

PREVENTIE

Arbeid en Vitaliteit

Duurzame inzetbaarheid van medewerkers is een belangrijk thema. Werknemers moeten langer werken en concurreren met werknemers uit andere landen waar de loonkosten lager zijn. Veel werknemers klagen over psychische problemen, waarbij overbelasting op het werk een grote rol speelt. Werkgevers beseffen steeds beter dat gezonde, gemotiveerde en gewaardeerde medewerkers een belangrijke factor zijn voor het succes van een bedrijf. Daarom treffen steeds meer bedrijven maatregelen om medewerkers langer en vitaal aan het werk te houden. *Hoe zorg je ervoor dat je medewerkers goed, gemotiveerd en gezond aan de slag blijven?*

Ook de overheid geeft steeds meer aandacht aan de preventie van psychosociale arbeidsbelasting (PSA). Hieronder vallen alle factoren die stress bij het werk kunnen veroorzaken, zoals agressie en geweld, seksuele intimidatie, pesten en werkdruk. Context kan een rol spelen bij het bevorderen van gezondheid en vitaliteit van medewerkers met op maat gemaakte interventies. Dit kunnen interventies zijn voor leidinggevenden en stafmedewerkers die betrokken zijn bij welzijn en gezondheid van hun medewerkers en een gezond werkklimaat willen creëren. Het kunnen ook interventies zijn voor de medewerkers zelf om gezond en met plezier aan het werk te blijven.

Werk is een belangrijke tijdsbesteding en levert een grote bijdrage aan het welbevinden van mensen. Als ze (nog) geen betaalde baan hebben, kunnen trainingen helpen om belemmeringen te overwinnen om werk te vinden. Mensen voor wie een betaalde baan wellicht niet haalbaar is, maar die via vrijwilligerswerk wel kunnen participeren in de samenleving, krijgen hiervoor ondersteuning. Indigo preventie (uitgevoerd door Indigo Context) heeft uitgebreide ervaring in het bieden van een integrale aanpak voor mensen met een uitkering of in de bijstand. Indigo werkt hierbij actief samen met gemeentes.

Interventies Arbeid en Vitaliteit

De activiteiten binnen het thema 'Arbeid en Vitaliteit' zijn:

Werknemers

- Groepstraining Gek van je werk
- Groepstraining Assertiviteit
- Groepstraining Lange leve de stress (vrouwen)
- Groepstraining Mindfulness
- Groepstraining Positief leven
- Groepstraining Omgaan met agressie op de werkvloer
- Individueel advies
- Gezondheidscheck?

Leidinggevend en stafmedewerkers

- Consultatie
- Scholing/Deskundigheidbevordering: Wat is werkstress en hoe kan ik samen met mijn medewerkers zorgen voor een gezond werkklimaat?
- Scholing/ Deskundigheidbevordering: Omgaan met agressie op de werkvloer

Werkpleinen/gemeente

- Groepstraining Gezond aan de slag (combinatie beweging, voeding en mentale weerbaarheid)
- Groepstraining Werknemersvaardigheden- ontdek je kwaliteiten
- E-module: Terug naar werk
- Consultatie
- Psychologisch consult

WILT U MEER WETEN?

Neem contact met ons op, wij denken graag en vrijblijvend met u mee.

Ga naar www.indigowest.nl voor meer informatie of neem contact op met een onze Informatieservice via 088-357 17 77 voor een persoonlijk gesprek.