

## GEZONDHEIDSMANAGEMENT

Gezondheidsmanagement bevordert de gezondheid op het werk en voorkomt en bestrijdt arbeidsgerelateerde gezondheidsklachten.

### NIEUW! E-Learning Gezond Beeldschermwerk

Een e-learning programma waarmee medewerkers zelf leren hoe zij hun werkplek op een verantwoorde manier kunnen gebruiken en wat een gezonde werkhouding is.

### Basisworkshop 'Energiek aan het werk'

Deze twee uur durende workshop geeft medewerkers inzicht in welke factoren energie geven.

### 'ZIN'

Een tweedaags programma over bezieling en zingeving. We gaan in op vragen als 'Wat geeft mij arbeidsvreugde?' en 'Hoe maak ik dat wat ik doe zinvol voor mijzelf en voor de organisatie waarvoor ik werk?'.

### 'Van Stress naar Flow'

Hoe houd je je aandacht bij wat je op dat moment moet of wilt doen? Als je die kunst verstaat, bereik je flow in je werk.

### Training 'Voeding en Beweging'

In deze training leren deelnemers wat een gezonde leefstijl is en hoe hun dagelijks leven daarnaar in te richten.

### Bedrijfsfitness

Incompany verzorgen wij voor medewerkers verschillende vormen van fitness, looptrainingen en trainingen nordic walking.

### Training 'Beheersing verzuim'

Voor leidinggevendenden verzorgen wij de training 'Beheersing verzuim'. Het doel is dat leidinggevendenden in staat zijn een optimaal verzuimbeleid te ontwerpen en uit te voeren, zodat het bedrijfsrendement wordt verhoogd.

### 'Gezond werken'

Trainingen die verder gaan dan alleen werkplekinrichting. Enkele voorbeelden: Tiltrainingen, RSI/CANS preventietrainingen

## ARBOCURATIE

Arbocuratie bestaat uit interventies bij acute klachten van het houdings- en bewegings-apparaat. Interventies worden snel ingezet en zijn kortdurend. Deze zijn erop gericht verzuim zoveel mogelijk te voorkomen en te beperken.

### Herstel Begeleiding Fysiek (HBF)

We inventariseren het fysieke gezondheidsprobleem en desgewenst begeleiden en adviseren we de medewerker naar gezond werkgedrag.

Fysieke scan €185,00

Instructies à € 79,50

### Werkplek Instructie Module (WIM)

Bedrijfstherapeutische interventie op de werkplek. We inventariseren de werkbelasting en de belastbaarheid en verzorgen desgewenst aanvullend maximaal drie trainingen met de medewerker op de werkplek.

Basis € 420,50

Vervolg à € 218,00

### Bedrijfsfysiotherapie

Door in uw bedrijf een (bedrijfs)fysiotherapeutische praktijk op te zetten, verlagen we de drempel bij medewerkers om beginnende gezondheidsklachten snel aan te kaarten. We kunnen dan ook snel ingrijpen, zodat de medewerker snel hersteld is.

Prijs: op aanvraag

### Persoonlijk Energie Plan (PEP)

Kortdurend individueel coachingstraject naar een optimale energiebalans voor de werknemer met een (dreigende) verminderde inzetbaarheid. Ze krijgen inzicht waar energieverlies optreedt en hoe ze dit zelf kunnen herstellen.

Basis € 395,00 incl. Hartritme Variatie Registratie

Vervolg à € 247,50

### BedrijfsZorgPakket zorgverzekeraars

Wij verzorgen BedrijfsZorgPakketten die zorgverzekeraars aanbieden aan grote bedrijven en MKB.

op aanvraag

## ARBEIDSREINTERGRATIE

Reïntegratie bestaat uit een uitgebreide intake en trainingsinterventies bij chronische en recidiverende klachten van het houdings- en bewegingsapparaat. De duur varieert van 6 tot 13 weken.

### Intake

Inventarisatie van de fysieke en mentale belastbaarheid in relatie tot de werkbelasting.

€ 390,00

### Kort Trainingsprogramma (TP6)

Geprotocolleerd fysiek trainingsprogramma met doorlooptijd van 6 weken voor het vergroten van fysieke belastbaarheid. Het programma bestaat uit trainingen in een trainingscentrum.

€ 765,00

### Uitgebreid Trainingsprogramma (TPI3)

Geprotocolleerd fysiek trainingsprogramma met gedragsmatige aanpak. Het programma bestaat uit trainingen in een trainingscentrum. Aangevuld met 2 of 6 individuele trainingen. (incl. evaluatierapportage).

€ 1.650,00

€ 1.825,00

### Reïntegratie Trainingsprogramma (RTP)

TPI3 aangevuld met een werkplekinventarisatie, 1 training op de werkplek en een evaluatieafspraken.

€ 2.700,50

Een module 'psychologische coaching' of 'diëtistische begeleiding' voegen we toe als uit de intake blijkt dat dit nodig is voor duurzame reïntegratie.

op aanvraag