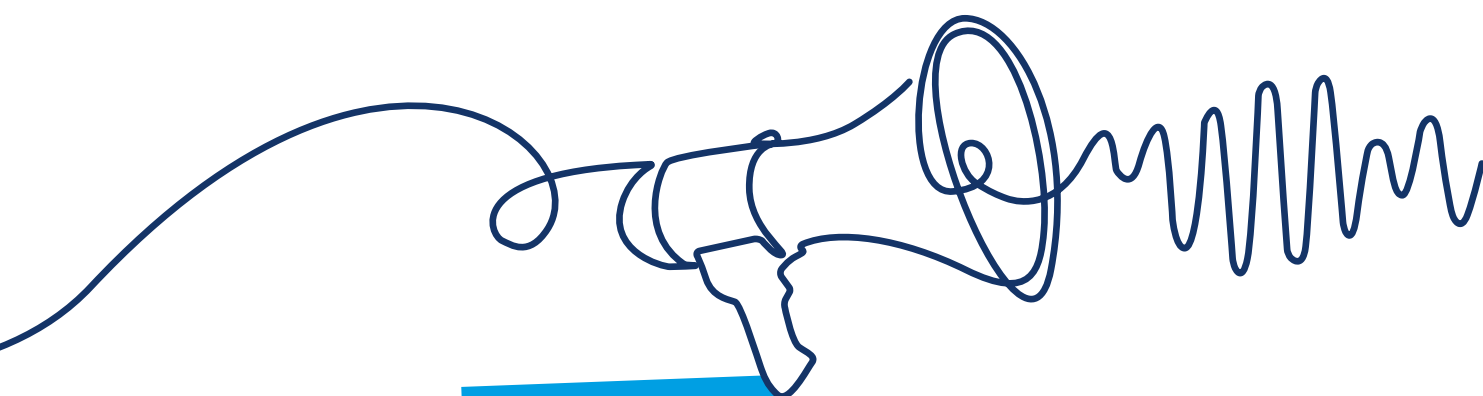




Cataloog

SENSIBILISERINGS- MATERIAAL

Versie 3 - 22/06/2020



Versterk

uw communicatie

cohezio 

Samen, omdat welzijn belangrijk is

Algemeen

Catalogoog	Dienstencatalogoog 2020	4
Affiche	Contactgegevens EDPB	4
Bureauonderlegger	Bureauonderlegger kalender 2020 - 2021	4
Brochure	Cohezio	5
Affiche	Wat kan Cohezio voor mij betekenen?	5

Gezondheid

Sticker	Je handen wassen	6
Affiche	Was je handen	6
Affiche	In 10 stappen naar een goede handhygiëne	6
Affiche	Stoppen met roken (didactisch)	7
Affiche	Cerebrovasculair accident (didactisch)	7
Affiche	Alcohol op het werk (didactisch)	7
Affiche	Je laten vaccineren, dat is jezelf beschermen tegen de griep!	7
Affiche	Laat u inenten tegen de griep!	8
Affiche	Griep	8
Affiche	Oefeningen voor activering van de spieren	8
Affiche	Oefeningen voor versterking van de spieren	8
Affiche	Rekoefeningen - 1	9
Affiche	Rekoefeningen - 2	9
Affiche	Beter eten op het werk	9
Brochure	Workshops: gezonde voeding	9
Brochure	Versterk jullie teamgeest - De culinaire uitdaging als team	10
Brochure	Bewegen, ook aan het bureau!	10
Brochure	Bewegen, ook onderweg!	10
Brochure	Bewegen, de hele dag door	10
Brochure	Een arbeidsarts, dat is	11
Brochure	Medical check-up	11
Brochure	E.H.B.O. op het werk	11
Brochure	Stoppen met roken en opnieuw gezond zijn	11
Brochure	Griep of geen griep	12
Brochure	Handleiding EHBO	12
Register	Interventieregister	12

Psychosociale aspecten

Affiche	Nood aan psychosociale ondersteuning: bij wie kan ik terecht?	14
Affiche	Nood aan psychosociale ondersteuning: bij wie kan ik terecht?	14
Kalender	Muurkalender 2020	14
Brochure	Gesprekshandleiding voor vertrouwenspersonen	15
Brochure	Confrontatie met een traumatische gebeurtenis	15
Brochure	Een probleem op het werk	15
Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 1	15
Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 2	16
Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 3	16
Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 4	16
Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 5	16

Veiligheid

Affiche	xx dagen zonder ongeval	17
Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 1	17
Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 2	17
Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 3	18
Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 4	18
Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 5	18
Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 6	18
Affiche	Vergeet uw PBM's niet!	19
Affiche	PBM - Draag uw veiligheidshelm	19
Affiche	PBM - Draag uw veiligheidsschoenen	19
Affiche	PBM - Draag uw veiligheidshandschoenen	19
Affiche	PBM - Draag uw veiligheidsbril	20
Affiche	PBM - Draag uw gehoorbescherming	20
Brochure	Asbest: Persoonlijke beschermingsmiddelen	20
Brochure	Werken voor een beeldscherm	20
Brochure	Gids - Ergonomisch advies rond telewerken	30

Leadership - Management

Folder	Manager coach	21
Folder	Burnout	21

Samen, omdat **welzijn** belangrijk is.

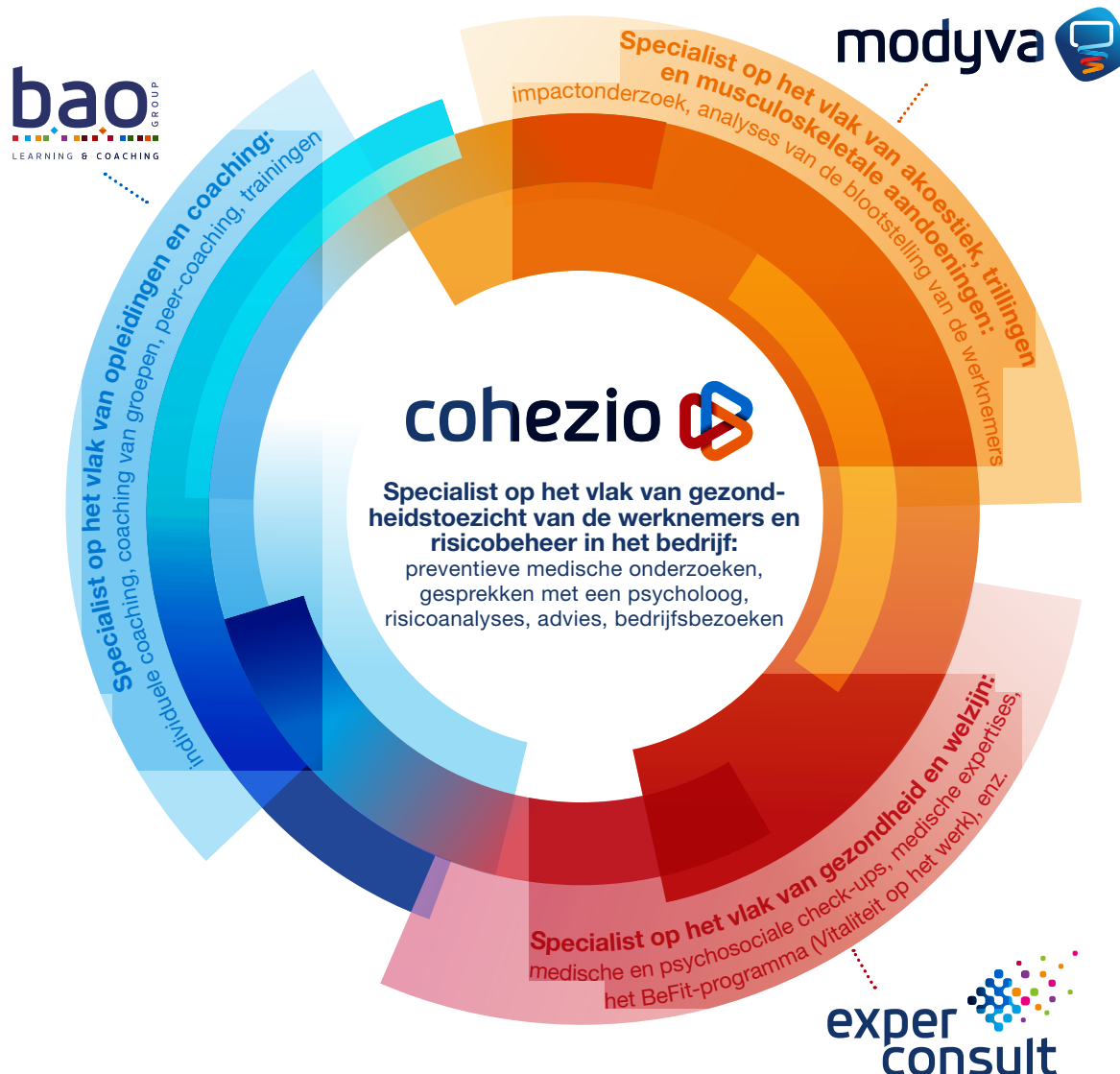
Als Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk reikt **Cohezio** **verschillende tools aan om je te helpen** zorgen voor een veiligere, gezondere en aangenamere werkomgeving voor je werknemers.

Deze catalogoog bevat een overzicht van onze verschillende informatiedocumenten, zoals:

- › folders en brochures
- › sensibiliseringsmateriaal
- › ...

Deze documenten zijn op aanvraag beschikbaar (zolang de voorraad strekt). Vul hiervoor de bestelbon in die je terugvindt in het midden van de catalogoog.

Cohezio en zijn ecosysteem... ons competentiegebied:





Algemeen



Diensten en opleidingen

In deze catalogoog vind je de diensten en opleidingen die worden aangeboden door onze partners (**Cohezio**, **Experconsult**, **BAO Group**, **XL Training*** en **ETIC's at work**) rond diverse thema's in verband met veiligheid en preventie op het werk. Vind je hier niet wat je zoekt? Aarzel dan niet contact met ons op te nemen. **Formaat A4.**

* Enkel voor de nederlandstalige versie.

REF	MARCOM082	MARCOM083
Taal	FR	NL



Contactgegevens EDPB - A2

Met deze affiche kan je de contactgegevens van de interne en externe preventiedienst meedelen aan al je medewerkers. Je vult zelf de vrije velden in. **Formaat A2.**

REF	MARCOM059	MARCOM060
Taal	FR	NL



Bureauonderlegger kalender 2020 - 2021

Dankzij deze onderlegger kan je gemakkelijk 'snel even' iets noteren en zie je in één oogopslag de kalenders van 2020 en van 2021. De bladen kunnen worden afgescheurd, zo kan je steeds opnieuw beginnen met een schone lei. **Formaat 410 x 594 mm.**

REF	MARCOM073	MARCOM073
Taal	FR	NL



Cohezio

Als externe dienst voor preventie en bescherming op het werk is het onze missie om de gezondheid, de veiligheid en het welzijn van iedereen op het werk te waarborgen, zowel van jezelf als van je medewerkers. Maar omdat je welzijn een ernstige aangelegenheid is, en tevens onze passie, gaan we verder dan dat! Ontdek ons competentiegebied in deze brochure. **Formaat 195 x 195 mm, 12 pagina's.**

REF	MARCOM086	MARCOM087
Taal	FR	NL

**Je suis travailleuse ou travailleur
Que peut faire Cohezio pour moi?**

Stress
Epuisement
Burn-out
Violences
Harcèlement

J'ai un problème au travail, j'aimerais pouvoir en parler. Je n'arrive plus à ... » aller travailler » télétravailler

Une équipe de conseillers en prévention spécialisée dans les aspects psychosociaux au travail est à votre écoute pour vous aider à clarifier votre situation. Ils vous orientent et interviennent avec vous les différents possibilités de solutions.

↳ **Ligne directe du service psychosocial - 02 533 74 88**

Je souhaite rencontrer le médecin du travail

Vous travaillez sur le terrain, au bureau ou vous êtes en télétravail et vous pensez avoir un problème de santé lié à votre travail? Vous avez des symptômes relatifs à votre santé mentale ou physique en lien avec votre travail? Vous pouvez à tout moment demander un rendez-vous auprès du Dr de nos médecins du travail, de manière directe et anonyme. Attention toutefois que le médecin du travail ne peut se substituer au médecin soignant.

↳ **Pour obtenir un rendez-vous**

↳ **Appeler votre contact habituel chez Cohezio ou le 02 533 74 11**

Service Externe de Prévention et de Protection au Travail
02 533 74 11
www.cohezio.be

**Ik ben werkneemster of werknemer
Wat kan Cohezio voor mij betekenen?**

Stress
Uitputting
Burn-out
Geweld
Pesterijen

Ik heb een probleem op het werk, ik zou er graag over kunnen praten. Ik slaag er niet meer in ... » te werken » te telewerken

Een team van preventieadviseurs gespecialiseerd in psychosociale aspecten op het werk staat klaar om u te helpen en u te helpen om de risico's te beheersen. Zij ondersteunen u en helpen u met de verschillende mogelijkheden om tot een oplossing te komen.

↳ **Psychosociale lijn van de psychosociale dienst: 02 533 74 88**

Ik wil graag een afspraak met de arbeidsarts

U werkt op het terrein, op kantoor of van thuis uit en u heeft een gezondheidsprobleem dat verband houdt met uw werk? U hebt ergens in verband met uw mentale of fysieke gezondheid op het werk? U kan op elk moment, rechtstreeks en anoniem, een afspraak aanvragen bij een van onze arbeidsartsen. Lat niet een afspraak te maken vaststaan en kan deze ook met verandering.

Om een afspraak te maken:

↳ **bel uw gebruikelijke contactpersoon bij Cohezio ofwel 02 533 74 11**

Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk
02 533 74 11
www.cohezio.be



Wat kan Cohezio voor mij betekenen?

Heel vaak komen we nog werknemers tegen die niet weten dat ze toegang kunnen hebben tot de diensten van **Cohezio**, Externe Dienst voor Preventie en Bescherming op het Werk, die zich niet beperkt tot de «arbeidsgeneeskunde». Laat je medewerkers met deze flyer weten dat onze teams ook klaarstaan om naar hen te luisteren. **Formaat A5.**

REF	DIGITAAL	DIGITAAL
Taal	FR	NL





Gezondheid



Sticker - Je handen wassen

Regelmatig de handen wassen is een essentiële regel. Herinner je werknemers aan deze erg belangrijke dagelijkse routine, bijvoorbeeld door deze sticker bij de wastafels te plakken. **Rond - 10 cm.**

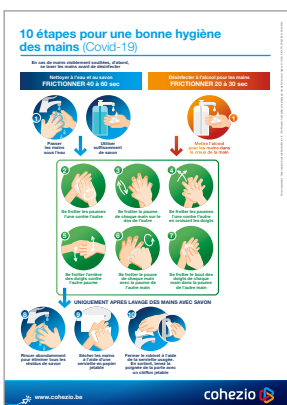
REF	MARCOM130	MARCOM129
Taal	FR	NL



Was je handen

Handen wassen: jouw reflex voor de gezondheid van jou en je collega's. Herinner je medewerkers aan deze elementaire hygiëneregel met deze preventieaffiche. **Formaat A4.**

REF	MARCOM034	MARCOM033
Taal	FR	NL



Affiche - In 10 stappen naar een goede handhygiëne

Wist je dat er ook een methode is voor het ontsmetten van de handen? Met deze 2-in-1-affiche laat je je medewerkers weten hoe ze voor een goede handhygiëne kunnen zorgen, zowel met zeep als met ontsmettingsmiddel. **Formaat A3.**

REF	MARCOM148	MARCOM149
Taal	FR	NL

Arrêter de fumer Pour un cœur en pleine forme!

Les 10 clés pour arrêter de fumer

1. Fumez-vous une dalle et faites-la courir à votre rythme.
2. Débranchez-vous des trépassés, cigarettes et cigarettes.
3. Évitez de prendre une seule cigarette, c'est la cause majeure de rechute.
4. Évitez également l'abus de café.
5. Évitez les personnes qui fument.
6. Débranchez à votre rythme de vie.
7. Évitez de fumer le soir.
8. Évitez de fumer dans les lieux publics.
9. Évitez de fumer dans les lieux publics.
10. Débranchez à votre rythme de vie.

cohezio

Stoppen met roken Voor een hart in topconditie!

De 10 tips om te stoppen met roken

1. Beslist voor jezelf een datum en breng je omgeving daarvan op de hoogte.
2. Doe je afspraken, afspreken en afspreken niet.
3. Vermijd die ene sigaret: die is de belangrijkste reden waarom rokers herhalen.
4. Vermijd ook sigaretten die niet roken.
5. Vermijd plaatsen waar rokers roken.
6. De zin om te roken duurt maar twee weken. Daar na de 12e dag van een glas water, geef het een andere kleur of smaak toe aan je sigaret.
7. Vermijd contacten die de druppel om te roken verspreiden: koffie, eten, omroep, tv, radio.
8. Staat contact met een roker van bijvoorbeeld de bus, de trein, de tram of de metro, draag je een mondkapje.
9. Gaan andere mensen in de buurt roken, ga er niet heen.
10. Vraag je arts om hulp.

cohezio



Stoppen met roken

Met deze affiches kan je je medewerkers informeren rond de voordelen van het stoppen met roken. De lijst met 10 tips kan hen ook helpen om die sigaret voortaan achterwege te laten. **Formaat A2.**

REF	MARCOM038	MARCOM037
Taal	FR	NL

Accident Vasculaire Cérébral Repérer facilement un AVC!

La méthode FAST

1. Si vous observez un AVC, effectuez le test FAST dès que possible.
2. La parole est-elle fluide, une victime ou bien est-elle difficile pour toutes les consonnes, voyelles et chiffres?
3. Les bras de la victime sont-ils complètement ou partiellement abaissés?

Les facteurs de risques

1. Les facteurs de risque sont le manque d'activité physique, une alimentation déséquilibrée.
2. L'hypertension artérielle, les diabètes, la cholestérol et certains pathogènes bactériens.

Que faire pour prévenir un AVC?

1. Prévenir en évitant une alimentation riche en gras, en sucre et en sel.
2. Manger avec modération, surtout des légumes et des fruits.
3. Limiter la consommation d'alcool et de tabac.
4. Faire de l'exercice et se tenir régulièrement en mouvement.
5. Contrôler le diabète et la cholestérol.

cohezio

Cerebrovasculair accident Een CVA is gemakkelijk te herkennen!

De FAST-methode

1. Herken je een CVA, doe dan zo snel mogelijk de FAST-test.
2. De afwezigheid van een lichaamsdeel of een lichaamsdeel dat niet normaal werkt, is een teken van een CVA.
3. De afwezigheid van spraak of spraak die niet normaal is, is een teken van een CVA.
4. De afwezigheid van een lichaamsdeel of een lichaamsdeel dat niet normaal werkt, is een teken van een CVA.
5. De afwezigheid van spraak of spraak die niet normaal is, is een teken van een CVA.

De risicofactoren

1. Roken en alcohol, een gebrek aan lichaamsbeweging, een ongezonde voeding, een hoge bloeddruk, een hoge cholesterol, diabetes en bepaalde bacteriële infecties.

Hoe kan je een CVA vermijden?

1. Minimaliseer je lichamelijke activiteit, beweeg, met name regelmatig.
2. Vermijd alcohol, een gebrek aan lichaamsbeweging, een ongezonde voeding, een hoge bloeddruk, een hoge cholesterol, diabetes en bepaalde bacteriële infecties.
3. Vermijd alcohol, een gebrek aan lichaamsbeweging, een ongezonde voeding, een hoge bloeddruk, een hoge cholesterol, diabetes en bepaalde bacteriële infecties.
4. Vermijd alcohol, een gebrek aan lichaamsbeweging, een ongezonde voeding, een hoge bloeddruk, een hoge cholesterol, diabetes en bepaalde bacteriële infecties.
5. Vermijd alcohol, een gebrek aan lichaamsbeweging, een ongezonde voeding, een hoge bloeddruk, een hoge cholesterol, diabetes en bepaalde bacteriële infecties.

cohezio



Cerebrovasculair accident

Een cerebrovasculair accident (CVA), beter bekend als beroerte, is een levensbedreigende noodsituatie en vereist zo snel mogelijk medische hulp. Deze affiche toont hoe je een beroerte of CVA kan herkennen en geeft ook tips om er adequaat op te reageren. **Formaat A2.**

REF	MARCOM036	MARCOM035
Taal	FR	NL

L'alcool sur le lieu de travail Je dis non pour ma sécurité!

Les limites recommandées

1. Plus de 10 verres standard de boissons alcoolisées par semaine.
2. Ne pas boire d'alcool pendant au moins 2 jours consécutifs par semaine.
3. Plus de 4 verres standard de boissons alcoolisées consécutives.
4. Si plusieurs de ceux-ci s'appliquent, il est recommandé de limiter la consommation.

cohezio

Alcohol op het werk Ik zeg nee voor mijn veiligheid!

Alcohol op het werk

1. Het meer dan 10 standaarddrinks alcoholische drank per week.
2. Geen alcohol drinken gedurende minimaal 2 opeenvolgende dagen per week.
3. Het meer dan 4 standaarddrinks alcoholische drank in één keer.
4. Geen alcohol drinken in situaties die niet erg veilig zijn.

cohezio



Alcohol op het werk

Alcohol op het werk is soms een realiteit. Met deze affiche kan je wijzen op het reglement dat dit verbiedt en tegelijk preventief optreden tegen alcoholmisbruik. **Formaat A2.**

REF	MARCOM040	MARCOM039
Taal	FR	NL

Se faire vacciner c'est se protéger contre la grippe!

La vaccination est votre meilleure protection.

cohezio

Je laten vaccineren, dat is jezelf beschermen tegen de griep!

Vaccinatie is de beste bescherming.

cohezio



Je laten vaccineren, dat is jezelf beschermen tegen de griep!

Informeer uw medewerkers over het belang van een inenting tegen de griep, om zichzelf en hun naasten te beschermen. **Formaat A3.**

REF	MARCOM132	MARCOM131
Taal	FR	NL

Continuez à prendre bien soin de vous.
Faites-vous vacciner contre la grippe!

Votre employeur vous l'offre.
Intéressé(e)? Contactez le référent de la campagne grippe de votre organisation:
[Form field]
www.cohezio.be cohezio

Blijf zorg dragen voor uzelf.
Laat u inenten tegen de griep!

Dit wordt u aangeboden door uw werkgever.
Geïnteresseerd? Contacteer de coördinator van de griepcampagne in uw organisatie:
[Form field]
www.cohezio.be cohezio



Laat u inenten tegen de griep!

Informeer uw medewerkers over het belang van een inenting tegen de griep, om zichzelf en hun naasten te beschermen. Wil je je medewerkers de mogelijkheid bieden om zich te laten inenten, weet dan dat **Cohezio** elk jaar een griepvaccinatiecampagne organiseert. **Formaat A2.**

REF	DIGITAAL	DIGITAAL
Taal	FR	NL

La grippe
Mieux vaut prévenir que guérir!
Symptômes sévères

Prévention

Des gestes simples et efficaces contre la propagation des microbes.
www.cohezio.be cohezio

Griep
Beter voorkomen dan genezen
Ernstige symptomen

Preventiemaatregelen

Eenvoudige en effectieve handelingen om de verspreiding van microben tegen te gaan.
www.cohezio.be cohezio



Griep

Met deze affiche sensibiliseer je je medewerkers en waarschuw je ze voor de risico's om griep op te lopen. Je informeert hen ook over de oplossing om zich er tegen te beschermen. **Formaat A2.**

REF	MARCOM032	MARCOM031
Taal	FR	NL

Exercices d'activation musculaire

cohezio

Oefeningen voor activering van de spieren

cohezio



Oefeningen voor activering van de spieren

Werken aan een bureau kan op termijn gevolgen hebben voor je gezondheid en leiden tot pijn en vermoeidheid. Met deze affiches reik je je medewerkers enkele oefeningen aan om de spieren op een rustige manier te activeren. **Formaat A2.**

REF	MARCOM028	MARCOM027
Taal	FR	NL

Exercices de tonification musculaire

cohezio

Oefeningen voor versterking van de spieren

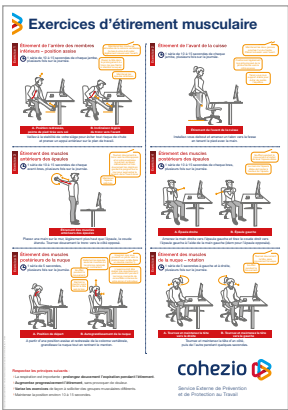
cohezio



Oefeningen voor versterking van de spieren

Werken aan een bureau kan op termijn gevolgen hebben voor de gezondheid en leiden tot pijn en vermoeidheid. Met deze affiches reik je je medewerkers enkele oefeningen aan om de spieren op een rustige manier te versterken. **Formaat A2.**

REF	MARCOM030	MARCOM029
Taal	FR	NL



Rekoefeningen - 1

Werken aan een bureau kan op termijn gevolgen hebben voor de gezondheid en leiden tot pijn en vermoeidheid. Met deze affiches reik je je medewerkers enkele oefeningen aan om de spieren op een rustige manier te stretchen. **Formaat A2.**

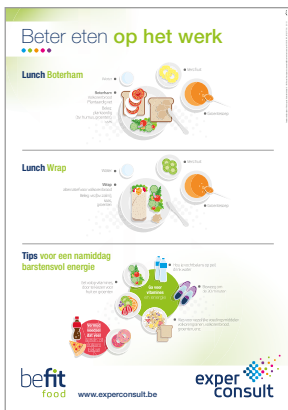
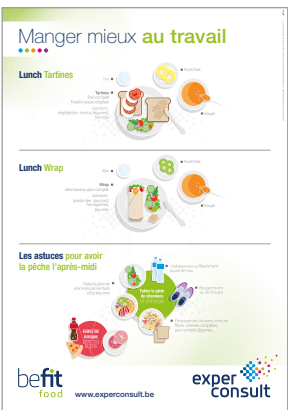
REF	MARCOM024	MARCOM023
Taal	FR	NL



Rekoefeningen - 2

Werken aan een bureau kan op termijn gevolgen hebben voor de gezondheid en leiden tot pijn en vermoeidheid. Met deze affiches reik je je medewerkers enkele oefeningen aan om de spieren op een rustige manier te stretchen. **Formaat A2.**

REF	MARCOM026	MARCOM025
Taal	FR	NL



Beter eten op het werk

Eten op het werk is essentieel, gezond en goed eten op het werk is nog belangrijker! Sensibiliseer uw werknemers met deze affiches. Het is de ideale manier om hen eraan te herinneren dat een gezonde voeding hen helpt de hele dag in vorm te zijn. **Formaat A3.**

REF	EXP012	EXP011
Taal	FR	NL



Workshops: gezonde voeding

Gezond eten op het werk? Het kan! Deze brochure legt uit wat je kan doen om de juiste reflexen voor een evenwichtige voeding op de werkplek aan te nemen, zodat je in vorm blijft, de hele dag door. **Formaat A5, 8 pagina's.**

REF	EXP001	EXP002
Taal	FR	NL



Versterk jullie teamgeest De culinaire uitdaging als team



Ontbreekt het u aan ideeën om een teambuilding te organiseren voor uw team? Wij hebben wat u nodig heeft, iets wat het nuttige aan het aangename koppelt! Dompel jezelf onder in een culinaire ervaring, waarin fun, gezondheid, uitdagingen en creativiteit centraal staan. Wie waagt zich aan de BlackBox? Laat jullie door onze experts begeleiden in dit culinaire parcours die jullie competenties duidelijk zal maken.
Formaat A5, 4 pagina's.

REF	EXP005	EXP006
Taal	FR	NL



Bewegen, ook aan het bureau!



Lange tijd aan een scherm werken kan nadelige gevolgen hebben voor de gezondheid. Met deze brochure van **Experconsult** volg je stap voor stap een compleet programma met door onze ergonomen ontwikkelde oefeningen om je bloedsomloop te activeren, je spieren te versterken en je soepelheid te verbeteren. **Formaat A5, 36 pagina's.**

REF	EXP007	EXP008
Taal	FR	NL



Bewegen, ook onderweg!



Lange tijd stilzitten in een auto of een ander transportmiddel kan nadelige gevolgen hebben voor de gezondheid. Om lichamelijke pijn en vermoeidheid te voorkomen, is het belangrijk dat je blijft bewegen, ook onderweg. Hoe? **Experconsult** toont 28 eenvoudige oefeningen om zowel binnen als buiten je voertuig uit te voeren. **Formaat A5, 36 pagina's.**

REF	EXP009	EXP010
Taal	FR	NL



Bewegen, de hele dag door



De brochure toont hoe je je werkdag goed kunt doorbrengen aan de hand van enkele oefeningen waarbij je je spieren activeert en versterkt en je de juiste stretchbewegingen eigen maakt.
Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.

REF	MARCOM124	MARCOM125	MARCOM126
Taal	FR	NL	UK



Een arbeidsarts, dat is ...

De preventieadviseur-arbeidsarts heeft tot doel de arbeidsomstandigheden van werknemers te verbeteren en hen te beschermen tegen de risico's verbonden aan de uitvoering van hun taken. Meer informatie? Deze brochure informeert je medewerkers over de taken van de arbeidsarts en in welke gevallen een consultatie nodig is.

Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.

REF	MARCOM106	MARCOM107
Taal	FR	NL



Medical check-up

Met de **medische check-up** bied je je werknemers de kans vroegtijdig eventuele gezondheidsproblemen te ontdekken, zodat de duur en ernst ervan behoorlijk kunnen worden beperkt. Met deze brochure kan je hierover je werknemers informeren. **Formaat A5, 4 pagina's.**

REF	EXP003	EXP004
Taal	FR	NL



E.H.B.O. op het werk

Snelle en doeltreffende hulp op de plaats van het ongeval kan levens redden. In deze brochure vind je informatie over de basisopleiding EHBO van **Cohezio**, opgesteld volgens de Belgische wetgeving en de Europese richtlijnen. **Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.**

REF	MARCOM094	MARCOM095
Taal	FR	NL



Stoppen met roken en opnieuw gezond zijn

Veel rokers willen graag komaf maken met die sigaret, maar ze vinden niet altijd een oplossing. Met deze brochure kan je je medewerkers informeren over de voordelen van het stoppen met roken. Je vindt er ook een aantal tips om dat met succes te doen.

Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.

REF	MARCOM114	MARCOM115
Taal	FR	NL



Grippe of geen grippe

Met deze brochure maak je je medewerkers bewust van de risico's van grippe. Daarnaast informeert de brochure hen over de oplossing om zichzelf te beschermen: het griepvaccin.

Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.

REF	MARCOM099	MARCOM100
Taal	FR	NL



Handleiding EHBO

Heeft een medewerker zich verwond en is een medische interventie nodig? Dan moet je eerst en vooral de hulpdiensten bellen. Daarna moet eerste hulp worden geboden in afwachting van de komst van de arts. Deze handleiding zal je helpen om de juiste handelingen aan te leren.

Formaat A6, 8 pagina's.

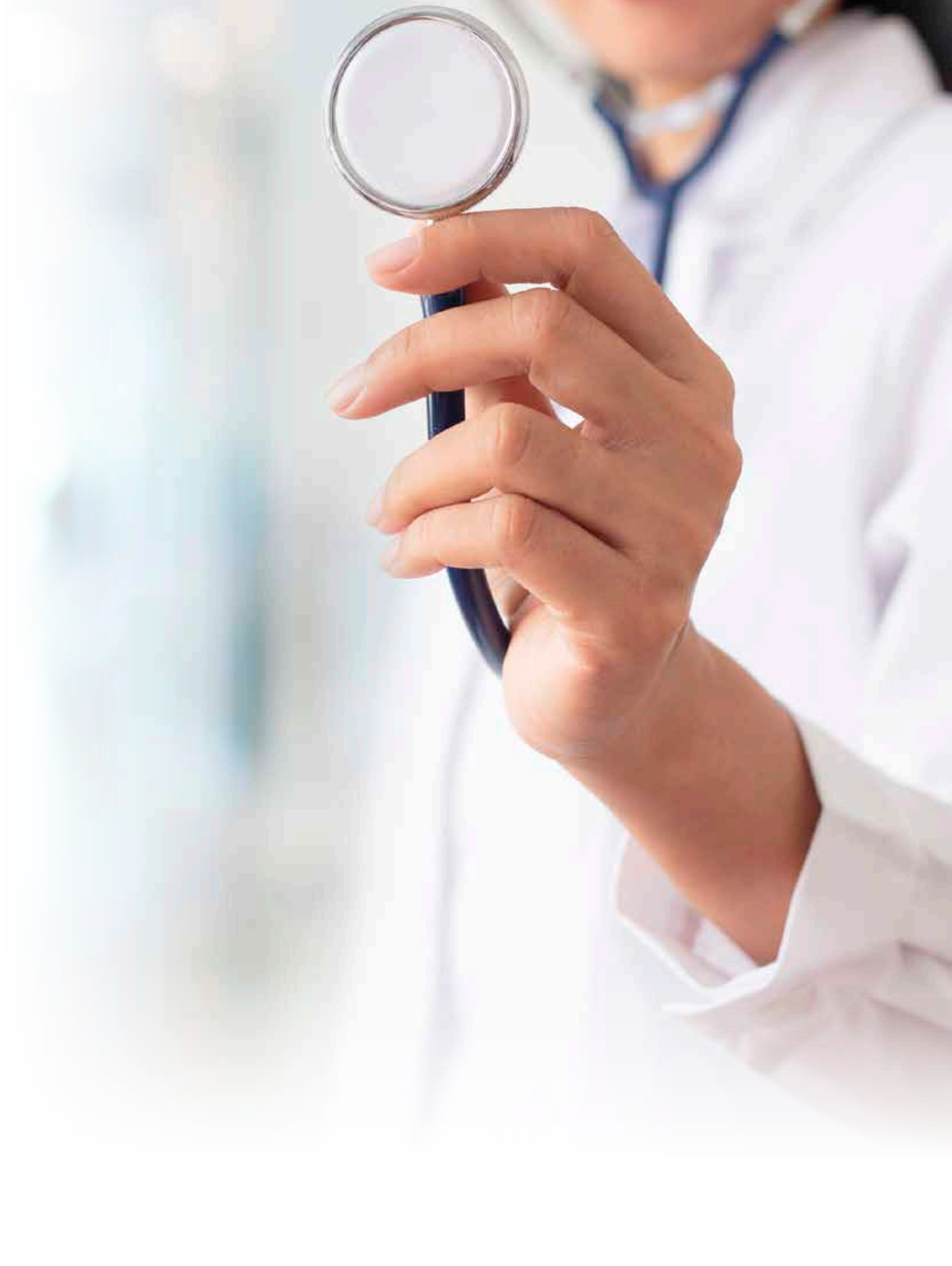
REF	MARCOM072	MARCOM071
Taal	FR	NL



Interventieregister

Elk arbeidsongeval, licht of ernstig, moet worden geregistreerd, zelfs wanneer aangifte niet verplicht is. De verplichting tot aangifte geldt enkel wanneer een ogenschijnlijk licht arbeidsongeval achteraf ergere gevolgen blijkt te hebben. **Formaat A5, bloc de 30 pagina's.**

REF	MARCOM075	MARCOM074
Taal	FR	NL





Psychosociale aspecten

Mal-être, violence, harcèlement moral ou sexuel au travail,
vous avez l'impression d'y être confronté(e)?
Cette situation peut engendrer des risques psychosociaux, parlons-en.

Tout travailleur peut demander un entretien personnel et confidentiel avec un conseiller en prévention aspects psychosociaux de Cohezio.

Vous pouvez contacter notre département psychosocial :
FR 02/533 74 88 - NL 02/533 74 44
sec.rim@cohezio.be

www.cohezio.be cohezio

Geweld, pesten en ongewenst seksueel gedrag op het werk,
denk je dat je ermee te maken hebt?
Die situatie kan psychosociale risico's veroorzaken, praat erover.

Elke werknemer die meent psychische schade te ondervinden als gevolg van psychosociale risico's op het werk, kan vragen om een persoonlijk en vertrouwelijk gesprek met een preventieadviseur psychosociale aspecten van Cohezio.

Je kan contact opnemen met onze psychosociale afdeling:
NL 02/533 74 44 - FR 02/533 74 88
sec.rim@cohezio.be

www.cohezio.be cohezio



Affiche - Nood aan psychosociale ondersteuning: bij wie kan ik terecht?

Voor je werknemers of zelfs voor de hiërarchische lijn: iedereen kan op zijn of haar niveau behoefte hebben aan psychosociale ondersteuning. Breng al het personeel van uw bedrijf ervan op de hoogte dat **Cohezio** er ook is om hen te begeleiden tijdens moeilijke momenten. **Formaat A3.**

REF	DIGITAAL	DIGITAAL
Taal	FR	NL

Mal-être, violence, harcèlement moral ou sexuel au travail,
vous avez l'impression d'y être confronté(e)?
Cette situation peut engendrer des risques psychosociaux, parlons-en.

Tout travailleur peut demander un entretien personnel et confidentiel avec un conseiller en prévention aspects psychosociaux de Cohezio.

Vous pouvez contacter notre département psychosocial :
FR 02/533 74 88 - NL 02/533 74 44
sec.rim@cohezio.be

Votre/vos conseiller(s)
en prévention aspects psychosociaux de Cohezio :

www.cohezio.be cohezio

Geweld, pesten en ongewenst seksueel gedrag op het werk,
denk je dat je ermee te maken hebt?
Die situatie kan psychosociale risico's veroorzaken, praat erover.

Elke werknemer die meent psychische schade te ondervinden als gevolg van psychosociale risico's op het werk, kan vragen om een persoonlijk en vertrouwelijk gesprek met een preventieadviseur psychosociale aspecten van Cohezio.

Je kan contact opnemen met onze psychosociale afdeling:
NL 02/533 74 44 - FR 02/533 74 88
sec.rim@cohezio.be

De preventieadviseur(s)
psychosociale aspecten van Cohezio:

www.cohezio.be cohezio



Affiche - Nood aan psychosociale ondersteuning: bij wie kan ik terecht?

Voor je werknemers of zelfs voor de hiërarchische lijn: iedereen kan op zijn of haar niveau behoefte hebben aan psychosociale ondersteuning. Breng al het personeel van uw bedrijf ervan op de hoogte dat **Cohezio** er ook is om hen te begeleiden tijdens moeilijke momenten. U kan ook kiezen voor een affiche waarop u de naam van uw preventieadviseur psychosociale contacten van **Cohezio** kan noteren. **Formaat A3.**

REF	DIGITAAL	DIGITAAL
Taal	FR	NL

Good vibes at work : enjoy it !
La bonne humeur est la clé d'un bon travail.
JAN - FEV

De pauze: essentieel om oververhitting te voorkomen.
Gedurende de pauze moet je jezelf even helemaal onthouden van je werk.
MAA - APR

cohezio



Muurkalender 2020

Deze kalender biedt een overzicht van je planning voor de komende twee maanden en bevat eveneens tips van onze preventieadviseurs psychosociale aspecten voor meer welzijn op het werk. **Formaat A4.**

REF	MARCOM078	MARCOM079
Taal	FR	NL



Gesprekshandleiding voor vertrouwenspersonen

De kerntaak van een vertrouwenspersoon is het voeren van gesprekken. Om je zo goed mogelijk te helpen, overloopt deze brochure kort elke stap van een eerste gesprek, inclusief voorstellen voor interventie en vragen. **Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.**

REF	MARCOM112	MARCOM111
Taal	FR	NL



Confrontatie met een traumatische gebeurtenis

Wat is een traumatische gebeurtenis of een kritisch incident? Wat zijn de opeenvolgende psychologische reacties? Deze brochure gaat dieper in op deze verschillende thema's en werpt tevens een licht op de mogelijke uitingen van stress ten gevolge van een kritisch incident. **Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.**

REF	MARCOM088	MARCOM089
Taal	FR	NL



Een probleem op het werk

Wanneer je medewerkers of jezelf als manager geconfronteerd worden met problemen, kan een team preventieadviseurs gespecialiseerd in psychosociale aspecten ingrijpen om de situatie te helpen ophelderen, binnen een veilige context. **Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.**

REF	MARCOM096	MARCOM097
Taal	FR	NL



Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 1

Met deze affiche informeer je je medewerkers over je interne beleid rond welzijn op het werk, en meer bepaald over wat er verboden is, zoals geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag of intimidatie op het werk. **Formaat A2.**

REF	MARCOM014	MARCOM013
Taal	FR	NL



Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 2

Met deze affiche informeer je je medewerkers over je interne beleid rond welzijn op het werk, en meer bepaald over wat er verboden is, zoals geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag of intimidatie op het werk. **Formaat A2.**

REF	MARCOM016	MARCOM015
Taal	FR	NL



Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 3

Met deze affiche informeer je je medewerkers over je interne beleid rond welzijn op het werk, en meer bepaald over wat er verboden is, zoals geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag of intimidatie op het werk. **Formaat A2.**

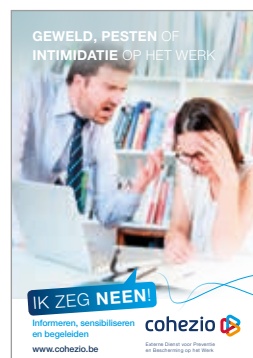
REF	MARCOM018	MARCOM017
Taal	FR	NL



Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 4

Met deze affiche informeer je je medewerkers over je interne beleid rond welzijn op het werk, en meer bepaald over wat er verboden is, zoals geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag of intimidatie op het werk. **Formaat A2.**

REF	MARCOM020	MARCOM019
Taal	FR	NL



Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 5

Met deze affiche informeer je je medewerkers over je interne beleid rond welzijn op het werk, en meer bepaald over wat er verboden is, zoals geweld, pesterijen en ongewenst seksueel gedrag of intimidatie op het werk. **Formaat A2.**

REF	MARCOM022	MARCOM021
Taal	FR	NL



Veiligheid



Affiche - xx dagen zonder ongeval

Er zijn werkplaatsen waar een constante waakzaamheid noodzakelijk is om een arbeidsongeval te vermijden. Spoor je teams aan om op hun veiligheid te letten door deze affiche op te hangen waarop je medewerkers elke dag hun nieuwe score kunnen noteren van het aantal dagen zonder arbeidsongeval. Uiteraard is de ruimte voor het noteren van het nieuwe record speciaal ontworpen voor stiften met uitwisbare inkt. **Formaat A3.**

REF	MARCOM053	MARCOM054
Taal	FR	NL



Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 1

Gebruik deze affiche om je intern beleid, dat elk alcohol- en drugsgebruik op het werk verbiedt, onder de aandacht te brengen. **Formaat A2.**

REF	MARCOM002	MARCOM001	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 2

Gebruik deze affiche om je intern beleid, dat elk alcohol- en drugsgebruik op het werk verbiedt, onder de aandacht te brengen. **Formaat A2.**

REF	MARCOM004	MARCOM003	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 3

Gebruik deze affiche om je intern beleid, dat elk alcohol- en drugsgebruik op het werk verbiedt, onder de aandacht te brengen.
Formaat A2.

REF	MARCOM006	MARCOM005	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 4

Gebruik deze affiche om je intern beleid, dat elk alcohol- en drugsgebruik op het werk verbiedt, met een vleugje humor onder de aandacht te brengen. **Formaat A2.**

REF	MARCOM008	MARCOM007	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 5

Gebruik deze affiche om je intern beleid, dat elk alcohol- en drugsgebruik op het werk verbiedt, onder de aandacht te brengen.
Formaat A2.

REF	MARCOM010	MARCOM009	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 6

Gebruik deze affiche om je intern beleid, dat elk alcohol- en drugsgebruik op het werk verbiedt, onder de aandacht te brengen.
Formaat A2.

REF	MARCOM012	MARCOM011	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Vergeet uw PBM's niet!

De veiligheid van je medewerkers is van essentieel belang. Herinner hen er met deze affiche aan dat het dragen van hun PBM's noodzakelijk is. **Formaat A2.**

REF	MARCOM042	MARCOM041	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Draag uw veiligheidshelm

De veiligheid van je medewerkers is van essentieel belang. Herinner hen er met deze affiche aan dat het dragen van hun veiligheidshelm noodzakelijk is. **Formaat A2.**

REF	MARCOM048	MARCOM047	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Draag uw veiligheidsschoenen

De veiligheid van je medewerkers is van essentieel belang. Herinner hen er met deze affiche aan dat het dragen van hun veiligheidsschoenen noodzakelijk is. **Formaat A2.**

REF	MARCOM046	MARCOM045	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Draag uw veiligheidshandschoenen

De veiligheid van je medewerkers is van essentieel belang. Herinner hen er met deze affiche aan dat het dragen van hun veiligheidshandschoenen noodzakelijk is. **Formaat A2.**

REF	MARCOM052	MARCOM051	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Draag uw veiligheidsbril

De veiligheid van je medewerkers is van essentieel belang. Herinner hen er met deze affiche aan dat het dragen van hun veiligheidsbril noodzakelijk is. **Formaat A2.**

REF	MARCOM050	MARCOM049	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Draag uw gehoorbescherming

De veiligheid van je medewerkers is van essentieel belang. Herinner hen er met deze affiche aan dat het dragen van hun gehoorbescherming noodzakelijk is. **Formaat A2.**

REF	MARCOM044	MARCOM043	DIGITAAL
Taal	FR	NL	DE



Asbest: Persoonlijke beschermingsmiddelen

Een uitrusting met adequate beschermende kleding is essentieel om je veiligheid te garanderen bij het verwijderen van asbest met eenvoudige technieken. Deze brochure illustreert elke stap om te komen tot een adequate uitrusting, evenals de juiste acties om de uitrusting veilig opnieuw uit te trekken. **Formaat A6, 8 pagina's.**

REF	MARCOM070	MARCOM069
Taal	FR	NL



Werken voor een beeldscherm

Een hele dag voor een scherm werken heeft gevolgen voor je gezondheid, onder meer in de vorm van vermoeide ogen en spierpijn. In deze brochures tonen de ergonomen van **Cohezio** je de goede reflexen om gezond te blijven. **Formaat 195 x 195 mm, 8 pagina's.**

REF	MARCOM102	MARCOM103
Taal	FR	NL



Gids - Ergonomisch advies rond telewerken

Thuiswerk lijkt een vaste plek te zullen krijgen in onze arbeidsgewoonten op lange termijn. Het is dan ook belangrijk dat je medewerkers niet te maken krijgen met de fameuze lichamelijke klachten die verband houden met kantoorwerk. Vandaag maakt de ergonomie het mogelijk om die ongemakken te voorkomen en daarom hebben onze experts deze gids opgesteld speciaal voor je medewerkers, om hen te helpen om thuis de juiste reflexen aan te nemen: houding, werkruimte, oefeningen, enz. **Formaat A4.**

REF	DIGITAAL	DIGITAAL
Taal	FR	NL



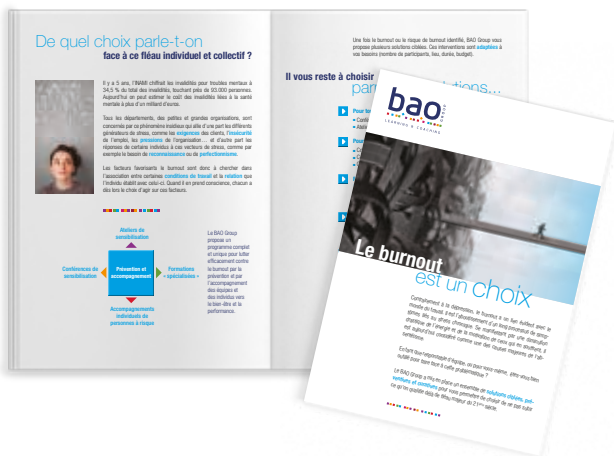
Leadership - Management



Manager coach

De **BAO Group** biedt je een specifiek programma voor de begeleiding van (toekomstige) team- of projectverantwoordelijken om het welzijn en de prestaties van je organisatie te verzekeren. **Formaat A5, 4 pagina's.**

REF	INF_BAO_FR_001	INF_BAO_NL_001
Taal	FR	NL



Burnout

De **BAO Group** voorziet een geheel van gerichte, preventieve en curatieve oplossingen waaruit je kan kiezen om niet te bezwijken aan de 'plaag van de 21ste eeuw'. **Formaat A5, 4 pagina's.**

REF	INF_BAO_FR_002	INF_BAO_NL_002
Taal	FR	NL





Algemeen

Type	Document	Formaat	REF. FR	REF. NL	REF. UK	Pag.
Catalogoog	Dienstencatalogoog 2020	A4 - 216 pagina's	MARCOM082	MARCOM083		4
Affiche	Contactgegevens EDPB	A2	MARCOM059	MARCOM060		4
Bureauonderlegger	Bureauonderlegger kalender 2020 - 2021	410 x 594 mm	MARCOM073	MARCOM073		4
Brochure	Cohezio	195 x 195 mm	MARCOM086	MARCOM087		5
Flyer	Wat kan Cohezio voor mij betekenen?	A5	DIGITAAL	DIGITAAL		5














Gezondheid

Type	Document	Formaat	REF. FR	REF. NL	REF. UK	Pag.
Sticker	Handen wassen	10 cm	MARCOM130	MARCOM129		6
Affiche	Was je handen	A4	MARCOM034	MARCOM033		6
Affiche	In 10 stappen naar een goede handhygiëne	A3	MARCOM148	MARCOM149		6
Affiche	Stoppen met roken (didactisch)	A2	MARCOM038	MARCOM037		7
Affiche	Cerebrovasculair accident (didactisch)	A2	MARCOM036	MARCOM035		7
Affiche	Alcohol op het werk (didactisch)	A2	MARCOM040	MARCOM039		7
Affiche	Je laten vaccineren, dat is jezelf beschermen tegen de griep!	A2	MARCOM132	MARCOM131		7
Affiche	Laat u inenten tegen de griep!	A3	DIGITAAL	DIGITAAL		8
Affiche	Griep	A2	MARCOM032	MARCOM031		8
Affiche	Oefeningen voor activering van de spieren	A2	MARCOM028	MARCOM027		8
Affiche	Oefeningen voor versterking van de spieren	A2	MARCOM030	MARCOM029		8
Affiche	Rekoefeningen - 1	A2	MARCOM024	MARCOM023		9
Affiche	Rekoefeningen - 2	A2	MARCOM026	MARCOM025		9
Affiche	Beter eten op het werk	A3	EXP012	EXP011		9
Brochure	Workshops: gezonde voeding	A5 - 8 pagina's	EXP001	EXP002		9
Brochure	Versterk jullie teamgeest - De culinaire uitdaging als team	A5 - 4 pagina's	EXP005	EXP006		10
Brochure	Bewegen, ook aan het bureau!	A5 - 4 pagina's	EXP007	EXP008		10
Brochure	Bewegen, ook onderweg!	A5 - 40 pagina's	EXP009	EXP010		10
Brochure	Bewegen, de hele dag door	195 x 195 mm	MARCOM124	MARCOM125	MARCOM126	10
Brochure	Een arbeidsarts, dat is ...	195 x 195 mm	MARCOM106	MARCOM107		11
Brochure	Medical check-up	A5 - 4 pagina's	EXP003	EXP004		11
Brochure	E.H.B.O. op het werk	195 x 195 mm	MARCOM094	MARCOM095		11
Brochure	Stoppen met roken en opnieuw gezond zijn	195 x 195 mm	MARCOM114	MARCOM115		11
Brochure	Griep of geen griep	195 x 195 mm	MARCOM099	MARCOM100		12
Brochure	Handleiding EHBO	A6 - 8 pagina's	MARCOM072	MARCOM071		12
Register	Interventieregister	A5	MARCOM075	MARCOM074		12



















Psychosociale aspecten

Type	Document	Formaat	REF. FR	REF. NL	REF. UK	Pag.
 Affiche	Nood aan psychosociale ondersteuning: bij wie kan ik terecht?	A3	DIGITAAL	DIGITAAL		14
 Affiche	Nood aan psychosociale ondersteuning: bij wie kan ik terecht?	A3	DIGITAAL	DIGITAAL		14
 Kalender	Muurkalender 2020	A4 - 16 pagina's	MARCOM078	MARCOM079		14
 Brochure	Gesprekshandleiding voor vertrouwenspersonen	195 x 195 mm	MARCOM112	MARCOM111		15
 Brochure	Confrontatie met een traumatische gebeurtenis	195 x 195 mm	MARCOM088	MARCOM089		15
 Brochure	Een probleem op het werk...	195 x 195 mm	MARCOM096	MARCOM097		15
 Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 1	A2	MARCOM014	MARCOM013		15
 Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 2	A2	MARCOM016	MARCOM015		16
 Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 3	A2	MARCOM018	MARCOM017		16
 Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 4	A2	MARCOM020	MARCOM019		16
 Affiche	Ik zeg neen ! Geweld, pesten of intimidatie op het werk - 5	A2	MARCOM022	MARCOM021		16





Veiligheid

Type	Document	Formaat	REF. FR	REF. NL	REF. DE	Pag.
 Affiche	xx dagen zonder ongeval	A3	MARCOM053	MARCOM054		17
 Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 1	A2	MARCOM002	MARCOM001		17
 Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 2	A2	MARCOM004	MARCOM003	DIGITAAL	17
 Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 3	A2	MARCOM006	MARCOM005	DIGITAAL	18
 Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 4	A2	MARCOM008	MARCOM007	DIGITAAL	18
 Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 5	A2	MARCOM010	MARCOM009	DIGITAAL	18
 Affiche	Ik zeg neen ! Alcohol of drugs op het werk - 6	A2	MARCOM012	MARCOM011	DIGITAAL	18
 Affiche	Vergeet uw PBM's niet!	A2	MARCOM042	MARCOM041	DIGITAAL	19
 Affiche	PBM - Draag uw veiligheidshelm	A2	MARCOM048	MARCOM047	DIGITAAL	19
 Affiche	PBM - Draag uw veiligheidsschoenen	A2	MARCOM046	MARCOM045	DIGITAAL	19
 Affiche	PBM - Draag uw veiligheidshandschoenen	A2	MARCOM052	MARCOM051	DIGITAAL	19
 Affiche	PBM - Draag uw veiligheidsbril	A2	MARCOM050	MARCOM049	DIGITAAL	20
 Affiche	PBM - Draag uw gehoorbescherming	A2	MARCOM044	MARCOM043	DIGITAAL	20
 Brochure	Asbest: Persoonlijke beschermingsmiddelen	A6 - 12 pagina's	MARCOM070	MARCOM069	DIGITAAL	20
 Brochure	Werken voor een beeldscherm	195 x 195 mm	MARCOM102	MARCOM103		20
 Brochure	Gids - Ergonomisch advies rond telewerken	A4	DIGITAAL	DIGITAAL		20



Leadership - Management

Type	Document	Formaat	REF. FR	REF. NL	Pag.
 Folder	Manager coach	A5 - 4 pagina's	INF_BAO_FR_001	INF_BAO_NL_001	21
 Folder	Burnout	A5 - 4 pagina's	INF_BAO_FR_002	INF_BAO_NL_002	21



**Externe Dienst voor Preventie
en Bescherming op het Werk**
Bischoffsheimlaan 1-8 • 1000 Brussel
T. +32 (0)2 533 74 11 • info@Cohezio.be
www.Cohezio.be