STATE-OF-THE-ART (SOTA)

**Who: Define a target population that is faced with the problem. Who is involved?**

Direct: Mensen die elke dag werken aan een bureau en last krijgen van stress en werkdruk  
Indirect: Collega’s, familie thuis, vrienden.

* Zijn er nog mensen die hierdoor worden beïnvloed?

**What: What is the problem? Search for the root & assess the impact**

Niet genoeg gezonde pauzes, veel werkdruk, geen ideale werkhouding. Hierbij gepaard een groot aantal stress. Hierdoor gaat werk mee naar huis en is er niet genoeg plaats, ruimte en tijd om te ventileren.

* In welke mate is dit een probleem?

**Where: Discover the physical context of the problem**

Op de werkvloer in sectoren waar veel aan een bureau wordt gewerkt, gepaard met een groot aantal uren werken achter een computer

* Wordt de thuissituatie hierdoor beïnvloed?
* Is de context te groot?

**When: When does the problem occur?**

Elke dag van de werkweek, maar ook in het weekend en na de werkdagen. Wanneer men bureauwerk heeft.

**Why: Why is this a problem?**

De opgekropte stress en werkdruk kan resulteren in een burnout of een slechte werkervaring.

**How many: Quantify the problem.**

112.000 (in 2020), 10% stijging per jaar: 164.000 in 2024

**Trends**

Aantal stijgt hard:

31 december 2016: 80.252

31 december 2020: 112.000 Belgen al meer dan een jaar arbeidsongeschikt door een burn-out of depressie.

* Elk jaar met zowat 10 procent toename
* burn-outs: 33% van de stijging

**Current solutions**

Algemene koffiepauze, pauzeruimte op kantoor, aanvoelen wanneer de focus mindert, zeggen als de druk even te groot wordt, afleiding door hobby’s achter werk, staan bureaus, digitale agenda’s, apps met tijdsinstellingen

* Zijn er al slimme producten?

**Constraints / boundary conditions**

Minstens 7uur per dag achter bureau, job moet gepaard gaan met deadlines en andere stressfactoren. Minstens 10 werknemers.