

Verzuimkosten

Wat kost verzuim jouw organisatie écht?

Verzuim neemt al jaren toe. Toch zien veel organisaties niet hoeveel dit jaarlijks kost. Met deze cijfers krijg je snel inzicht in de financiële impact en waarom het slim is om hier nú aandacht aan te besteden.



Uitdagingen >>>

Steeds meer organisaties hebben te maken met oplopend verzuim. Medewerkers ervaren meer druk, herstellen trager en mentale klachten nemen toe. Daardoor lopen de kosten sneller op dan verwacht.

Waarom bewegen verzuim verlaagt >>>

Onderzoek laat zien dat bewegen direct bijdraagt aan betere fysieke en mentale inzetbaarheid. Het vermindert stress, verbetert de slaap en verkleint de kans op klachten aan rug, nek en schouders. Medewerkers voelen zich energiever en herstellen sneller. Daardoor neemt zowel kort als langdurig verzuim af.

Feiten op een rij



- Verzuim ligt rond de **5,3%**
- Gemiddeld **9 ziektedagen** per jaar
- Verzuimdag kost gemiddeld **€350**
- Jaarlijks is dat **€3.000 p.p.**
- Bij **100 medewerkers** **€150.000**

De impact van bewegen

Voor

Medewerkers voelen **meer druk**, rakensneller **overbelast** en **herstellen trager**.

Rug-, nek- en schouder- **klachten zorgen** voor uitval en **hoge kosten**.

Teams hebben **minder energie**, een **hogere werkdruk** en soms minder goede samenwerking.

Langdurig verzuim neemt toe en de kosten lopen snel op.

Na

Regelmatige beweging **verlaagt stress** en maakt medewerkers **mentaal sterker**.

Bewegende medewerkers ervaren **minder klachten** en vallen **minder vaak uit**.

Medewerkers voelen zich **fitter**, werken met **meer focus** en ervaren **minder werkdruk**. Teams functioneren daardoor beter.

Sportende medewerkers verzuimen gemiddeld 6 dagen minder, wat **€2.100 besparing per persoon** oplevert.



Benieuwd hoe je verzuimkosten verlaagt?
Ontdek hoe een bedrijfsfitnessregeling daarbij helpt.
Kijk op www.bedrijfsfitnessnederland.nl of scan de QR-code.

Bronnen: CBS, TNO/NEA, WHO & Kenniscentrum Sport, Nibud (2023–2024)

BEDRIJFSFITNESS
■■■■ NEDERLAND
Part of the **epossi** Group.