

Aliantis



De Werkwandeling & het Vitaal Garantplan

Oplossingen voor overbelaste medewerkers

Het Vitaal Garantplan

Detectie en training van overbelaste medewerkers

Stress is de belangrijkste oorzaak van verzuim. Volgens TNO wordt 42% van het werkgerelateerde verzuim veroorzaakt door stress.

10% van de medewerkers overbelast. Zij staan op het punt om (langdurig) te gaan verzuimen. Deze medewerkers functioneren niet goed. De kosten van dit presenteïsme zijn minstens zo hoog als dat van verzuim. Hierdoor lopen de kosten van 1 medewerker met een burn-out op tot € 140.000,-. Met het Vitaal Garantplan van Aliantis voorkomt u deze kosten.

Het Vitaal Garantplan is de slimme preventietool van Aliantis. Wij sporen met een gevalideerde test uw overbelaste medewerkers op. Deze medewerkers volgen onze individuele training De werkwandeling. Binnen 1 maand scoort ruim 80% van de deelnemers weer binnen de gezonde norm. Bij hen is het presenteïsme gestopt en het risico om langdurig te gaan verzuimen afgewend.

Het preventieve effect van onze dienstverlening is duurzaam. Na 6 maanden hebben de deelnemers nog altijd minder last van stress.

Aliantis betreft alle medewerkers bij het Vitaal Garantplan. Ook de medewerkers die binnen de gezonde norm scoren ontvangen hun testuitslag. Zij worden met advies, voorlichting en een e-learnprogramma gestimuleerd om hun mentale fitheid verbeteren.

Stress is een normaal verschijnsel. Wie daar op een gezonde manier mee om gaat, blijft vitaal. Ook in drukke omstandigheden.

Doelgerichte preventie is lonend

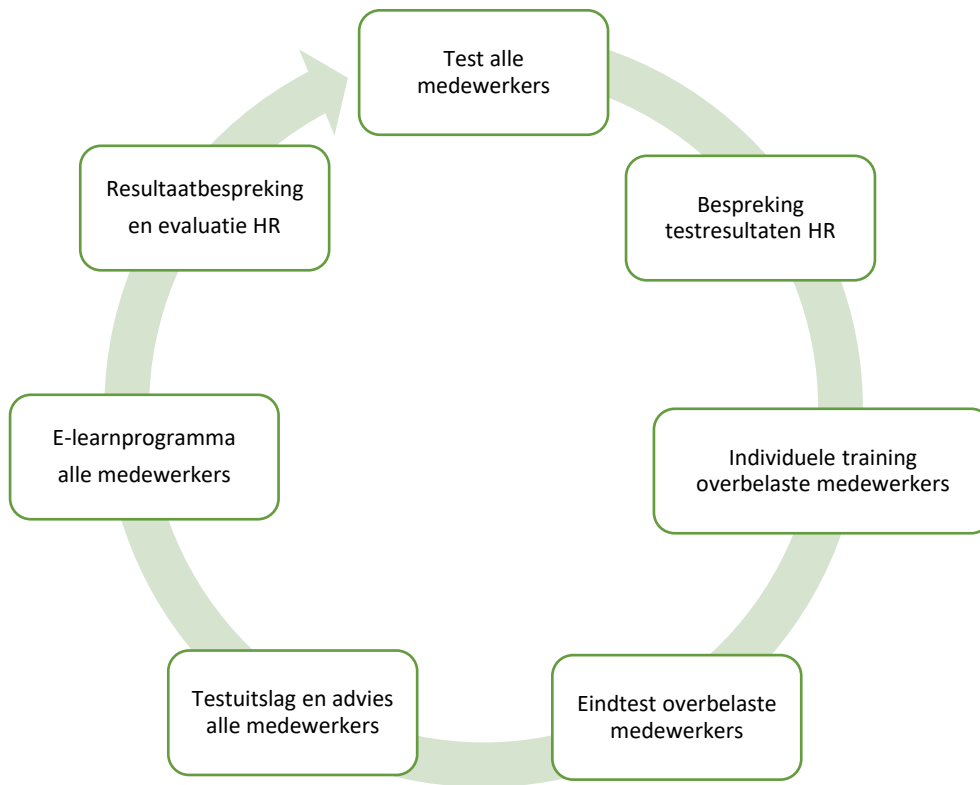
Aliantis zoomt in op de hoog-risicogroep "overbelaste medewerkers". Onze dienstverlening vermindert doelgericht en effectief de extreem hoge kosten van verzuim en presenteïsme. Dit levert al na 1 maand uitzonderlijk hoge kostenbesparingen op. Het rendement op uw investering loopt op tot 3500%!

Met het Vitaal Garantplan vitaliseert u in korte tijd de overbelaste medewerkers. Moeiteloos, want zij ervaren onze dienstverlening als een cadeautje.

Klanttevredenheid: 9



Het Vitaal Garantplan In 7 stappen vitale medewerkers



Alle pluspunten op een rij:

- ✓ Voorkomen van overbelasting door stress, verzuimrisico nummer 1.
- ✓ Snel, eenvoudig en effectief vitaliteitsprogramma.
- ✓ Betreft alle medewerkers bij het thema mentale fitheid.
- ✓ Individuele begeleiding voor medewerkers die dit nodig hebben.
- ✓ Na 1 maand resultaat.
- ✓ Duurzaam preventief effect.
- ✓ Tot wel 3500% rendement op uw investering.
- ✓ Landelijke dienstverlening.

Start vandaag nog een pilot

Ook in uw organisatie werken overbelaste medewerkers. Voorkomen is goedkoper dan genezen. Met een kleine afdeling kunt u al met het Vitaal Garantplan aan de slag. Start vandaag nog een pilot.

Aliantis



De Werkwandeling

De stressreductietraining van Aliantis

De Werkwandeling

Snel herstellen van stress.

De Werkwandeling is ontwikkeld door Aliantis. Deze individuele training is gemaakt om snel en duurzaam te herstellen van mentale overbelasting. De Werkwandeling bestaat uit onderdelen waarvan wetenschappelijk is vastgesteld dat het effectief bijdraagt in het herstel van stress- en burn-outklachten.

De Werkwandeling bevat 8 sessies individuele wandelcoaching en een zelfhulpprogramma. We werken op basis van mindfulness. De deelnemers krijgen zicht op hun stressfactoren en hoe zij deze het best kunnen hanteren of oplossen. Zij leren wat stress is en wat zij zelf kunnen doen om er snel van te herstellen. De Werkwandeling betreft het werk en de leefstijl bij de training.

De Werkwandeling is effectief: de meeste deelnemers scoren na 1 maand weer binnen de gezonde norm. De preventieve werking is duurzaam. Na 6 maanden hebben de deelnemers nog altijd minder last van stress.

“Fantastische methode! Ik heb meer rust en benader mijn emoties heel anders.” Cijfer: 10

Wat zijn de kenmerken van De Werkwandeling?

- Individuele stressreductietraining.
- Naslagwerk en zelfhulpprogramma met praktische oefeningen voor thuis.
- Wandelcoach (HBO) in de omgeving van de deelnemer.
- Testafname bij start en einde van de training.
- Adviesrapport met testresultaten voor de deelnemer en de bedrijfsarts.
- 1 jaar aanvullend e-learnprogramma ontwikkeld door het Trimbos Instituut.
- No cure half pay garantie bij geen verbetering (zie garantievoorwaarden)
- Werkgeversrapport met de gemiddelde testresultaten (vanaf 5 deelnemers).

“Mijn hoofd is rustig geworden en ik kan beter keuzes maken voor mijzelf.” Cijfer: 8

Waarom is De Werkwandeling zo effectief?

- Inzicht in eigen stressfactoren en hoe je deze kunt hanteren of oplossen.
- Zelfhulpprogramma: leren wat stress is en hoe je ervan herstelt.
- De kracht van oefenen en herhalen. Nieuwe patronen worden geïnstalleerd.
- De Werkwandeling is opgebouwd uit wetenschappelijk getoetste interventies.

“Inspirerend, effectief en heel leerzaam.” Cijfer: 9

Wat zijn de resultaten na 1 maand?

- Preventief: bij ruim 80% van de deelnemers is het verzuimrisico verdwenen.
- Curatief: ruim 65% van de deelnemers scoort na 1 maand binnen de norm.
- Stimulerend: de deelnemers voelen zich door de oefeningen snel beter.
- Duurzaam: de deelnemers leren stress hanteren.

De Werkwandeling

Als onderdeel van het Vitaal Garantplan

Het Vitaal Garantplan is de preventieve dienstverlening van Aliantis. Met een gevalideerde test sporen wij overbelaste medewerkers op. Zij volgen De Werkwandeling. Na 1 maand scoort 80% van deze deelnemers weer binnen de gezonde norm. Bij hen is het hoge risico om te gaan verzuimen afgewend. Stress kun je niet voorkomen, maar wel op een gezonde manier leren hanteren.

*"Ik wist niet dat ik stress had, ik dacht aan de overgang.
Nu ben ik weer vrolijk en heb ik weer puf om van alles te doen" Cijfer: 9*

De Werkwandeling

Als curatief re-integratie instrument

De Werkwandeling ondersteunt het herstel van zieke medewerkers.

Met De Werkwandeling start u de re-integratie van uw overbelaste medewerker doeltreffend op. Binnen 1 week gaat uw medewerker al aan de slag met zijn herstel. Na 1 maand is de vitaliteit van de deelnemer sterk verbeterd. Ruim 65% van de deelnemers scoort na afloop zelfs binnen de gezonde norm. De Werkwandeling verdubbelt het tempo van het herstel en de re-integratie van uw overbelaste medewerker.

Aliantis werkt samen met de bedrijfsarts. Wij zijn dagelijks beschikbaar voor vrijblijvend overleg. Op verzoek sturen wij de testuitslagen naar de bedrijfsarts.

"Dankbaar dat ik dit mocht doen. Wat heeft mij dit goed geholpen. Voel mij zoveel beter"! Cijfer: 9

De Werkwandeling

Als toevoeging aan een medewerkersonderzoek

De screening van het Vitaal Garantplan kan worden toegevoegd aan een bestaand medewerkersonderzoek.

Worden uw medewerkers al onderzocht op stress, PSA of mentale belastbaarheid? Wij bespreken met u of uw arbodienst welke testuitslag indicatie geeft voor De Werkwandeling.

De effecten van de Werkwandeling

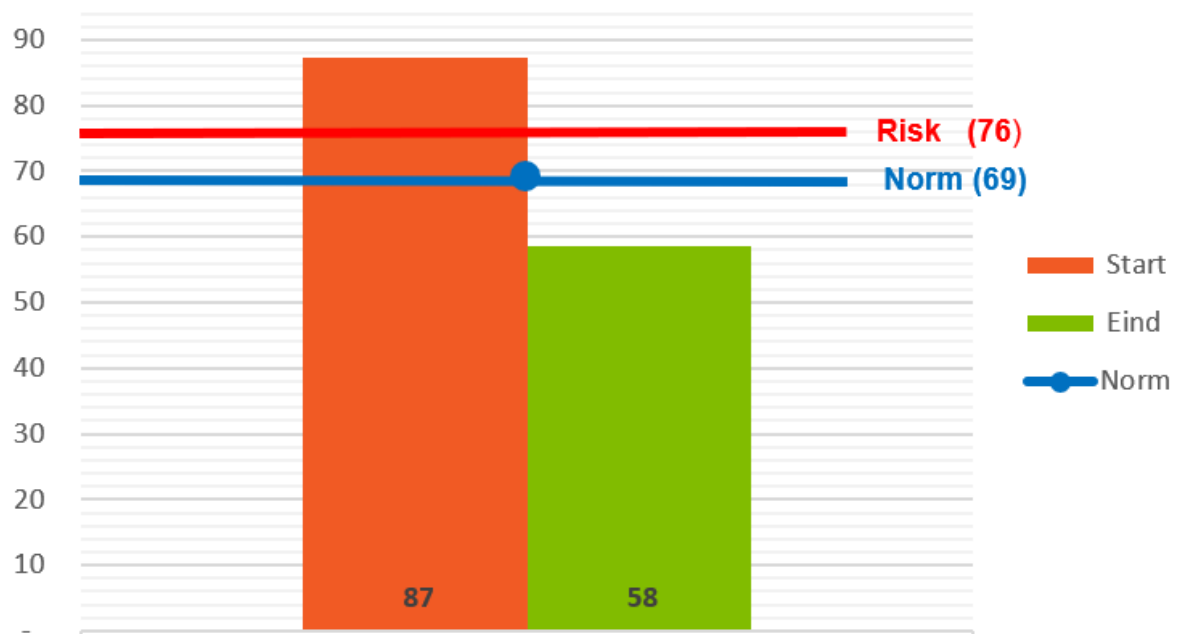
Aliantis verricht sinds januari 2016 De Werkwandeling. De testresultaten vanaf die tijd geven een helder beeld over de effectiviteit van onze vitaliteitstraining.

*“Heel positief, aan alle verwachtingen meer dan voldaan.
Sterke basis gekregen om mee door te gaan”. Cijfer: 9*

Effect 1: Risico op verzuim wordt afgewend.

De Werkwandeling wordt preventief ingezet om verzuim door stress te voorkomen. Deelnemers die bij de screening meer dan 76 punten scoren zijn overbelast. Zij lopen groot risico om (langdurig) te gaan verzuimen.

Bij aanvang scoorden deze deelnemers gemiddeld 87 punten.
Na 1 maand scoorden zij nog maar gemiddeld 58 punten.
Deze eindscore ligt ruim binnen de gezonde norm.



*Normscore boven de 76 punten: hoog risico op (langdurig) verzuim.
Score onder de 69 punten: gezonde score.
Resultaten zijn behaald met De Werkwandeling (binnen 1 maand).
Meetperiode: januari 2016 – januari 2019.*

"Geweldige training om in balans en tot jezelf te komen". Cijfer 8

Effect 2: Snelle verbetering van stressklachten.

Medewerkers die verzuimen met burn-out of stressklachten volgen De Werkwandeling ter ondersteuning van hun herstel.

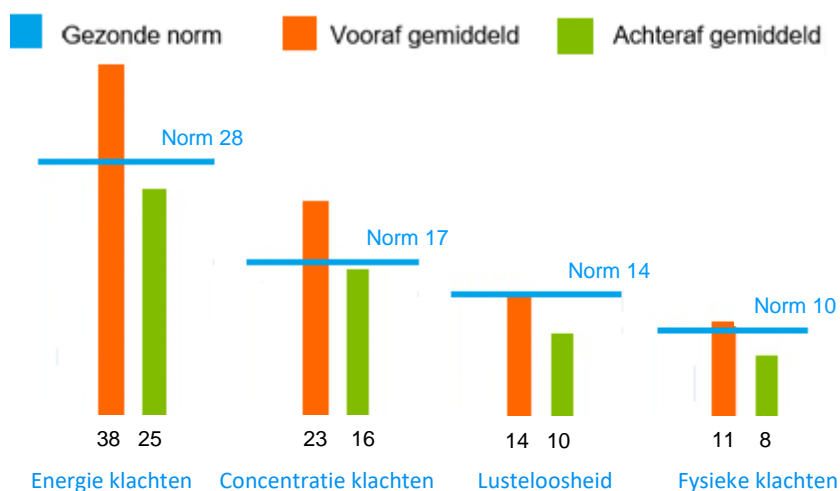
Ruim 65% van deze deelnemers scoort na afloop van De Werkwandeling weer binnen de gezonde norm. Bij de overige deelnemers zijn de klachten afgenomen en is langer hersteltijd of een aanvullende interventie nodig.

"Een hele goede manier om te herstellen en energie/conditie op te bouwen". Cijfer: 9

De deelnemers van De Werkwandeling ontvangen na afloop van de training hun testuitslagen. Wij vergelijken de uitslagen van de start- en eindtest met elkaar. Hierdoor wordt het de deelnemer duidelijk welke resultaten hij heeft verkregen met zijn inspanningen gedurende De Werkwandeling.

"Jammer dat ik dit niet eerder wist. Iedereen zou dit moeten leren". Cijfer: 10.

Overbelaste medewerkers hebben last van ernstige vermoeidheidsklachten en concentratieproblemen. De deelnemers van De Werkwandeling ondervinden juist daarin de grootste verbeteringen.



Oranje balk = gemiddelde score starttest. Groene balk = gemiddelde score eindtest.
De blauwe balk is de norm. Een score boven de norm wordt als ongezond beschouwd.
Meetperiode: januari 2016 – januari 2019.

Effect 3: Duurzaam preventief effect.

Aliantis evalueert na 6 maanden het effect van De Werkwandeling.

Uit dit onderzoek blijkt dat 97% van de deelnemers na 6 maanden nog altijd zelfredzaam is in stressreductie. Zij merken het tijdig op als zij last hebben van stress en zij kunnen stress bij zichzelf verminderen. Zij geven aan nog altijd minder last van stress te hebben.



*Preventief effect 6 maanden na einde De Werkwandeling.
Meetperiode januari 2016 – april 2019.*

“Nu ik dit allemaal weet, laat ik het nooit meer zo ver komen”. Cijfer: 9

Alle pluspunten van De Werkwandeling op een rij:

- ✓ Effectief herstellen van stress- en burn-outklachten.
- ✓ Voorkomen van verzuim door stress.
- ✓ Snel inzetbare training.
- ✓ Met naslagwerk en zelfhulpprogramma.
- ✓ Resultaatrapportage met voortgangadvies.
- ✓ Nazorgprogramma met 1 jaar e-learntraining.
- ✓ In samenwerking met de bedrijfsarts.
- ✓ Binnen 1 maand duurzaam resultaat.
- ✓ Hbo-wandelcoach uit de omgeving van de deelnemer.
- ✓ Deelnemer ervaart training als een cadeautje.

- ✓ No cure- half pay garantie (zie voorwaarden op onze website).



Oplossingen voor overbelaste medewerkers.

Start vandaag nog een pilot Vitaal Garantplan
of meld een overbelaste medewerker aan voor De Werkwandeling

Wilt u ook vitaliteit eenvoudig en effectief vormgeven?
Aliantis helpt u graag verder. Vraag gerust meer informatie op.



Gerda Baas, directeur en relatiebeheer

E-mail: gerda@aliantis.nl

Telefoon: 06-22122097

Ik kom graag bij u op bezoek voor een vrijblijvende kennismaking.