



## De Stress Quickscan - Individuele stresstest

### Beschrijving:

- Individuele testafname, gevolgd door een telefonisch consult
- Gevalideerde vragenlijst
- Eenvoudig inzetbaar, snel ingevuld en lage kosten
- Toont de mate waarin iemand risico loopt om te gaan verzuimen door stress
- Testuitslag met voortgangadvies op verzoek naar de bedrijfsarts
- Vrije keuze van interventie via arbodienst, verzekeraar, Aliantis of anders


### Toepassing als nulmeting:

- Bewustwording: testuitslag activeert medewerker naar zelfzorg
- Diagnostisch: maakt duidelijk of de inzet van een stressinterventie nodig is
- Inzetbaar als stresspreventietool (het Vitaal Garantplan)

### Toepassing als extra nameting:

- Controle: toont het resultaat van een ingezette interventie
- Inventarisatie: maakt duidelijk of nazorg nodig is
- Prognose: geeft indicatie van het herstelvermogen en de mentale belastbaarheid

**Specialist in preventie & herstel van psychisch verzuim door stress**

A close-up photograph of a person's hands typing on a laptop keyboard. The person is wearing a dark-colored shirt. The laptop is silver and the keyboard is black. The background is blurred, showing a desk and some papers.

Stress, weet jij hoe jij ervoor staat?