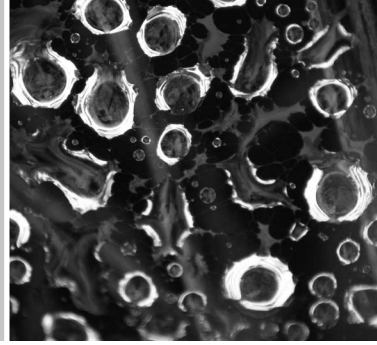


# Stellingen

Behorende bij het proefschrift

## The Role of Work Ability and Health on Sustaining Employability



1. Een verminderde gezondheid verhoogt de kans op het vroegtijdig beëindigen van betaald werk onder Europese werknemers ouder dan 50 jaar (*dit proefschrift*).
2. Uit focusgroepen onder oudere werknemers blijkt dat een goede gezondheid de basisvoorwaarde is om werkend het pensioen te behalen. Daarna gaan fysieke taakeisen, coachend leiderschap en flexibele werk- en rusttijden een rol spelen (*dit proefschrift*).
3. Werkvermogen is een multifactorieel probleem met individuele, leefstijl en werkgerelateerde factoren als belangrijke determinanten (*dit proefschrift*).
4. Onder hoog opgeleid kantoorpersoneel is de invloed van slechte psychosociale arbeidsomstandigheden op het werkvermogen nadeliger dan een ongezonde leefstijl (*dit proefschrift*).
5. Productiviteitsverlies tijdens het werk door een verminderd werkvermogen kan worden beperkt door het verhogen van de regelmogelijkheden in het werk van de werknemer (*dit proefschrift*).
6. De associatie tussen ervaren ongelijke behandeling op de werkvloer en slaapproblemen toont aan dat sommige werknemers letterlijk wakker liggen van het werk (Elovainio et al. 2009 Psychosom Med, 2009; 334-40).
7. Mannen met een passieve baan, gekenmerkt door lage taakeisen en weinig regelmogelijkheden, zijn ook passief in het uitoefenen van sport in de vrije tijd (Gimeno et al. Occup Environ Med, 2009; 772-76).
8. Wie een groot risico denkt te hebben om te gaan scheiden, let op de lijn (vrij naar Lundbort et al. J Biosoc Sci, 2007; 531-44).
9. Een verbeterde uitvoering van motorische en cognitieve taken bij het spelen met een geluksbal, de wetenschap dat er iemand voor je duimt of het dragen van een geluksbedeltje, toont aan dat bijgeloof wel degelijk invloed heeft op de prestatie (Damisch et al. Psychol Sci, 2010; epub May 28).
10. De gerapporteerde positieve gezondheidseffecten van sportbeoefening en goede sociale contacten tonen dat beoefenaars van teamsporten dubbel gezond bezig zijn (vrij naar Holt-Lunstad et al. PLoS Medicine, 2010; epub July 27).
11. Als je de beperkingen kent, kun je daarbinnen onbeperkt te werk gaan (Jules Deelder)