

openup

Mental health for all



=exact

Erasmus
ERASMUS
UNIVERSITEIT
ROTTERDAM

DECATHLON

asics

PIC
NIC

VANMOOF

RIT
UAL
S ...

pwc



Onboarding

1. Wat kun je verwachten?
2. Wat willen we weten?
3. Communicatieplan
4. Hoe we rapporteren

1. Wat kun je verwachten?



OpenUp betrekt de gehele organisatie bij mentale gezondheid

Ondersteunde talen:



✓ Bewustwording omtrent mentaal welzijn

We vergroten bewustwording rondom mentale gezondheid en normaliseren het onderwerp via frequente communicatie en tastbare voorbeelden uit het dagelijks leven.

40 – 80%
van werknemers

✓ Zelfstandig aan de slag

We bieden werknemers de middelen om zelfstandig aan alledaagse mentale uitdagingen te werken, via masterclasses, interviews, zelfhulp-programma's en blogartikelen.

20 – 50%
van werknemers

✓ Consults met een psycholoog

We bieden 1-op-1 gesprekken en mindfulness-oefeningen met een psycholoog via chat, telefoon of videobellen.

8 – 15%
van werknemers

Mentale gezondheid onder de aandacht bij leiders en werknemers

Als **leiders** niet bekend zijn met OpenUp, zullen ze niet actief doorverwijzen.



Maandelijkse communicatie is essentieel voor gebruik door **werknemers**.



We nemen de 3 grootste barrières om in gesprek te gaan weg...

- 1.** Medewerkers zijn bang dat de inhoud van een gesprek bij een leidinggevende of HR terecht komt.
- 2.** De perceptie dat het werken aan mentale gezondheid of contact met een psycholoog betekent dat er iets “mis” met je is.
- 3.** Het idee dat je alleen in gesprek kunt bij “zware” klachten.

The 5 promises of openup



Klantvriendelijk

Ieder contact met onze psychologen moet van toegevoegde waarde zijn en we begeleiden iemand naar meer zorg indien nodig.



Direct aan de slag

Mentale gezondheidsvraagstukken kunnen niet wachten. Daarom kan iedereen tijdens onze openingstijden binnen 5 minuten een antwoord verwachten, of een consult binnen 24 uur.



Privacy

Cliëntinformatie is veilig bij onze psychologen. We zijn ISO27001 en NEN 7510 gecertificeerd en zullen nooit informatie delen die terug te leiden is tot het individu.



De juiste match

Een goede match met één van onze psychologen is essentieel. Daarom kan iedereen, indien gewenst, altijd om een andere psycholoog vragen.



Voor iedereen

Werk draagt bij aan gezondheid. Daarom zijn we er voor iedere werknemer. Een kleine verandering of een grote uitdaging? Privé of werk-gerelateerd? We staan voor je klaar.

2. Wat willen we weten?



We maken een plan op maat

Op basis van de ingevulde vragenlijst kijken we naar:

✓ Organisatie

- **Huidige diensten**

Welke diensten op het gebied van (mentale) gezondheid biedt de organisatie al aan?

- **Organisatiecultuur**

Wat zijn kenmerken van de organisatiecultuur?

✓ Communicatie

- **Communicatiekanalen**

Via welke kanalen worden medewerkers het meest effectief bereikt?

- **Doelgroepen**

Zijn er groepen werknemers die een andere benadering nodig hebben?

✓ Succes

- **Doel**

Wat is het doel van de inzet van OpenUp binnen de organisatie?

- **Meten**

Hoe meten we succes?

Hoe meten we succes?

Directe key performance indicators

Deze KPI's zijn direct te meten vanuit de dienstverlening van OpenUp.



Aantal consults



Klanttevredenheid met
consults



Betrokkenheid van
werknemers

Indirecte key performance indicators

Deze KPI's kunnen enkel over een langere periode worden gemeten en zijn afhankelijk van meer factoren dan alleen de diensten van OpenUp.



Afname van langdurig
verzuim



Verhoogde
productiviteit



Tevredenheid van
werknemers

3. Communicatieplan



Hoe breng je OpenUp onder de aandacht?

1. Zorg voor een goede introductie

- Introduceer OpenUp met als doel het **wegnemen van barrières**: uitleg privacy, hoe het werkt en voorbeelden van hulpvragen.
- **Ondersteuning vanuit bedrijfsleiding:**
Communiqueer over het belang van mentale gezondheid: LinkedIn post, of bericht vanuit management.

2. Normaliseren van mentale gezondheid

- Met onze **check-in** maken werknemers hun mentale gezondheid inzichtelijk.
- We delen **interviews** waarin anderen vertellen over mentale gezondheid.
- We organiseren **masterclasses** over relevante onderwerpen

3. Blijf communiceren

- We leveren maandelijks **content** die intern gedeeld kan worden om bewustzijn rondom mentale gezondheid te vergroten en te behouden.
- We monitoren de **thema's** die aan bod komen in consults met onze psychologen en maken hier content bij.

Onboarding tijdslijn

Week 3

- Check-in

Week 7

- Meest bekeken masterclasses



Lancering

- Video-introductie
- Berichten op mail, intranet, Slack, etc.
- LinkedIn bericht

Week 5

- Voorbeelden "De OpenUp van..."
- Voorbeelden van hulpvragen

Week 9

- Eventuele case study
- Maandelijkse communicatie

LinkedIn post

Ook vaak gebruikt voor employer branding

The Student Hotel



The Student Hotel

22.595 volgers

1 mnd • Bewerkt •

+ Volgen ...

We are launching an online service, which provides access to certified mental health professionals and other resources. It's a move that adds to the long-standing care and well-being we as TSH provide to our resident community and staff.

The **OpenUp** app will be available at no cost and unlimited access within the TSH community at all of its 15 European locations.

[#tshlife](#) [#openup](#) [#mentalwellbeing](#) [#mentalhealthawarenessweek](#)

[Vertaling weergeven](#)



Hunkemöller



Philip Mountford • 2de

CEO Hunkemöller B.V.

2 mnd •

- Open Up & Hunkemöller | Mental Support for all -

At Hunkemöller we care deeply about the Health, Safety and Mental well-being of our employees. Last year was tough and we all had our own challenges.

The transition to working with restrictions and changed conditions in our stores and DC has brought challenges, as did working from home. A lot of us experienced a lack of social interactions and a blurred line between work and home life and its balance. Our mental well-being has a huge impact on the way we think, feel and behave. It affects how we act, how we relate to one another and how we make decisions.

We are now doing a pilot in Holland for our Dutch Hunkemöller employees who have direct access to any mental health support they may require. We are proud to announce a new collaboration as of today with Open Up!



LinkedIn post

Ook vaak gebruikt voor employer branding

BeFrank
2,657 followers
2h • Edited •

Bij BeFrank stimuleren we deelnemers met ons BeFit-platform om fysiek en financieel fit te worden én te blijven. Dit willen we natuurlijk ook voor onze medewerkers. Naast samen sporten, fruit op het werk, vitaliteitsworkshop, challenges en tal van andere activiteiten met de BeFrankers, vinden we mentaliteit net zo belangrijk. In de week van de werkstress staan we hier graag bij stil.

BeFrank heeft een cultuur waarin we naar elkaar omkijken, waar alles bespreekbaar is en waar mensen zichzelf kunnen zijn. Ook als het even wat minder gaat of als je ergens mee zit, in werk of privé. Om naast hulp op fysiek vlak mentaliteit vlak BeFrankers te ondersteunen zijn we dit jaar een samenwerking aangegaan met **OpenUp**. OpenUp is een e-health platform dat medewerkers een toegankelijke manier direct toegang geeft tot webinars, zelfhulpprogramma's, gezondheidschecks, professionele psychologen en meer. Je kunt er terecht voor ondersteuning zoals relatieproblemen, slecht slapen, piekeren, zenuwen voor presentatie, het kan van alles zijn. Want ook als je privé ergens mee zit kan een verslag hebben op je werkgelegenheid.

Sebastiaan van den Dries, directeur BeFrank: "BeFrankers zijn gedreven mensen die graag de schouders eronder zetten. Dat is natuurlijk fijn, maar we vinden gezondheid van onze mensen ook erg belangrijk en we zijn zuinig op ze. Het betekent ook dat mensen soms even gas terug moeten nemen of hun hart moeten kunnen luchten. OpenUp biedt nuttige informatie en tooling. Daar kunnen medewerkers op een laagdrempelige manier contact opnemen. Ze kunnen hier anoniem hun verhaal kwijt en indien nodig hulp krijgen."

#BeFrank #BeFit #OpenUp #Weekvandewerkstress #Burnout #stress #mentalegezondheid #mentalhealth #mentalsupport #gezondheid

See translation

BE FRANK

&
openup
Mental health for all



22m •

The health and wellbeing of our employees is really important to us. This is why FeedbackFruits has partnered with OpenUp.

We are really excited for our team who now have unlimited, confidential and easy access to a team of passionate psychologists who will support us:
to maintain good mental health
to thrive at work
and ultimately, to reach our full potential
We look forward to this exciting adventure together. Thanks OpenUp

#mentalhealth #wellbeing #people

openup

FeedbackFruits

Like Comment Share Send

Alide-Marie Hovenkamp • 2nd
Hiring unicorns @ BUX
1mo • Edited •

+ Follow

2021 was again a rough year for everyone - physically, emotionally, and psychologically. The pressure of working from home for more than 1.5 years and now slowly transition to going back to the office. It's easy to lose your balance!

I'm happy to share that **BUX** has partnered with **OpenUp** to provide our employees with anonymous and unlimited access to mental well-being support that people may need to deal with everyday challenges in both their personal and professional life.

To me personally, this is a very important matter. I'm proud to work for a company that supports mental health for its employees!

#mentalhealth #people #work #happinesstwork

Let's openup **BUX**

Désirée Smael • 2nd
HR Director | Kennedy Van der Laan
8m •

...

Bij **Kennedy Van der Laan** vinden we het belangrijk dat onze medewerkers goed in hun vel zitten. Als dat niet het geval is, kijken we of er hulp nodig is. Ons mentaal welzijn is essentieel voor hoe we denken, voelen en handelen. Het beïnvloedt hoe we met stress omgaan, hoe we ons tot anderen verhouden en hoe we beslissingen nemen. Om te zorgen dat onze collega's de juiste ondersteuning krijgen, wanneer ze dat nodig hebben, zijn we een samenwerking aangegaan met **OpenUp**. OpenUp is gespecialiseerd in laagdrempelige hulp en toegankelijke persoonlijke begeleiding voor werknemers. Wij kijken uit naar deze samenwerking!

#HR #Advocaat

See translation

Wij zorgen voor het mentale welzijn van onze medewerkers.

Kennedy Van der Laan



Body&Fit
6,650volgers
2 mind •

+ Volgen

Body&Fit we are all about a fit and healthy lifestyle.

Yesterday, we take a moment to celebrate our 1 year anniversary in our collaboration with **OpenUp**. As an employer, we want to support our people wherever possible - both physically and mentally.

OpenUp we offer our employees confidential and easy access to professional support via chat, phone or video consultations whenever they need it. We're very proud to be able to offer this to all of our employees from day 1 in our new office.

mentalhealthawareness #wellbeingatwork #FindABetterWay

weergeven

BODY&FIT x **openup**

de Veen • 2nd
Business Partner bij CBRE Nederland

...

Mentale gezondheid op de werkvloer is niet vanzelfsprekend. Terwijl het juist zo'n belangrijk onderwerp is om te maken.

an energieverlies, overspannen zijn, burn-out of meer voor veel mensen lastig. En lukt het je wel om dit op te vangen, dan weet de andere kant van de tafel vaak niet. Daarom is het zo ontzettend belangrijk om mensen te begeleiden.

soort initiatieven om mentale gezondheid toegankelijk te maken aan! Om deze reden extra trots op de samenwerking met **OpenUp**.

#mentalegezondheid #mentalhealthatwork

openup **CBRE**

The Student Hotel
22,595volgers
1 mind • Bewerkt •

+ Volgen

We are launching an online service, which provides access to certified mental health professionals and other resources. It's a move that adds to the long-standing care and well-being we as TSH provide to our resident community and staff.

The **OpenUp** app will be available at no cost and unlimited access within the TSH community at all of its 15 European locations.

#tshlife #openup #mentalwellbeing #mentalhealthawarenessweek

Vertaling weergeven



Office App - by HqO
2,585volgers
2 mind •

+ Volgen

"Even though I feel I'm in a safe environment at Office App to talk about how I feel and about my concerns, it's great to have the possibility to talk to a psychologist and get professional support from the OpenUp team," says **Jill Slijkhuis**, HR and Recruitment Manager at Office App.

We're striving to create a company and culture that promotes positive wellbeing. One of the ways we're trying to do that is by partnering with **OpenUp**! You can read all about the partnership via **Work in Mind** below:

<https://lnkd.in/d.j39Mu9>

#wellbeing #mentalhealth #companyculture

Vertaling weergeven



Philip Mountford • 2de
CEO Hunkemöller B.V.
2 mind •

Ask to work with

- Open Up & Hunkemöller | Mental Support for all -

At Hunkemöller we care deeply about the Health, Safety and Mental well-being of our employees. Last year was tough and we all had our own challenges.

The transition to working with restrictions and changed conditions in our stores and DC has brought challenges, as did working from home. A lot of us experienced a lack of social interactions and a blurred line between work and home life and its balance. Our mental well-being has a huge impact on the way we think, feel and behave. It affects how we act, how we relate to one another and how we make decisions.

We are now doing a pilot in Holland for our Dutch Hunkemöller employees who have direct access to any mental health support they may require. We are proud to announce a new collaboration as of today with Open Up!

51

De openup van...

In de rubriek “De OpenUp van...” vertellen inspirerende personen openhartig over hun levens. Onderwerpen als zingeving, bewustwording en twijfels komen aan bod. En hoe spelen mentale gezondheid en psychologie een rol in hun leven?



Michiel Muller

Founder Picnic

<https://www.openup.care/post/de-openup-van-michiel-muller>



Chris Byrne

Head of e-comm Bestseller

<https://www.youtube.com/watch?v=NUNDZxIOo24&list=PLlIdecs20g4SWh64O8f1q8lhIL--hWzyM&index=4>

openup

Masterclass



De onderwerpen van
[masterclasses](#) sluiten aan bij
onze 8 thema's van mentale
gezondheid



Check-in

Met onze check-in krijgen medewerkers inzicht in hun huidige mentale gezondheid.

openup

☰

[↑ Back](#)

I feel happy and relaxed*

Rarely

Sometimes

Often

Very often

11 of 77 answered

openup

☰

[↑ Back](#)

I feel full of energy*

Rarely

Sometimes

Often

Very often

69 of 77 answered

Nieuwsbrief

Maandelijks communicatie met updates over nieuwe masterclasses, blogs, interviews, onderzoeken en video's.



4. Hoe we rapporteren



Maandelijkse inzichten

OpenUp Report: October 2021

openup

Monthly report of OpenUp usage

Summary of user information last 12 months			Growth vs. last month	Projected yearly usage* %	Benchmark usage %**
Number of employees	800				
Number of employees using consultation(s) at OpenUp	53 ↑		7	20%	12%
Number of employees with a myOpenUp account (performed a health check-in)	61 ↑		4	23%	20%
Number of employees that attend the OpenUp webinars	0		0	0%	20%
Average number of consults per user	2.4 ↑		0.2		
Number of consultations	127 ↑		28		
Psychological consultations	115		21		
Mindfulness consultations	12		7		

last 4 quarters	Q1 2021	Q2 2021	Q3 2021	Q4 2021
Number of new employees using consultation(s) at OpenUp	0	1	45	7
Number of consultations	0	1	98	28
% employees using consultation(s) at OpenUp (on an annual basis *)	0%	1%	23%	4%

* The % of employees with consultations at OpenUp on an annual basis, is shown by extrapolating the current usage as if OpenUp was offered by the employer for a whole year, in the first months this % can fluctuate strongly

** Average usage of OpenUp customers with > 50 employees

*** Count of employees that have subscribed to the live broadcast of the webinar. On demand views are not included

**** Due to privacy, this information is only shown if there are more than 10 users in the specified period

Themes discussed in 1-on-1 conversations (of the organization) **		
Theme	Last 3 months	Last 12 months
% stress and anxiety	41%	42%
% workperformance	8%	8%
% self confidence	16%	15%
% relationships	10%	11%
% sleep	2%	2%
% finding purpose	12%	11%
% lifestyle	6%	6%
% mindfulness	6%	6%
% other	0%	0%

Top 3 themes for all organizations using OpenUp			
Last 3 months		Last 12 months	
Stress and anxiety	36%	Stress and anxiety	30%
Relationships	15%	Work performance	19%
Self-confidence	14%	Self-confidence	17%

5. Volgende stappen

✓ Lanceringsdatum

✓ Welkomstpakket

✓ Volgende check-in



Let's openup