

Preventief programma

Voor situaties waarin vroegtijdige ondersteuning nodig is om uitval en ziekteverzuim te voorkomen.

Doel

We grijpen vroegtijdig in bij signalen van overbelasting en versterken binnen zes weken de fysieke, mentale en sociale belastbaarheid.

Voor wie

Voor medewerkers met signalen van overbelasting, een verhoogd risico op uitval of dreigend ziekteverzuim.

Wat je krijgt

Intake

Het traject start met een intake door de vitaliteit- & re-integratiecoach (VRC).

Deze bestaat uit:

- gesprek en onderzoek
- afname van vragenlijsten
- verslaglegging en advies voor het passende programma

De intake brengt belastbaarheid, hulpvraag en preventieve behoefte snel in beeld.

Inhoud van het programma (6 weken)

Een doelgericht traject met aandacht voor fysieke, mentale en sociale belastbaarheid. De medewerker werkt aan thema's zoals energie, slaap, leefstijl, stressregulatie, bewegen en het maken van bewuste keuzes.

Inzet professionals:

- VRC: 6 sessies
- Psycholoog: 1 sessie
- Lifecounselor: 1 sessie

De inhoud wordt afgestemd op de actuele belastbaarheid. Bij Lifecounseling kunnen waar passend groepssessies worden ingezet.

Wat het oplevert

- versterking van fysieke, mentale en sociale belastbaarheid
- verbetering van energie, slaap, leefstijl en stressregulatie
- meer regie, bewustere keuzes en beter functioneren
- voorkomen van uitval en stabilisatie van belastbaarheid
- duidelijkheid en richting voor vervolgstappen in werk en herstel

Waarom Kannick?

- multidisciplinair team ervaren in bedrijfs- en eerstelijnszorg
- integrale aanpak: fysiek, mentaal, sociaal en zingeving
- voorspelbare werkwijze met duidelijke terugkoppeling
- focus op realistische stappen en inzetbaarheid
- onderdeel Colbe: brede expertise en landelijke dekking

