

Beste deelnemer,

Omdat je bedrijf of organisatie meedoet aan de Check je Werkstress Week, willen we je graag helpen met communicatie rondom de week en jullie eigen activiteiten. In deze persmap vind je:

1. Opzet van een persbericht
2. Opzet nieuwsbericht voor website of nieuwsbrief
3. Twitter- en Facebookberichten voor sociale mediakanalen

Je kunt de berichten aanvullen met de naam van de organisatie en met de eigen activiteiten. Natuurlijk kun je ook de persberichten aanpassen naar je eigen doelgroep.

Samen willen we zoveel mogelijk aandacht creëren rondom de Check je Werkstress Week. Om zo de dialoog over werkstress aan te gaan en uitval te voorkomen.

**PERSBERICHT**



**[NAAM BEDRIJF] doet mee aan Check Je Werkstress Week**

**Ruim 1 op de 8 werknemers in Nederland heeft last van werkstress. Een derde van het werkgerelateerde verzuim vindt zijn oorzaak in psychische ziekten. Het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid organiseert van 3 tot en met 6 november samen met Minister Asscher de Check Je Werkstress Week. Deze week zal er samen met boegbeelden Leontien van Moorsel, Arko van Brakel en diverse bedrijven in Nederland aandacht worden besteed aan werkstress. Ook [NAAM BEDRIJF] doet mee aan de week.**

In Nederland lopen jaarlijks bijna 1 miljoen mensen het risico op een burn-out of andere werkgerelateerde psychische ziekten. Signalen zoals slapeloosheid, aanhoudende hoofdpijn of oververmoeidheid worden vaak niet op tijd herkend. Twaalf procent van de werknemers heeft last van een burn-out of zit er tegen aan. Binnen vele organisaties is de kans groot dat er collega’s of werknemers zijn die wegens werkstress thuis zitten of die de werkdruk niet aan kunnen. De Check Je Werkstress campagne wil werkstress bespreekbaar maken en daarmee verzuim op de werkvloer voorkomen. De Check Je Werkstress Week vindt plaats van 3 tot en met 6 november en past binnen de landelijke campagne.

**[NAAM BEDRIJF] doet mee aan Check Je Werkstress Week
[NAAM BEDRIJF]**  doet mee aan de Check Je Werkstress Week. **[NAAM BEDRIJF]**  wil hiermee graag het onderwerp werkstress in Nederland hoog op de agenda zetten en uitval van werknemers binnen de organisatie voorkomen. **[NAAM BEDRIJF] organiseert daarom [vul activiteit in].**

**Thema’s Check Je Werkstress Week**

Tijdens de week zullen verschillende thema’s omtrent werkstress aan bod komen:

* Maandag 3 november - Check Je Werkstress. Minister Asscher trapt vandaag de week af op een conferentie met 300 werkgevers en HR professionals.
* Dinsdag 4 november - Check Je Werkplezier. Plezier op je werk houdt stress ver weg. Maar hoe houd je plezier in je werk? Dit kan bijvoorbeeld door een jobswap. Ondernemer Arko van Brakel ruilt met een werknemer, en ook het management van het Amphia Ziekenhuis ruilt met iemand op werkvloer.
* Woensdag 5 november - Check Je Beweging. Sporten is gezond en houdt je brein fit. En dat helpt tegen stress. Daarom geeft Leontien van Moorsel vandaag een sportclinic. Breng jouw organisatie vandaag ook in beweging!
* Donderdag 6 november - Check Elkaar. Werkstress bespreekbaar maken, hoe doe je dat? Vandaag gaan bij Philips 200 werknemers met elkaar in gesprek.

Ook meedoen?Kijk op www.checkjewerkstress.nl

**NIEUWSBERICHT (Nieuwsbrief of website)**



Ruim 1 op de 8 werknemers in Nederland heeft last van werkstress. Het ministerie van Sociale Zaken en Werkgelegenheid organiseert van 3 tot en met 6 november de landelijke Check Je Werkstress Week. Samen met bekende boegbeelden zoals Leontien van Moorsel en Lodewijk Asscher worden dagelijks diverse thema’s besproken over hoe werkstress het beste aangepakt kan worden. Ook [NAAM BEDRIJF] doet mee aan de landelijke week.

**Check Je Werkstress Week**

In Nederland lopen jaarlijks bijna 1 miljoen mensen het risico op een burn-out of andere werkgerelateerde psychische ziekten. Signalen zoals slapeloosheid, aanhoudende hoofdpijn of oververmoeidheid worden vaak niet op tijd herkend. Twaalf procent van de werknemers heeft last van een burn-out of zit er tegen aan. Binnen vele organisaties is de kans groot dat er collega’s of werknemers zijn die wegens werkstress thuis zitten of die de werkdruk niet aan kunnen.

De Check Je Werkstress campagne wil werkstress bespreekbaar maken en daarmee verzuim op de werkvloer voorkomen. De Check Je Werkstress Week vindt plaats van 3 tot en met 6 november en past binnen de landelijke campagne tegen werkstress. Bedrijven en boegbeelden doen mee door in deze week te sporten, de aandacht te vestigen op werkplezier en het gesprek aan te gaan over werkstress.

**[NAAM BEDRIJF] doet mee aan Check Je Werkstress Week
[NAAM BEDRIJF]**  doet mee aan de Check Je Werkstress Week. **[NAAM BEDRIJF]**  wil hiermee graag het onderwerp werkstress in Nederland hoog op de agenda zetten en uitval van werknemers binnen de organisatie voorkomen. **[NAAM BEDRIJF] organiseert daarom [vul activiteit in].**

Ook meedoen?Kijk op www.checkjewerkstress.nl voor meer informatie.

**TWITTERBERICHT**

Fit en gemotiveerd naar het werk? Doorbreek het taboe rondom werkstress tijdens de Check je Werkstress Week! Wij doen mee! [www.checkjewerkstress.nl](http://www.checkjewerkstress.nl) #checkjewerkstress

Goed, gezond en met plezier naar het werk? Doorbreek net als ons het taboe rondom werkstress tijdens de Check je Werkstress Week. [www.checkjewerkstress.nl](http://www.checkjewerkstress.nl) #checkjewerkstress

Wij pakken werkstress aan tijdens de #checkjewerkstress week. Want minder stress betekent gelukkige medewerkers. Kijk op [www.checkjewerkstress.nl](http://www.checkjewerkstress.nl)

Wij doen samen met @LeontienNL, @Arkovb en @LodewijkA mee aan de #checkjewerkstress week. Doe ook mee en kijken op [www.checkjewerkstress.nl](http://www.checkjewerkstress.nl)

Van werkstress naar werkplezier! Wij doen mee aan de #checkjewerkstress week. Doe ook mee en kijken op [www.checkjewerkstress.nl](http://www.checkjewerkstress.nl)

**FACEBOOKBERICHT**



In Nederland heeft ruim 1 op de 8 werknemers last van werkstress. Het aanpakken en bespreekbaar maken van werkstress is daarom noodzakelijk om uitval op de werkvloer terug te dringen. Wij doen mee daarom mee aan de Check Je Werkstress Week. Wij organiseren **[vul activiteit in]**

Op deze manier maken wij ons sterk voor onze werknemers. Blijf goed, gezond en met plezier aan het werk en doorbreek samen met ons het taboe rondom werkstress. Kijk op www.checkjewerkstress.nl