

BEROEPSVITALITEIT

Begeleiden bij een vitale
loopbaanstart

Leren & Leefstijl: Bouwstenen voor zorgonderwijs!

26 november 2025 - Utrecht

Betty Holsappel (ROC Menso Alting) & Patty Veen (Alfa-college)

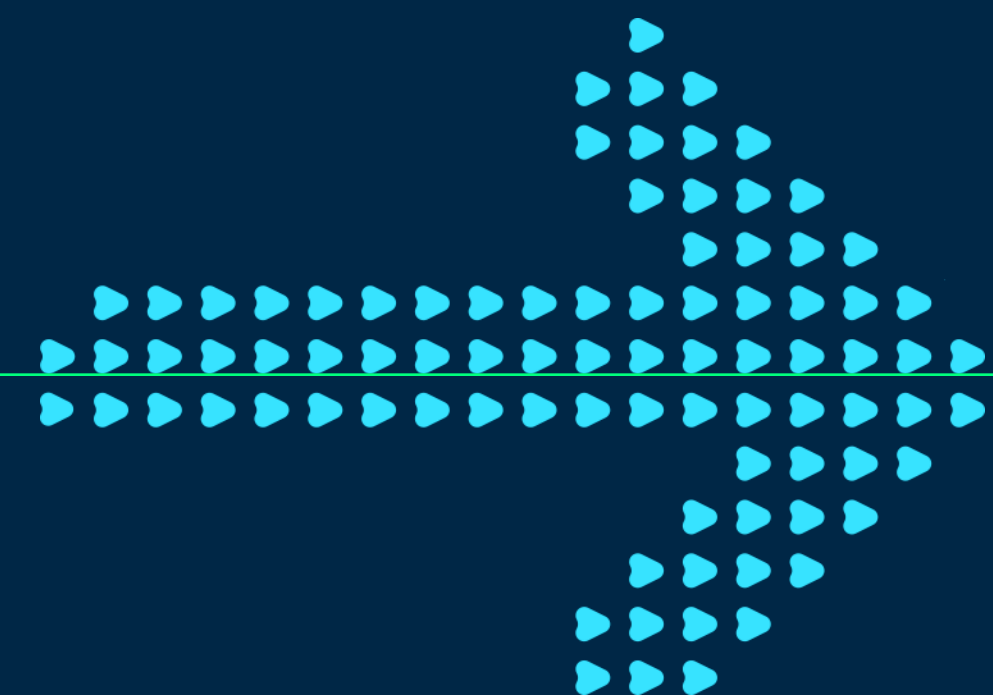


Maatschappelijk uitdagingen



Zorginfarct

**Arbeidsmarkt
krapte**



Werkgebonden ziekteverzuim

Ricio's / Nadelen

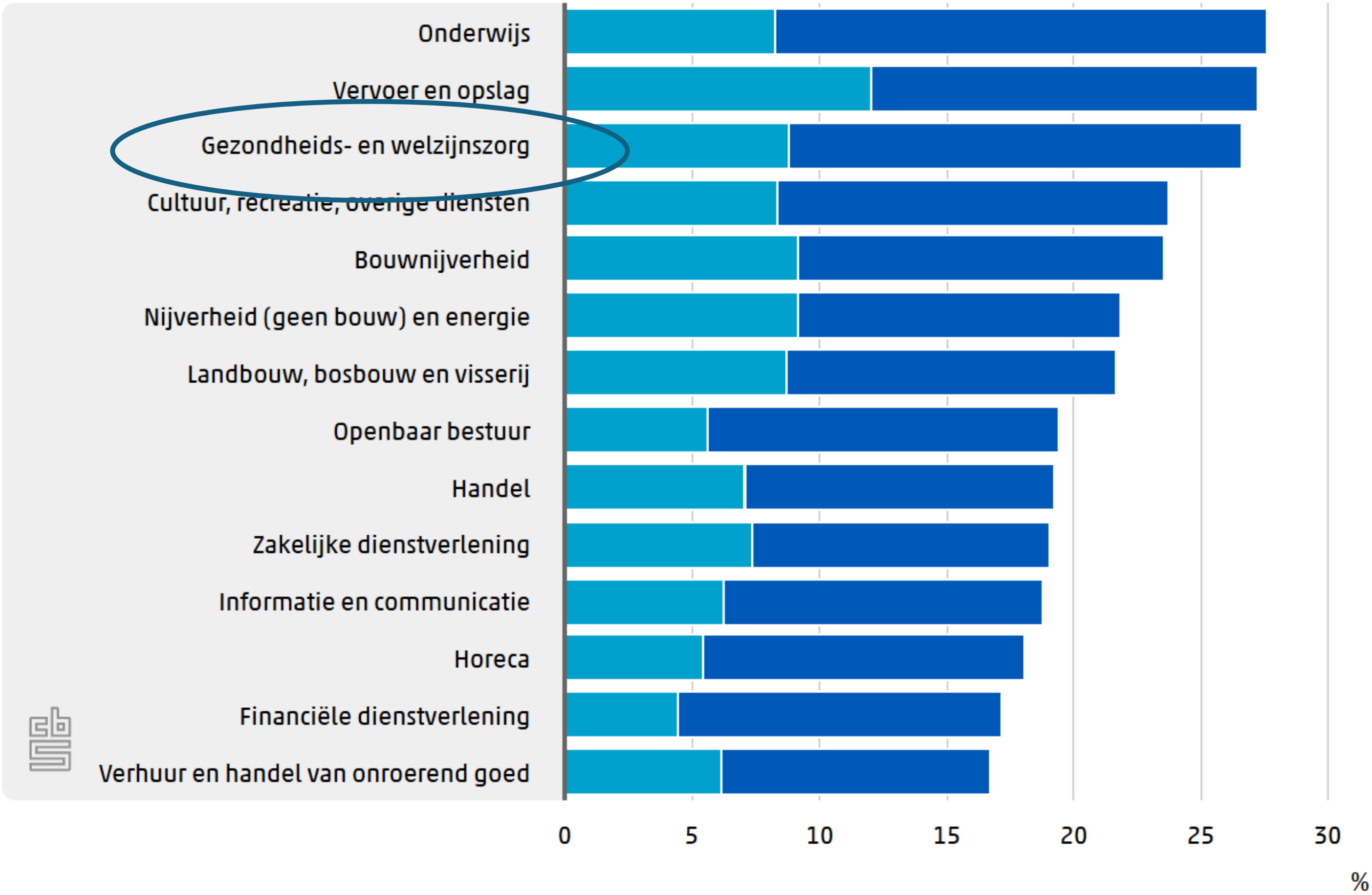
- Je wordt zelf ziek
- Je hebt zorg nodig (van onze overbelaste zorg)
- Productiviteitsverlies
- Verhoogde werkdruk bij collega's
- Slechtere werksfeer & teamdynamiek
- Verlies van kennis en ervaring
- Risico op langdurige uitval of arbeidsongeschiktheid

Werkgebonden ziekteverzuim

Kosten

- Kosten gemiddeld €300 per dag pp
- Totaalkosten ziekteverzuim in NL ruim €18 miljard per jaar
- +/- 25 % werkgerelateerd verzuim (zoals stress, fysieke belasting, ongezonde werkomstandigheden) = +/- 4,5 miljard
- Psychisch verzuim is het duurst (duurt het langst)

4.1.2 Relatie verzuim en werk¹⁾, 2023



**Verzuim in zorg relatief vaak
werkgerelateerd**

Hoofdzakelijk gevolg van werk Deels gevolg van werk

Bron: CBS, TNO

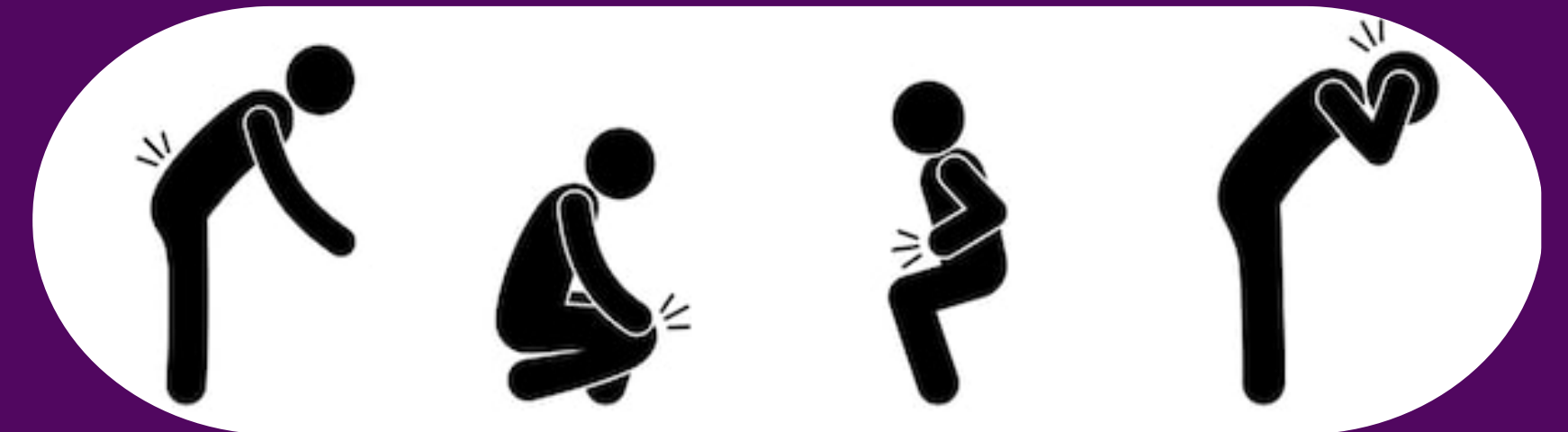
¹⁾Meest recente verzuim van werknemers (15 tot 75 jaar) die in het afgelopen jaar hebben verzuimd

(CBS, 2024)

Problemen starten al tijdens studie

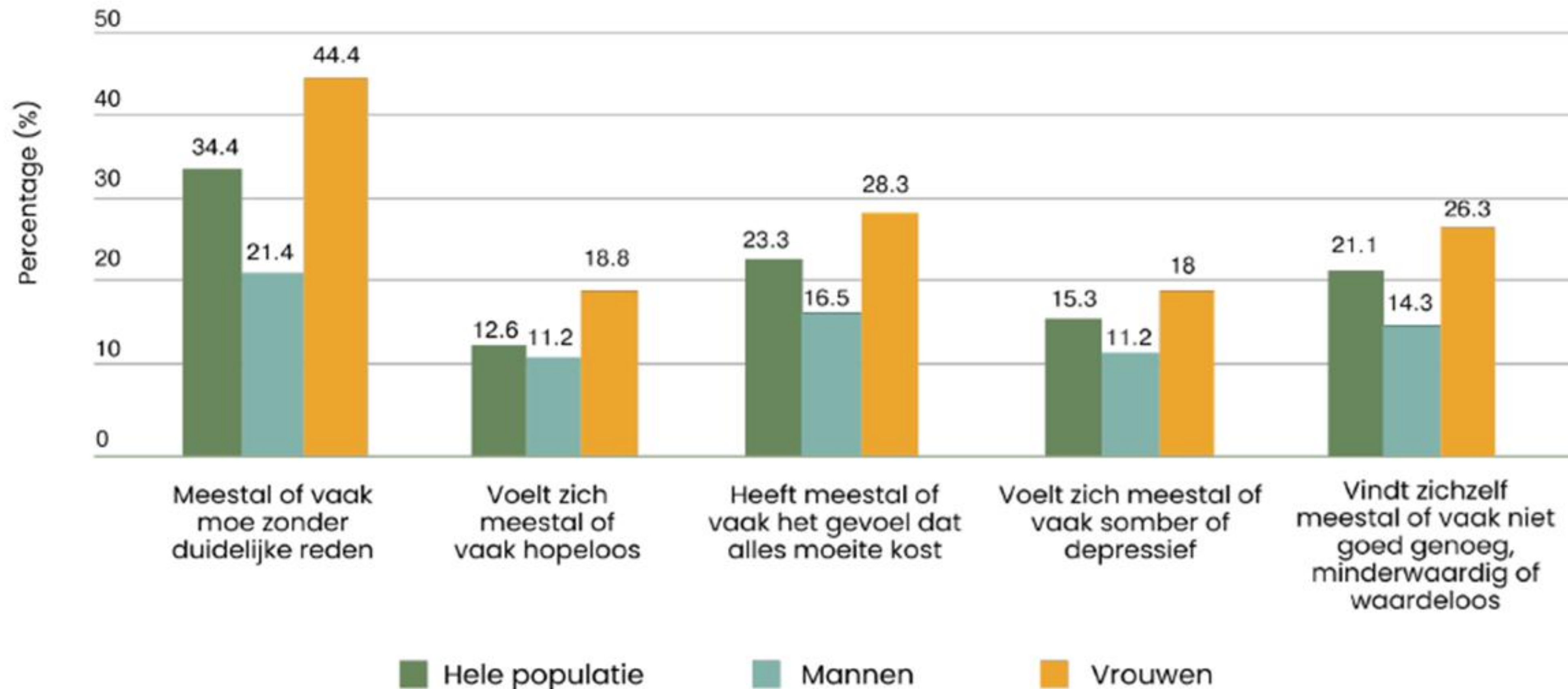
Fysieke problemen – 77% van de hbo-v studenten in Rotterdam ervaart fysieke klachten die komen door stage/werk

Mentale problemen – 46% piekert tijdens de stage



Angst en somberheid studenten

Mbo-studenten die zich meestal of vaak moe, hopeloos, somber, depressief, niet goed genoeg, minderwaardig of waardeloos voelen of het gevoel hebben dat alles moeite kost (per geslacht)

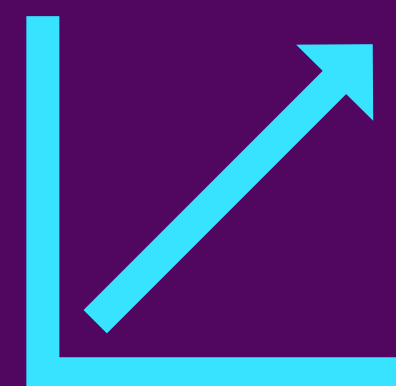




Tekort het grootst aan mbo zorgmedewerkers

Top 5 grootste personeeltekorten naar beroepsgroep Noord-Nederland

Kwalificatie:	2025	2030
1. Verzorgende (mbo-3)	-3.100- tot -3.300	-5.800- tot -6.3000
2. Verpleegkundige (mbo-4)	-1.100- tot -1.300	-2.300- tot -2.600
3. Zorghulp (mbo-1)	-600 tot -700	-1.800- tot -2.200
4. Helpende zorg & welzijn (mbo-2)	-700 tot -800	-1.600 tot -1.800
5. Verlos- en verpleegkunde (hbo-6)	-700 tot -800	-1.200

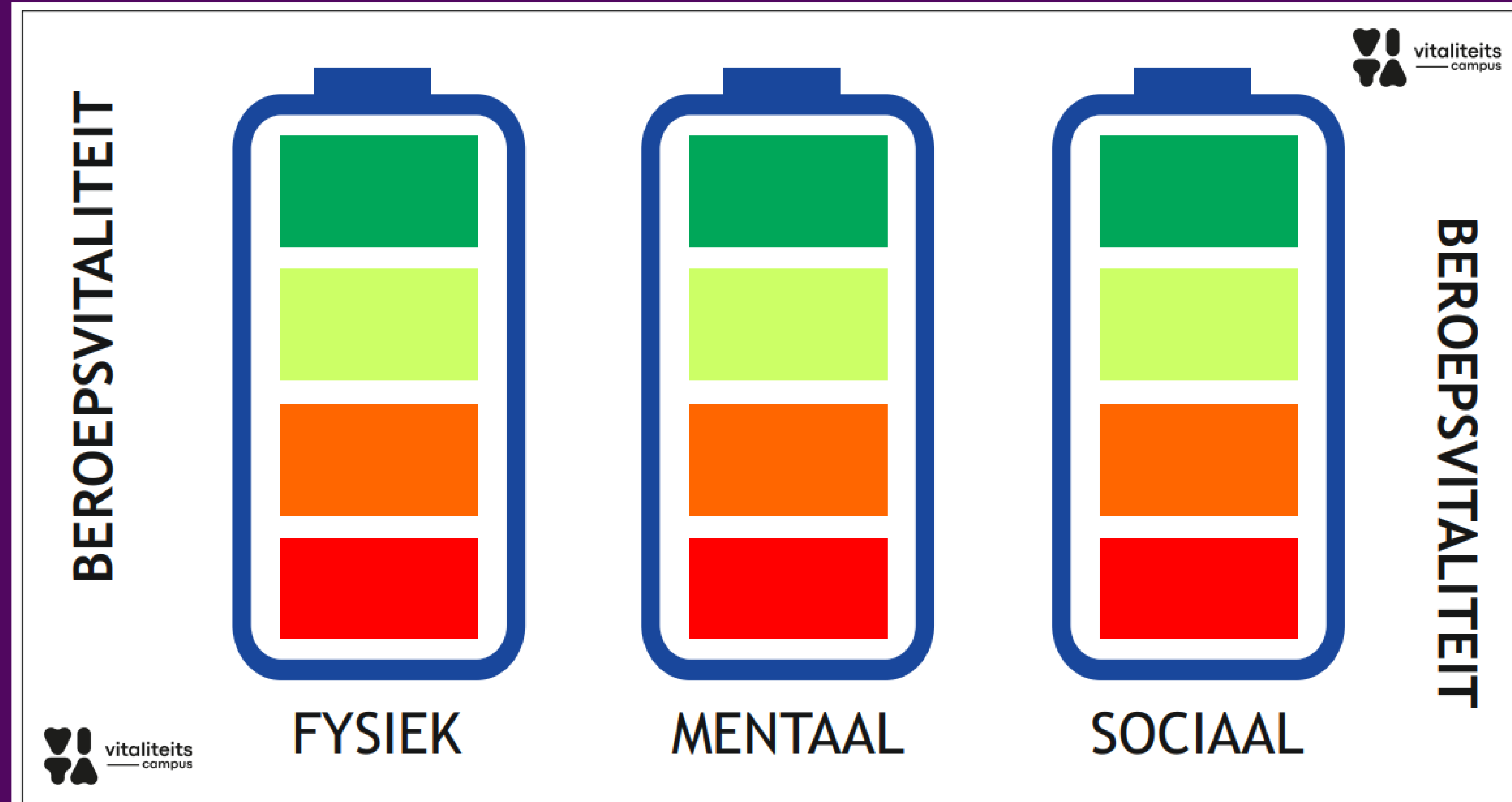


Beroepsvitaliteit

Wat heb ik nodig om mijn
(toekomstige) beroep vitaal
en duurzaam uit te voeren?

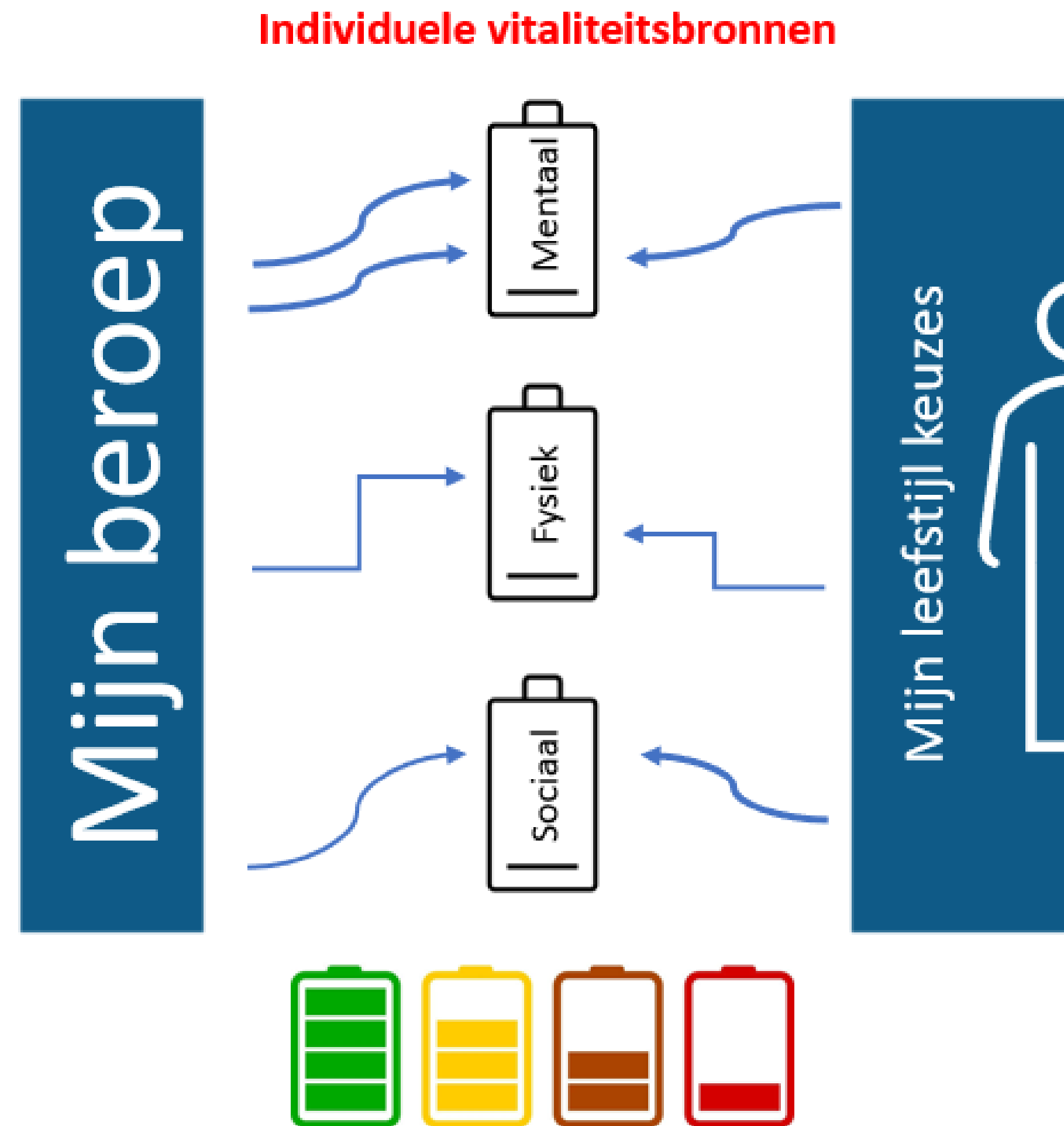


Beroepsvitaliteit

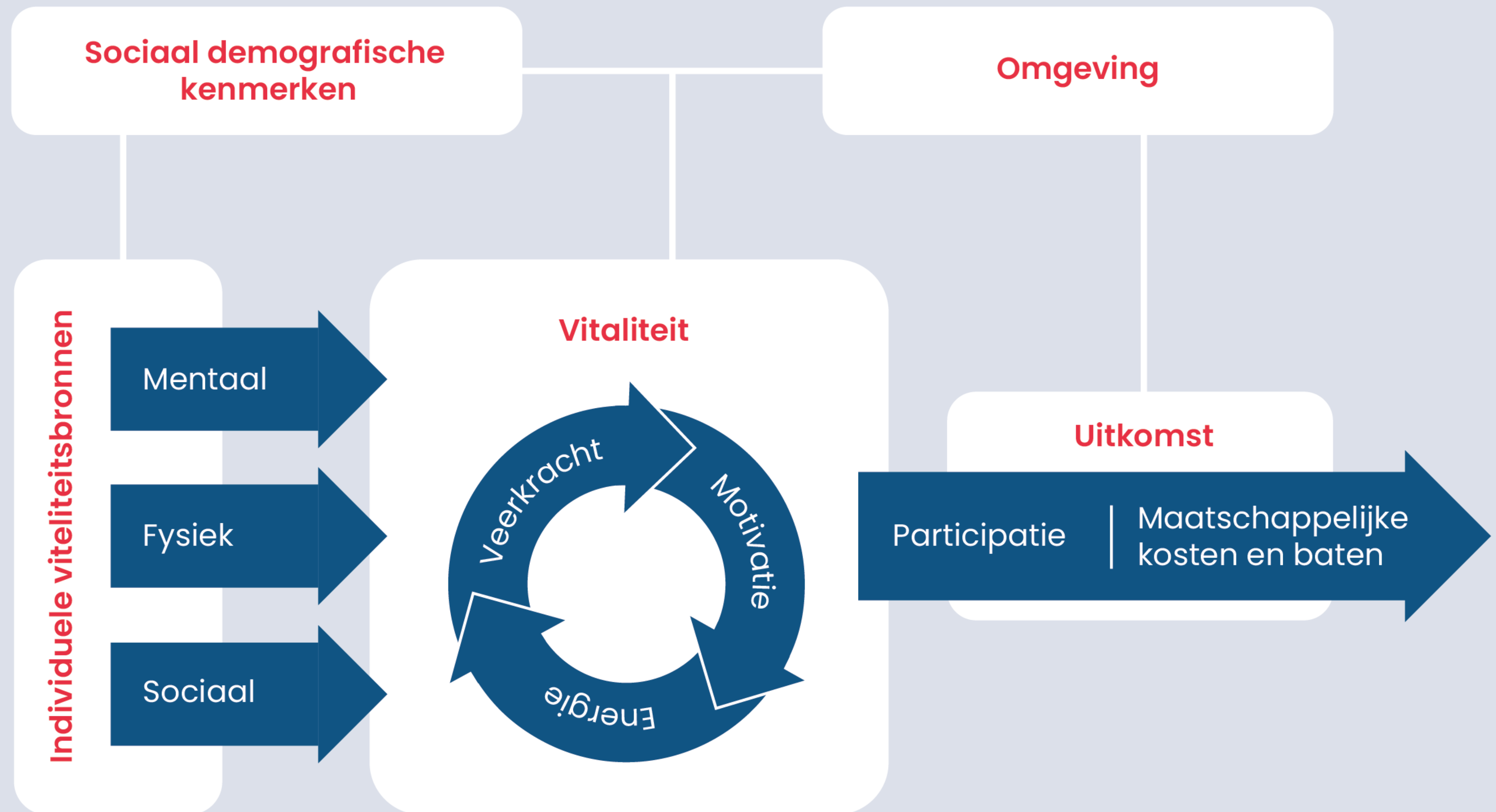


Inzicht krijgen in Beroepsvitaliteit

Taakeisen:
Wat vraagt jouw
beroep van jouw
individuele
vitaliteitsbronnen?



Hulpbronnen:
Welke (leefstijl)keuzes
maak jij om
energiebronnen weer
aan te vullen?

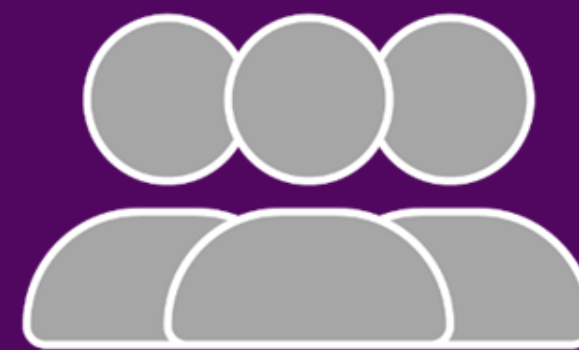


Vitaliteitsmodel van Strijk en collega's (2015)

Professionals van de toekomst



Amplitie



Gericht op alle medewerkers



Bevorderen welbevinden en optimaal functioneren

Preventie



Gericht op medewerkers die tot een risicogroep behoren



Voorkomen van uitval

Curatie



Gericht op medewerkers met problemen of ziekten



Behandelen van problemen

Amplitie → Duurzame inzetbaarheid start in het onderwijs

Beroepsvitaliteit in nieuw KD verzorging en verpleging

B1-K3-W3: Draagt bij aan een sociaal en fysiek veilige werkomgeving (Professional en kwaliteitsbevorderaar)

Resultaat

De beginnend beroepsbeoefenaar heeft een bijdrage geleverd aan een fysiek en sociaal veilige werkomgeving. Eventuele bijzonderheden zijn gemeld.

Gedrag

De beginnend beroepsbeoefenaar:

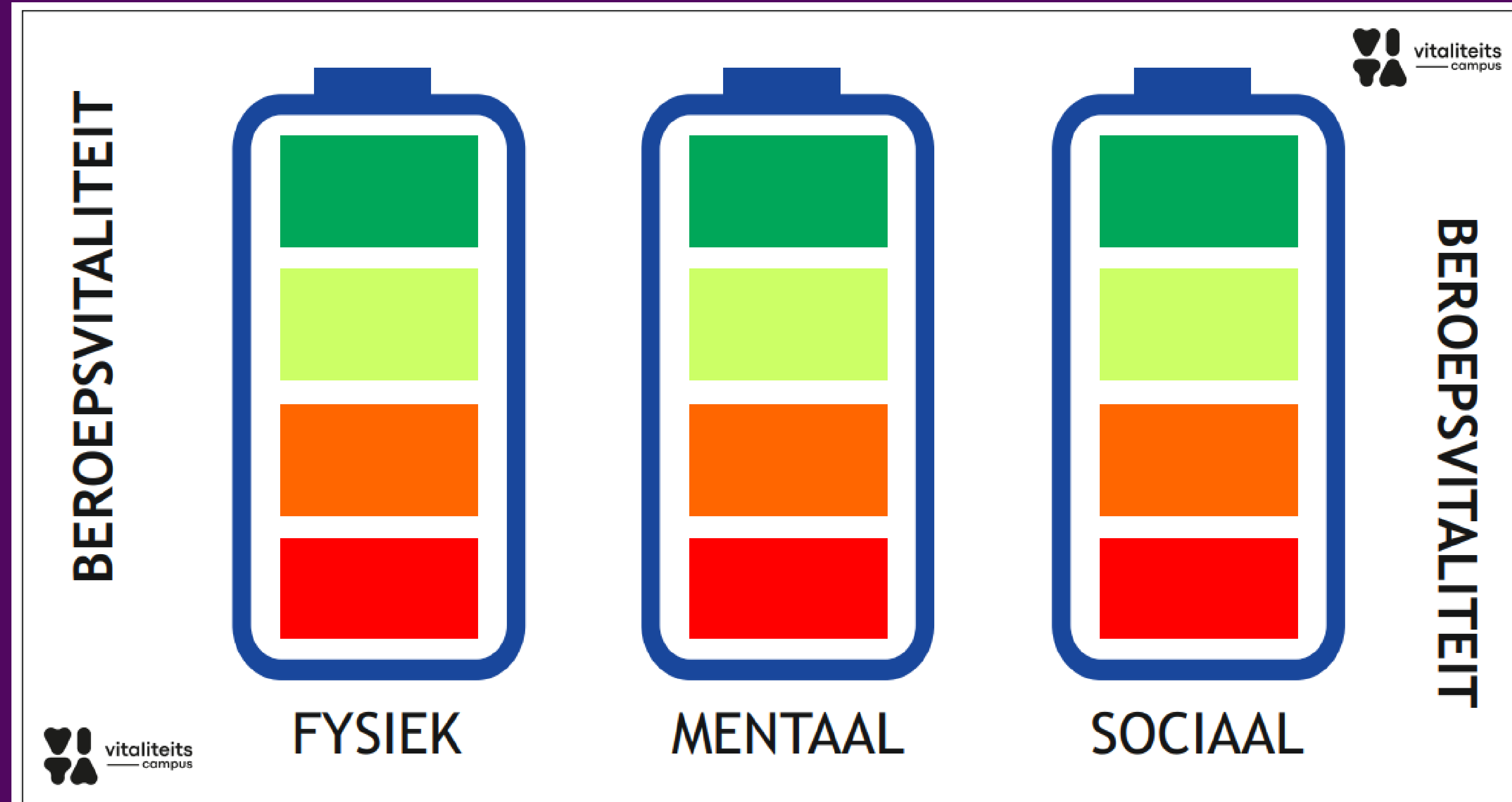
- schat de situatie realistisch in;
- werkt ergonomisch;
- geeft eigen grenzen duidelijk aan;
- onderneemt passende actie;
- is alert op signalen en risicovolle situaties;
- bewaakt de eigen **beroepsvitaliteit** zorgvuldig;
- toont weerbaarheid en veerkracht.

De onderliggende competenties zijn: Ethisch en integer handelen, Materialen en middelen inzetten, Instructies en procedures opvolgen, Omgaan met verandering en aanpassen

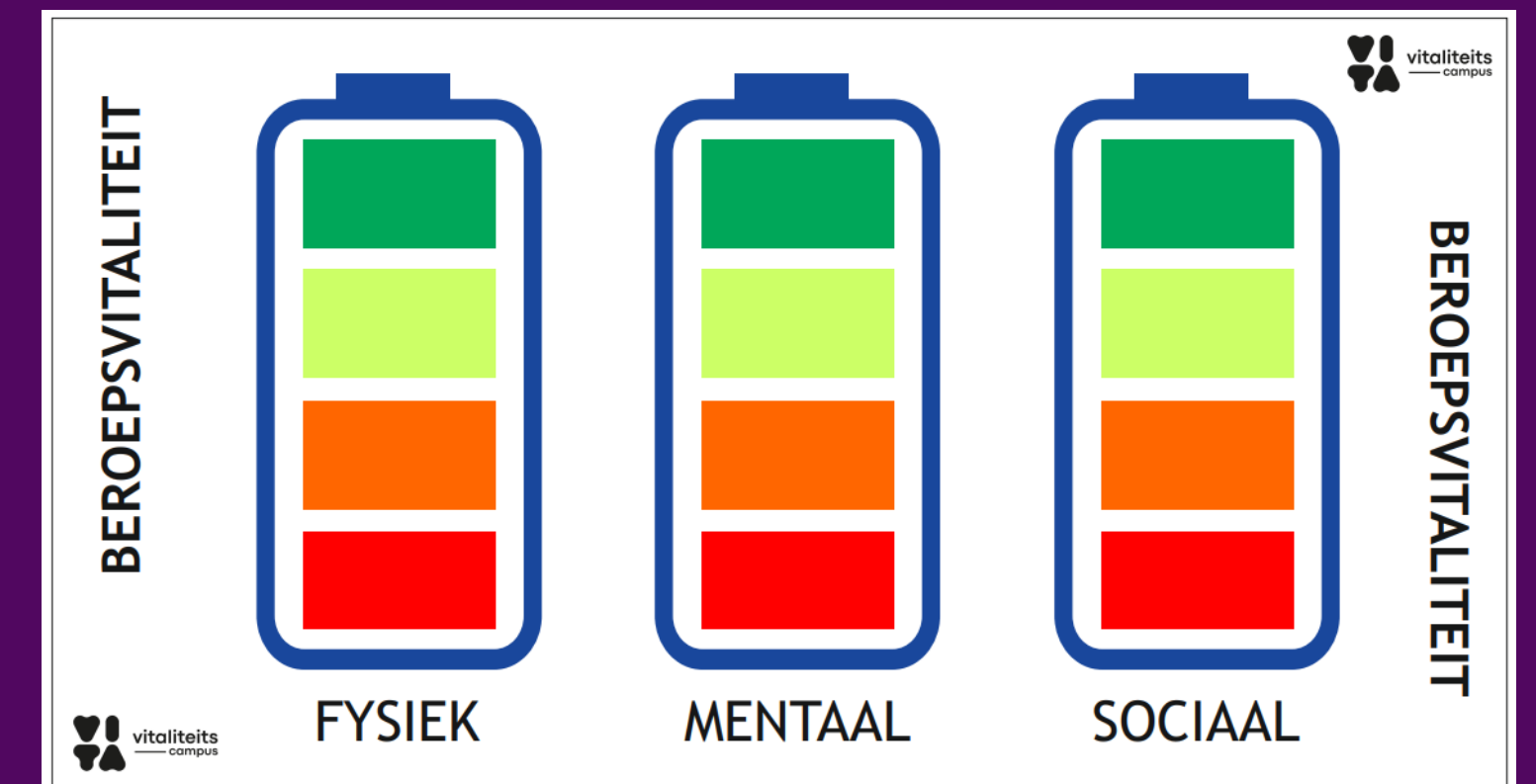
Praktijk voorbeeld ROC Menso Alting (Maatschappelijke zorg)



Op de mat!

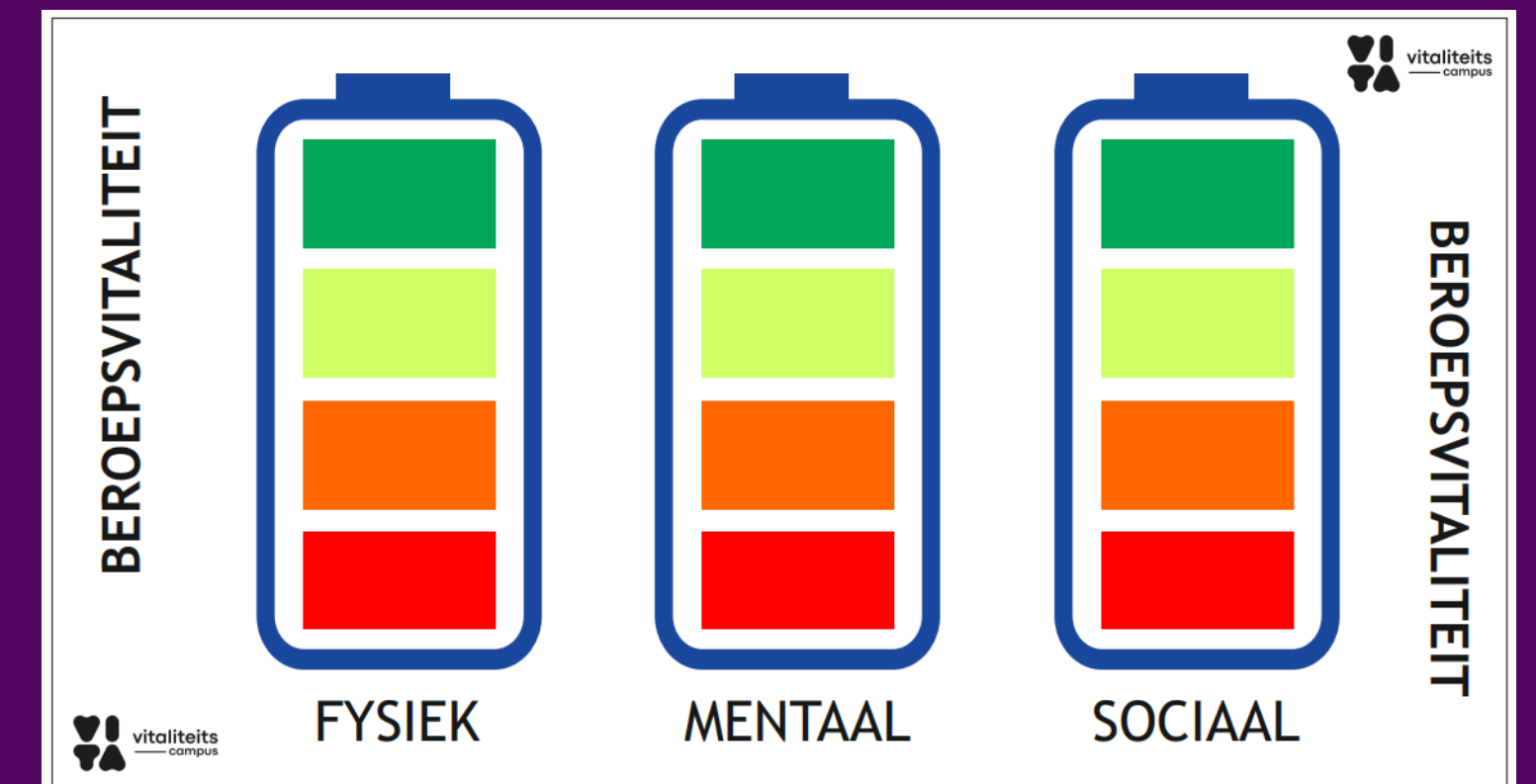


Vraag 1



- Hoe ervaar jij jouw beroepsvitaliteit?

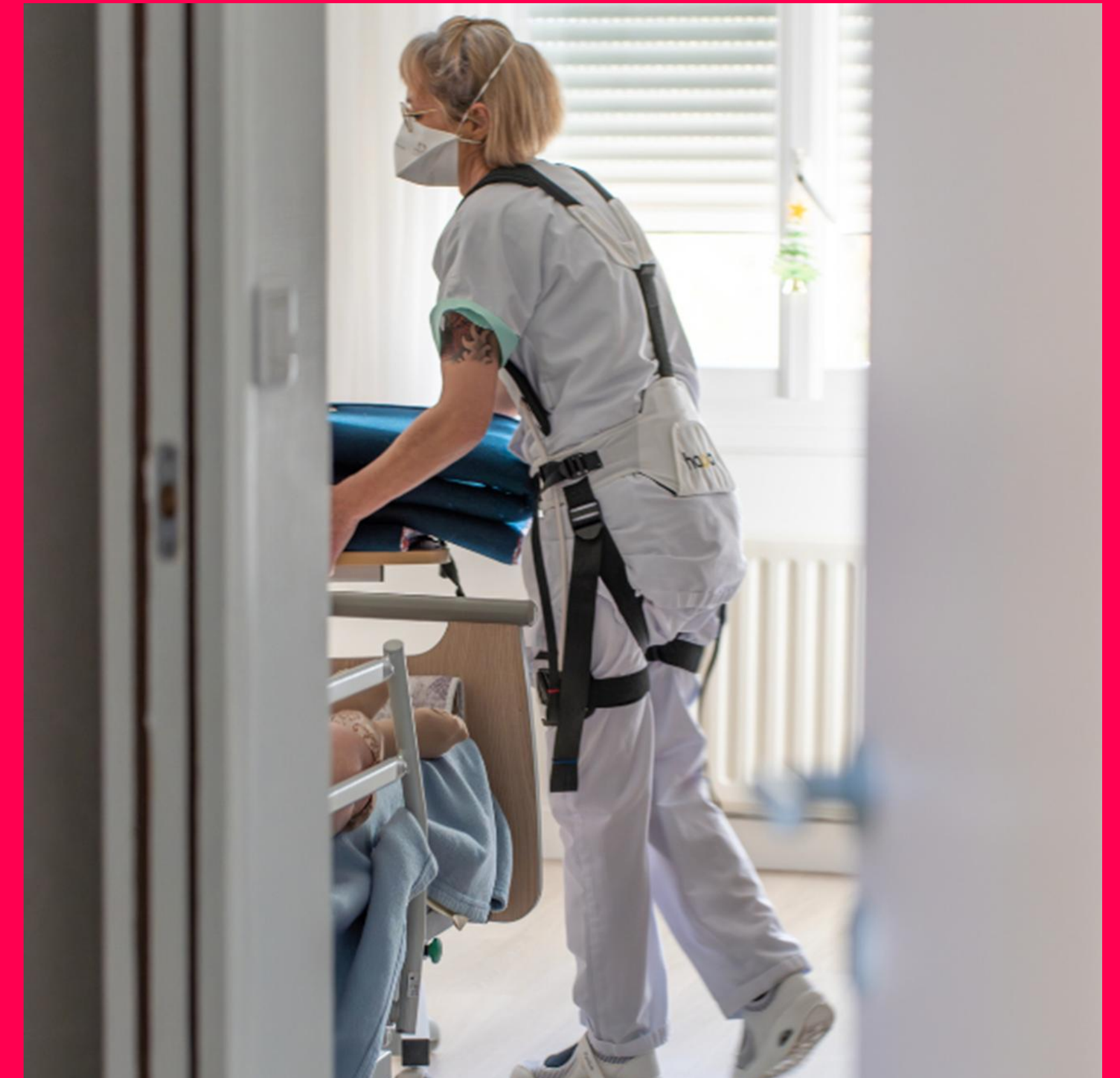
Vraag 2



- Wat ervaren jullie bij studenten in relatie tot het werken / stagelopen in de zorg?
- Wat zijn kenmerkende elementen van beroepsvitaliteit in de zorg?

Terugkoppeling

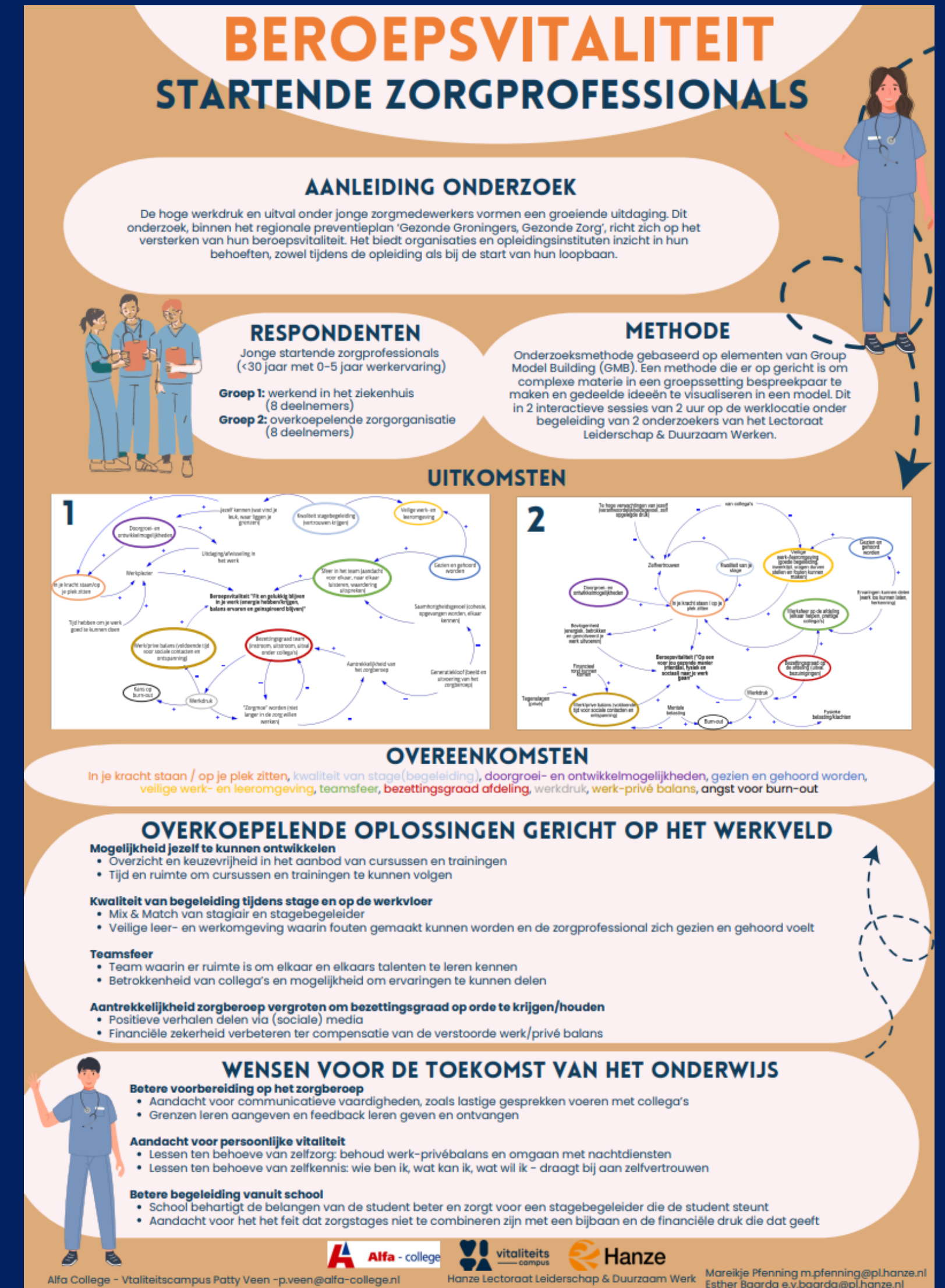
- Op welke wijze besteden we al aandacht aan beroepsvitaliteit?
- Waar liggen de kansen om het explicieter te maken?
- Wat hebben docenten en praktijkopleiders / werkbegeleiders nodig om beroepsvitaliteit een structureel onderdeel van begeleiding te maken?



Onderzoek & Tools

Beroepsvitaliteit in de zorg

- Onderzoek jonge startende zorgprofessionals
- Professioneel doctoraat (PD) gezondheid en welzijn startende mbo zorg- en welzijnsprofessionals
- Student onderzoekers (mbo, hbo, master)
- Pilot reflectie opdracht Beroepsvitaliteit BPV
- Pilot Nursing Life monitor
- Toolkit Fit For the Job



Fit for the job

Toolkit voor praktijkbegeleiders

Help studenten niet alleen leren, maar ook werken aan beroepsvitaliteit. Met deze toolkit ga je eenvoudig in gesprek over energie, werkplezier en gezonde keuzes. Gebruik de Energiemeter, Praatkaarten en het Activiteitenmenu om samen concrete acties te formuleren voor een gezonde en duurzame loopbaan.

Scan de QR-code en download de toolkit direct.
Of ga naar www.fftj.nl.



Toolkit beroepsvitaliteit voor leerbedrijven

Hoe kun je de toolkit inzetten?



**Beroepsvitaliteit is geen nice-to-have,
maar een must-have voor goed
vakmanschap en de
toekomstbestendigheid van onze zorg!
(en sectoroverstijgende inzetbaarheid) .**

Link naar filmpjes en gebruikte materialen

- Animatie: Beroepsvitaliteit wat is dat - [Beroepsvitaliteit – uitgelegd](#)
- Verpleegkundige student Tessa: [Webinar SPRiNG - Interview met voormalig Verpleegkunde student - Tessa van der Poel](#)
- Nieuw kwalificatiedossier Verzorging en verpleging: [MijnSBB – Kwalificatieregister](#)
- Fit for the job toolkit downloaden - [Fit for the Job](#)
- Testjeleefstijl analyse: [Leefstijltrends bij mbo-studenten \(rapportage 2025\).pdf](#)

Bedankt!

Betty Holsappel
a.holsappel@rocmensoalting.nl

Patty Veen
p.veen@alfa-college.nl

