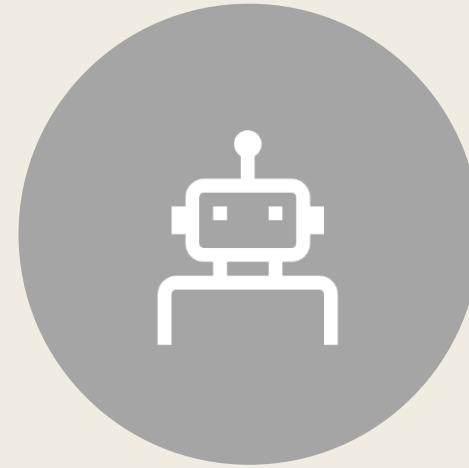


WE PRATEN PAS ALS HET
TE LAAT IS

Herstel = biologie, geen luxe



STRESSSTEEM RESET
PAS NA 20-30 MINUTEN
RUST OF VERBINDING



KLEINE
HERSTELMOMENTEN
MAKEN GROOT VERSCHIL

A large orange circle is positioned on the left side of the slide, partially cut off by the edge.

**Wat
waardeer
jij na een
drukke
shift?**

Duo-opdracht: deel in 30
seconden wat jou goed doet na
een hectische dag

**Zorg dragen
=
leidinggeven**

- De leidinggevende is de brandweercommandant
- Zorgt dat iedereen veilig thuiskomt

Eerlijk rooster, eerlijk gesprek

Bespreek het “waarom”.

Erken de drukte en toon begrip: *“Ik weet dat deze week pittig wordt...”*

Laat ruimte voor ruil of voorkeuren.

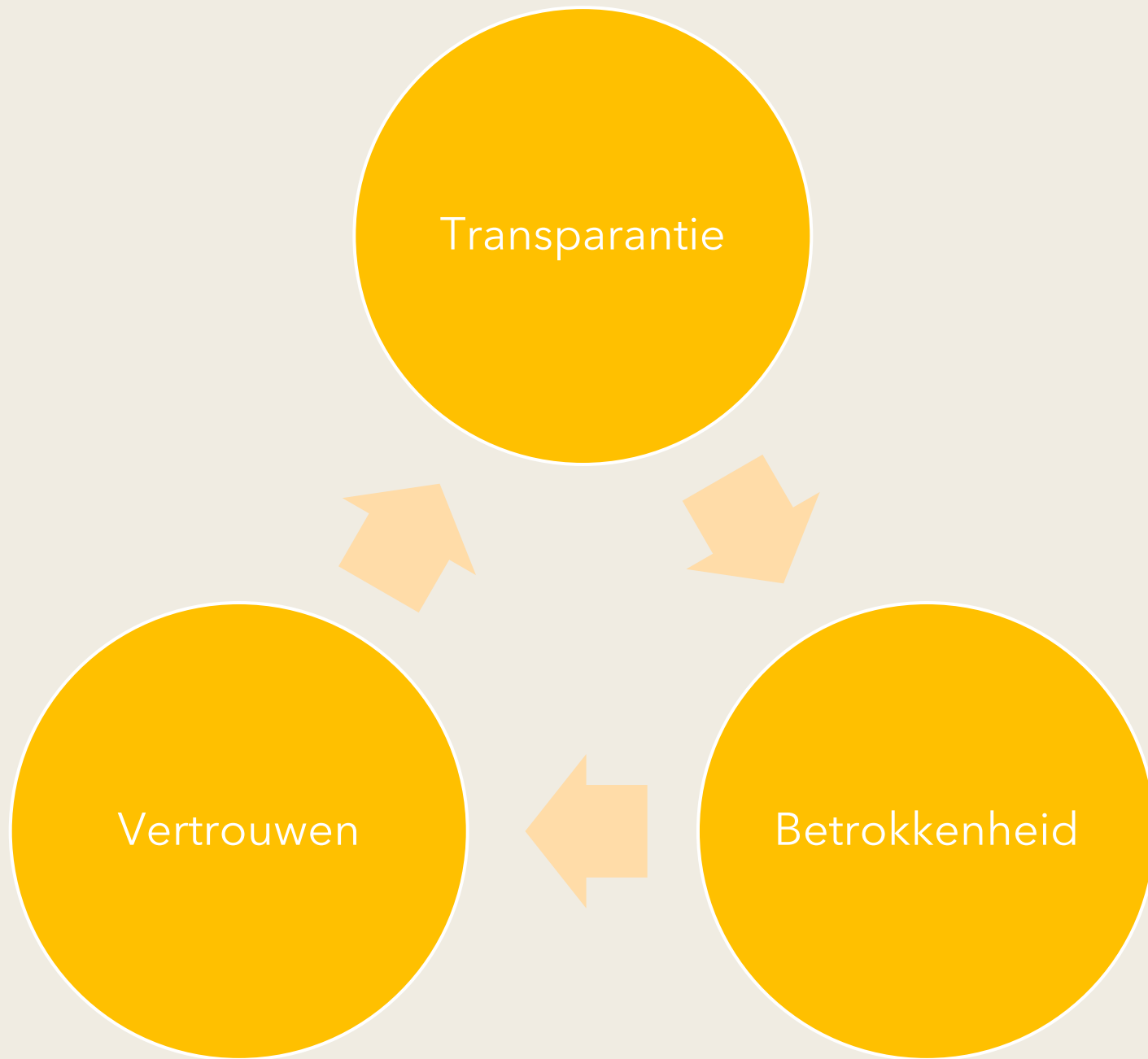
Kleine keuzes geven controle

→ minder stress.

Maak afspraken zichtbaar.

Gebruik een gedeelde planning of app, vermijd verrassingen.

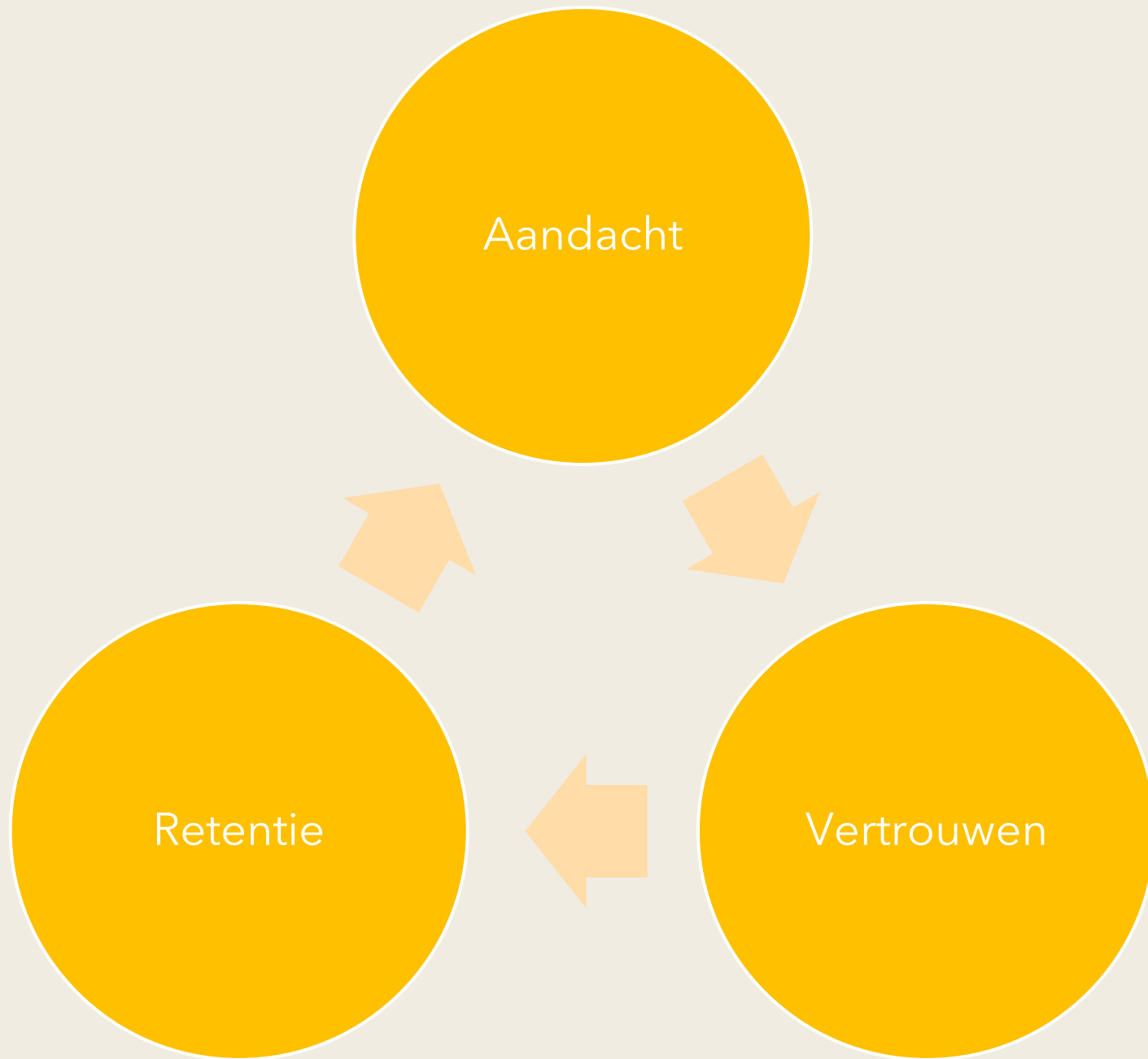




Stay gesprekken

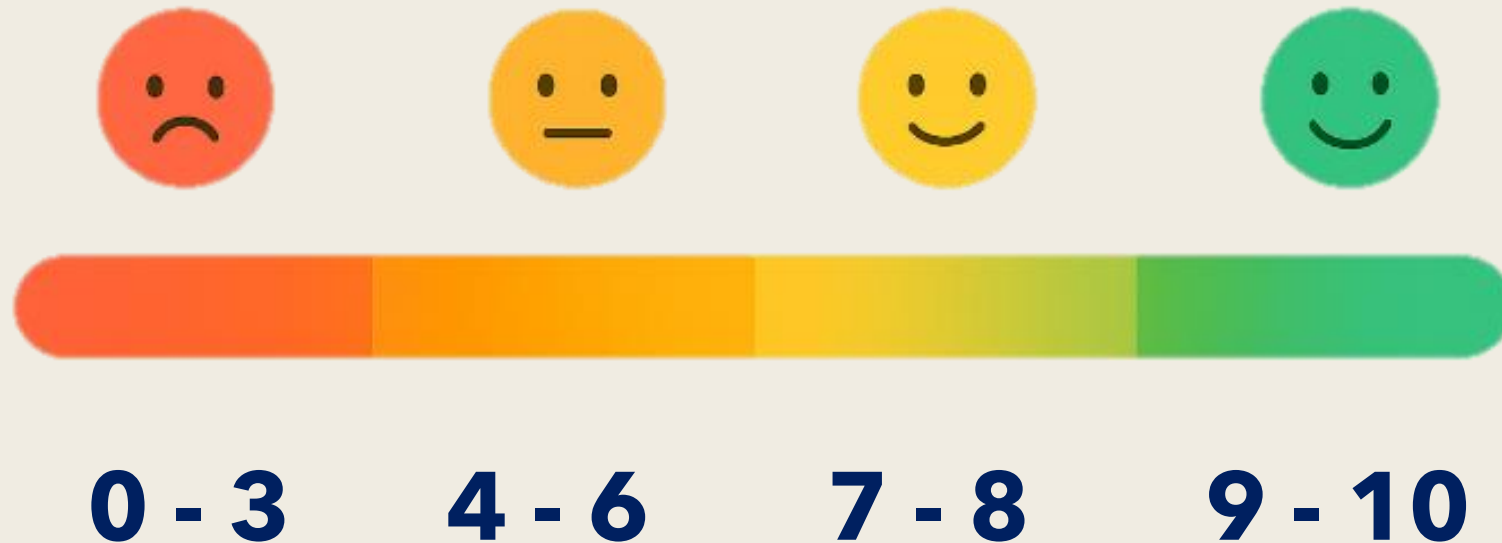
- Plan regelmatige check-ins
- Gebruik 3 vragen:
 1. Wat geeft jou energie in je werk de laatste tijd – en wat kost energie?
 2. Wat helpt jou om hier goed te blijven functioneren, zeker in drukke periodes?
 3. Wat kunnen we als team of leidinggevende morgen al een beetje beter doen?
- Luister, vat samen, doe iets kleins.
Zichtbaar iets doen met feedback → meer vertrouwen en retentie.





Energiebarometer

Een kleine gewoonte met grote impact op teamherstel



Energiebarometer

Een kleine gewoonte met grote impact op teamherstel



1 minuut per dag volstaat.

Sluit de shift af met: *"Hoe was je energie vandaag?"* (0 = op, 10 = vol).

Iedereen deelt een cijfer of emoji.

Geen discussie, gewoon even peilen.

Gebruik de trend, niet het cijfer.

Zie je dat de energie week na week zakt

→ voer het check-gesprek

Toolbox Horeca Forma



GESPREKS-
LEIDRADEN



CHECK-INS



SJABLONEN



GRATIS
BESCHIKBAAR

Voorbeeldtool: van controle naar connectie



Gespreksleidraad bij
herstelgesprek



Focus op luisteren en begrip

De echte kracht zit niet in het blussen...

...maar in hoe
goed ze elkaars
vlam brandend
houden

horecaforma.be
→ positief
verzuimbeleid

**Wat
neem
jij
mee?**

Sta nog één
keer recht als je
iets meeneemt
naar je team

A stylized sun graphic on the left side of the slide. It features a solid yellow circle at the bottom left, with several short, curved yellow lines above it, suggesting rays. The background is split: orange on the left and light gray on the right, separated by a curved line.

Hard HR maakt het
voorspelbaar,
soft HR maakt het
houdbaar.