

## Active Medical Check doet meer

Naast adviseren over gezonde leefstijl bieden wij ook concrete, gezonde Actie-programma's aan, die werkelijk bijdragen aan het verbeteren van uw gezondheid. Dat kan zijn op het gebied van bewegen, maar ook op gebied van bijvoorbeeld voeding, chronische aandoeningen of overgewicht. Onze zusterorganisatie All Active kan u daar volledig over informeren.

Zie ook: [www.allactive.nl](http://www.allactive.nl)

AMC is onderdeel van Active Health Management.

Kijk voor meer informatie op [www.activehealthmanagement.nl](http://www.activehealthmanagement.nl)

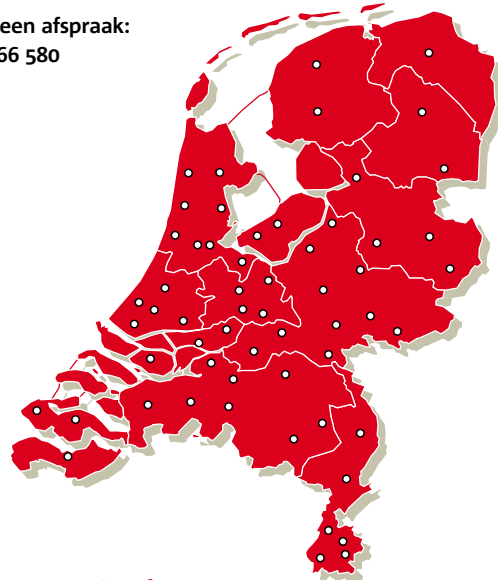


BEL VOOR EEN AFSpraak  
**010 - 28 66 580**

## Waar zitten wij?

Het hoofdkantoor van AMC is gevestigd te Rotterdam. Naast Rotterdam hebben wij meer dan 120 keuringslocaties verspreid over heel Nederland zodat er altijd één bij u in de buurt is.

Bel voor een afspraak:  
**(010) 28 66 580**



**Active**  **Medical Check**

## Wie zijn wij?

Active Medical Check (AMC) is een ISO-9001 gecertificeerd keuringsinstituut dat alle soorten keuringen verricht. Beroepskeuringen, aanstellingskeuringen, verzekeringskeuringen, persoonlijke keuringen en (Periodieke) Preventieve Medische Onderzoeken (PMO's).

U kunt op ons rekenen voor een snelle afspraak, een degelijke keuring volledig uitgevoerd door een arts, indien u dat wenst in de avonduren, op een locatie dicht bij u in de buurt en dat tegen een schappelijke prijs.



## Preventief Medische Onderzoek

Active Medical Check (AMC) is een ISO-9001 gecertificeerd keuringsinstituut dat alle soorten keuringen verricht.

**Active**  **Medical Check**

## Active Medical Check

Hoofdkantoor

Folkert Elsingastraat 38

3067 NW Rotterdam

Postbus 8234

3009 AE Rotterdam

T : 010 - 28 66 580

F : 010 - 28 66 050

E : [info@activemedicalcheck.nl](mailto:info@activemedicalcheck.nl)

I : [www.activemedicalcheck.nl](http://www.activemedicalcheck.nl)



# Periodiek PMO als onderdeel van uw gezondheidsmanagement

## Gezondheidsmanagement

**Hét toverwoord voor gezonde, tevreden en betrokken medewerkers. U wilt goed voor uw medewerkers zorgen, in het belang van uw hele organisatie. Een effectief gezondheidsmanagement resulteert in een lager verzuim en dus lagere kosten, maar ook uw aantrekkelijkheid als werkgever wordt vergroot!**

Een onderdeel van een goed gezondheidsmanagement-beleid is het (Periodiek) Preventief Medisch Onderzoek. U bepaalt hoe uw PMO wordt samengesteld, zo summier of uitgebreid als u wenst. Van een eenvoudige basis vragenlijst tot een complete dag onderzoek, waarbij verscheidene specialisten worden geraadpleegd en een MRI-scan wordt uitgevoerd. En niet alleen met Periodieke PMO's maar ook met de toevoeging PLUS. En juist hier komen het noodzakelijke, nuttige en leuke bij elkaar.

**Noodzakelijk:** Ook de wetgever is reeds overtuigd van de positieve aspecten van PMO's. Daarom bent u verplicht een dergelijke keuring periodiek aan al uw medewerkers aan te bieden. De inhoud kan wisselen en hangt af van uw wensen en onze adviezen.

**Nuttig:** Uw medewerkers worden medisch gekeurd en krijgen adviezen over leefstijl, arbeidsomstandigheden en eventueel medische verwijzingen. Dit alles verwoord in een uitgebreide en persoonlijke rapportage. U als werkgever krijgt (anonieme) groepsgewijze rapportages, met duidelijke conclusies en aanbevelingen, waar u iets aan heeft.

**Leuk:** Behalve het medisch keuren, kunnen wij uw medewerkers ook onze PLUS aanbieden. De PLUS heeft vooral betrekking op de extra toevoegingen, zoals het meten van conditie en fitheid. Uiteraard met een doelgericht en helder advies over hoe verder te gaan na de meting. Daarmee kunnen zowel uw medewerker als ook u (vanuit de groepsrapportage) duidelijke stappen nemen naar verbetering van gezondheid, zowel fysiek als ook op de werkvloer. De PLUS kunnen we los (dus zonder het PMO) na enige tijd opnieuw meten. Daarmee wordt het volgen van een gezondere leefstijl echt leuk!

## Waar kunt u uit kiezen?

**Binnen het PMO en de PLUS is er een oneindig scala aan mogelijkheden. Welke onderdelen deel moeten uitmaken van het PMO en eventueel de PLUS voor uw organisatie, hangt af van uw wensen en eventueel onze adviezen. Ook kunt u verschillende PMO's ontwerpen voor verschillende functies, leeftijds categorieën of managementniveaus.**

**PMO's:** Deze variëren van basis (alleen een vragenlijst) tot zeer uitgebreid (inclusief ECG, longfunctie, bloedonderzoek, visus, audiogram). De kosten hangen daar dan ook mee samen. Een basis PMO kan al beginnen bij € 20,= per medewerker, oplopend tot zo'n € 250,= maximaal.

**PLUS:** Bij dit onderdeel richten we ons echt op de samenhangende factoren van welzijn. U kunt bijvoorbeeld de mate van fitheid meten, conditie testen maar ook kracht, lenigheid en psychisch welzijn. Welke onderdelen van de PLUS voor u of uw medewerkers interessant zijn, bepaalt u zelf. Hierbij adviseren wij u uiteraard graag. De PLUS is los van een PMO uit te voeren. Dat geeft het voordeel dat u tegen geringe kosten, na enige tijd (bijvoorbeeld na 3 of 6 maanden) opnieuw kunt meten of de gegeven adviezen zijn opgevolgd en zinvol zijn geweest. Dat zou dan moeten blijken uit een betere score op individueel niveau en ook op groepsniveau.

**PMO PLUS:** Bij deze variant combineert u de voordelen van beide onderzoeken. In samenhang met het PMO kan zo een duidelijk onderdeel en samenhangend advies gegeven worden over uw medische gezondheid in relatie tot fitheid, conditie en psychische welzijn. Niet alleen krijgt uw medewerker adviezen op medisch gebied, ook op

gebied van voeding, leefstijl, arbeidsomstandigheden, bewegen en psychisch welzijn wordt uw medewerker geïnformeerd. U als werkgever krijgt de resultaten (anoniem), conclusies en aanbevelingen in een groepsrapportage verwoord.

**PMO Executive:** Dit is de meest uitgebreide variant. Niet alleen bestaat deze keuring uit de algemene medische onderdelen, ook volgt er een uitgebreid MRI onderzoek, een bezoek aan de internist, de cardioloog en eventueel een andere specialist die wellicht van toepassing is. We vragen daarom van te voren een medische vragenlijst in te vullen en aan ons te retourneren. Onze arts overlegt welke (extra)

specialisten eventueel ingeschakeld zouden moeten worden en met welke vraagstelling.

De eigenlijke keuring duurt een hele dag, want alle onderzoeken plannen we op één dag. Mondeling worden de beschikbare uitslagen aan het eind van de dag besproken. Enkele dagen later wordt de uitgebreide rapportage thuisgestuurd, waarin ook de nagekomen uitslagen zijn verwerkt.

Graag nemen we de rapportage, uitslagen, adviezen en verloop van de dag nog even mondeling door. We maken daarvoor een afspraak op een dag en tijdstip dat voor de gekeurde het beste uitkomt. De kosten van dit uitgebreide onderzoek variëren van € 2000,= tot € 3000,=.

