



## Checklist verzuim voorkomen

**Wat kun je als werkgever doen om verzuim te voorkomen?  
Ga aan de slag en gebruik deze checklist!**

Zodra je denkt dat je voldoet aan een actiepoint, zet dan een vinkje in het paarse rondje. Zo ga je gestructureerd aan de gang met het voorkomen van verzuim. Lees meer over het invullen van deze checklist op [Ondernemenmetpersoneel.nl/checklistverzuim](https://Ondernemenmetpersoneel.nl/checklistverzuim).

### De aanpak van verzuim

- Herken de signalen**  
Als je goed oplet, kun je veel gevallen van verzuim zien aankomen. Welke signalen zijn er dat een werknemer dreigt uit te vallen? Bekijk [7 oorzaken](#) en [35 signalen](#).
- Maak verzuim bespreekbaar**  
Zorg dat werknemers vroegtijdig aan de bel kunnen trekken. Vraag regelmatig hoe het met ze gaat. Maak verzuim een vast onderdeel van het [functioneringsgesprek](#) en ga na of er een werkgerelateerde oplossing voor is.
- Zorg voor een goed verzuimbeleid**  
Hoe gaat jouw bedrijf om met verzuim? Dat is de kernvraag van je verzuimbeleid. Werk met concrete doelen en actiepunten. [8 tips](#) voor een goed verzuimbeleid.
- Maak een verzuimprotocol**  
Een verzuimprotocol maak je voor je werknemers. Je zet alle stappen op een rij, van ziekmelding tot betermelding. Met duidelijke regels en een goede naleving kun je verzuim beter onder controle houden. Hoe maak je een verzuimprotocol dat voldoet aan de wet? [Een voorbeeld](#).

### Gezondheid van personeel

- Beperk werkstress**  
Werkstress is beroepsziekte nummer één in Nederland. Zorg dat je werknemers niet overbelast raken. Ga per werknemer na wat de juiste workload voor hem of haar is. Stel duidelijke grenzen aan werkdruk en voorkom burn-outs, bekijk [10 tips](#).
- Zorg voor gezonde voeding**  
Een gezond lichaam kan niet zonder gezonde voeding. Stimuleer als werkgever een verantwoord eetpatroon. Vervang ongezonde producten en vette snacks door verse producten en gezonde drankjes. [Maak werk van gezondheid](#).

- **Kom in beweging**  
En hoe zit het met bewegen? Als jouw werknemers veel achter een bureau zitten, zorg dan voor wat afwisseling. Laat je werknemers zelf een vorm van ontspanning of beweging kiezen, maak dit mogelijk en doe zelf mee! Dat werkt. [8 tips](#).
- **Maak vitaliteit een topic**  
Laat je werknemers meedenken over vitaliteit. Nodig ook een vitaliteitsexpert uit om voorlichting te geven over voeding en beweging. En zorg voor een uitdaging. Bekijk [5 slimme ideeën](#) van het Vitaalste bedrijf van Nederland.
- **Stimuleer werkplezier**  
Werkplezier is een goed medicijn tegen verzuim. Als werknemers plezier hebben in hun werk, zullen ze zich minder snel ziek melden. Daarnaast is plezier goed voor de gezondheid. Hoe kun je dit aanwakkeren? Bekijk [5 manieren](#).
- **Denk na over duurzame inzetbaarheid**  
Hoe kun je werknemers langer gezond en fit houden? Maak een plan voor oudere werknemers en werknemers die zwaar werk moeten doen. Kun je hun taken op tijd aanpassen? Wat zijn de mogelijkheden? [Een stappenplan](#).

## Verzuimpreventie

- **Stel een preventiemedewerker aan**  
Ook dit is verplicht voor ondernemers met personeel. Een preventiemedewerker helpt bij het verlagen van de gezondheids- en veiligheidsrisico's in je bedrijf. Zo voorkom je ongelukken en ziektegevallen. [Zo werkt het](#).
- **Maak een Risico- Inventarisatie & Evaluatie (RI&E)**  
Hiermee breng je de risico's binnen je bedrijf in kaart op het gebied van veiligheid en gezondheid. Dit is een onmisbaar onderdeel van een goed arbobeleid. Een RI&E helpt je om de oorzaken van verzuim weg te nemen. [7 vragen en antwoorden](#).
- **Werk goed samen met een arbodienst**  
Je hoeft het niet helemaal zelf te doen. Werk goed samen met experts op het gebied van verzuim en re-integratie. Een arbodienst kan je ook adviseren en assisteren bij preventie. Lees meer over de [taken van een arbodienst](#).
- **Zorg voor een goede verzuimverzekering**  
Met een verzuimverzekering krijg je niet alleen de loonkosten van zieke werknemers vergoed, je wordt ook actief geholpen bij het voorkomen en beperken van verzuim. Veel verzekeraars werken samen met een arbodienst. En je krijgt vaak een eigen verzuimcoach als aanspreekpunt. [Ontdek de voordelen](#).