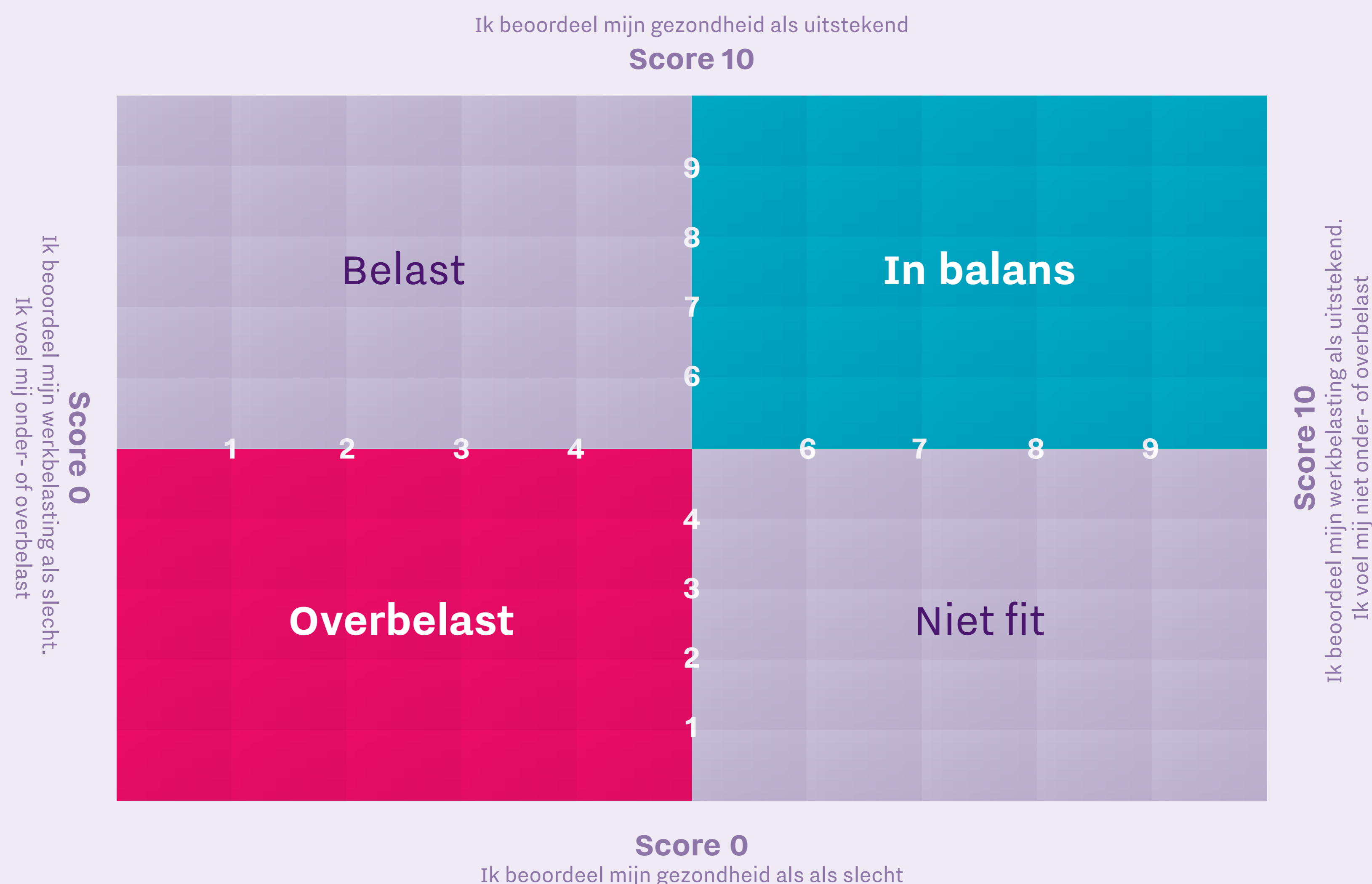




IZZ. Het ledencollectief van mensen in de zorg.

Hoe gezond werk jij? Doe de test

Je baan in de zorg is je op het lijf gesneden. Toch is het soms best zwaar. Zorg daarom goed voor je eigen gezondheid. We helpen je met een korte test. Bekijk daarna de tips die bij jouw uitkomst passen.



Doe de test

- Geef je gezondheid een cijfer tussen de 1 en 10 op de verticale lijn.
- Geef je werkbelasting een cijfer tussen de 1 en 10 op de horizontale lijn.
- Verbind de beide lijnen en kijk in welk vak je uitkomt.

Bekijk de tips voor jouw uitkomst

Belast. Bekijk de tips voor je werkbelasting.

Overbelast. Bekijk de tips voor je werkbelasting en de tips voor je gezondheid.

In balans. Misschien heb jij tips voor collega's? Deel ze in de IZZ-community.

Niet fit. Bekijk de tips voor je gezondheid.



Bekijk de tips op izz.nl/gezondtest

**Gezond
Werken in
de Zorg**