



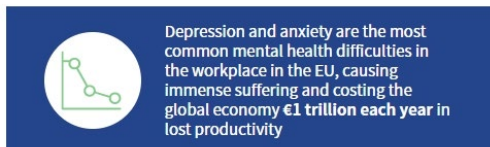
Informatie over MENTUPP voor organisaties

WAAROM IS HET BELANGRIJK DE MENTALE GEZONDHEID OP HET WERK TE BEVORDEREN?

"MENTUPP zal zorgen voor een duurzame aanpak om de mentale gezondheid in kleine en middelgrote ondernemingen (MKB's) in Europa en Australië te verbeteren door werknemers, toezichthouders en managers te betrekken en door deskundigheid uit verschillende disciplines te combineren. Een uniek aspect van het toekomstige interventieprogramma is de focus op zowel niet-klinische aspecten, zoals burn-out of stress, als klinische problemen, waaronder ernstige depressie en angst."

Prof. Ella Arensman, Projectcoördinator

Er is een groot potentieel voor het ondersteunen van mensen met psychische problemen en het vergroten van het bewustzijn hierover in het MKB. Het MENTUPP Consortium wil organisaties met beperkte middelen helpen met een aanpak die de mentale gezondheid en het welzijn op de werkplek bevordert, en daarmee de economische productiviteit en effectiviteit verhoogt, het personeelsbestand op peil houdt en de kosten van ziekteverzuim verlaagt.



WAAROM MENTUPP?

Er zijn signalen dat het ziekteverzuim door mentale problemen omhoog is [geschoten](#), en MKB's meer ziekteverzuim [ervaren](#). Daarnaast heeft de COVID-19 crisis tot extra druk geleid bij werknemers en organisaties, zeker binnen MKB's. De MENTUPP interventie heeft tot doel dit aan te pakken door instrumenten aan te reiken om 1) stress te verminderen en het welzijn op het werk te verbeteren en 2) depressie en suïcidaal gedrag onder werknemers te verminderen en 3) het stigma op mentale problemen te doorbreken.

MENTUPP wordt gefinancierd door de Europese Commissie, wat betekent dat het gebruik van de interventie voor u en uw organisatie gratis is. De enige bijdrage die we vragen, is uw expertise tijdens deelname aan de pilot in de zorgsector en enige tijd van uw werknemers, die dat willen, om vertrouwd te raken met het programma.

WAT BIEDEN WE?

Het hart van het project is de online MENTUPP Hub. De Hub levert informatie en materiaal voor zowel leidinggevenden als medewerkers en nuttige strategieën voor het bevorderen van een positieve geestelijke gezondheid. De kosteneffectiviteit en de haalbaarheid in de dagelijkse praktijk van een organisatie zullen worden geëvalueerd in een grote internationale studie. In deze internationale studie zullen we de effectiviteit en uitvoerbaarheid van MENTUPP evalueren. De Hub bevat drie vaste componenten:

- 1) een algemeen deel voor werknemers en leidinggevendenden met informatie en oefeningen over factoren die mentale gezondheid bevorderen;
- 2) een deel voor werknemers en leidinggevendenden met informatie over depressie en angst en hoe hiermee om te gaan;
- 3) een anti-stigmadeel dat zich richt op het creëren van een inclusief werkklimaat waarin psychische problemen besproken en ondersteund kunnen worden.

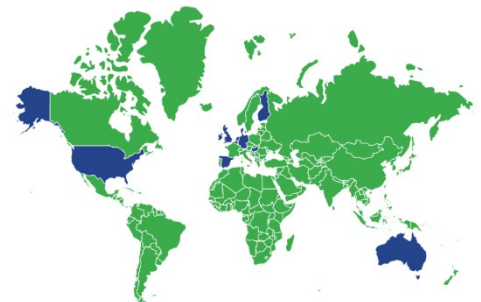
In totaal is voor deelnemers ongeveer 8 uur aan materiaal beschikbaar als alle modules uit de drie componenten in de Hub worden gevolgd. De aanpak is echter zeer flexibel. Binnen uw organisatie kunnen werknemers gedurende negen maanden zelf bepalen aan welke componenten ze deelnemen en voor hoe lang. De interventies worden in de Hub online en individueel aangeboden, aangevuld met groepsessies (workshops) voor wie wil. Aan het begin en eind van de periode wordt een aantal vragenlijsten ingevuld, deze zullen ongeveer 45 minuten in beslag nemen. Indien u wilt, kunt u ook deelnemen aan een focusgroep na afloop om uw mening over de MENTUPP interventie en de vragenlijsten te geven. MENTUPP kan worden ingezet tijdens werktijd of daarbuiten. Met contactpersonen binnen uw organisatie zullen wij zorgen voor een passende invulling en afspraken die aansluiten bij uw situatie.

WAT BETEKENT DEELNAME AAN HET ONDERZOEK VOOR MIJN ORGANISATIE?

Deelname aan MENTUPP betekent deelname aan een gerandomiseerd onderzoek. Dit betekent dat door loting bepaald wordt of uw organisatie in de interventiegroep zit, waarbij uw organisatie direct MENTUPP aangeboden krijgt, of 9 maanden na de start van het onderzoek gebruik mag maken van de MENTUPP interventie (controleconditie). Deelname aan MENTUPP en het gebruik van de Hub is volledig gratis voor u en uw medewerkers. U kunt tijdens het project en na afloop van het project gebruikmaken van de verschillende onderdelen in de Hub. We verwachten dat deelname de mentale gezondheid in uw organisatie kan bevorderen en het ziekteverzuim verlagen. Na afloop van MENTUPP zal de Hub op bredere schaal beschikbaar worden gesteld voor MKB's.

SAMENWERKING MET EXPERTS OP GEBIED VAN MENTALE GEZONDHEID IN UW LAND

Bij het MENTUPP-consortium zijn 17 projectpartners uit 13 landen betrokken:



In Nederland zijn de volgende organisaties betrokken in de begeleiding van het onderzoek:

113 online, AAVN – Normaalste Zaak, Programmaraad GGZ en Werk&Inkomen, MIND, en de Nederlandse ggz.

CONTACT INFORMATIE

Kenniscentrum Phrenos

Onderzoekers: Lars de Winter, MSc, dr. Sarita Sanches & prof. dr. Jaap van Weeghel

Tel: 030 - 2931626

Email: lwinter@kcphrenos.nl / ssanches@kcphrenos.nl

Website: www.kenniscentrumphrenos.nl/