



Time-out! Programma WTV



- Werknemers behouden voor de aantrekkende vraag
- Werknemers begeleiden naar een nieuwe baan



Financiële crisis en de WTV

De economie is getroffen door de financiële crisis. Bedrijven zoeken naar oplossingen om de gevolgen van vraaguitval te beperken. De eigen flexibiliteit wordt volledig ingezet door o.a. beperkte loonstijging, gewijzigde verlofregelingen en arbeidstijdverkorting. Het kabinet heeft de WTV-regeling opengesteld, waardoor een bedrijf haar werknemers (met vaak unieke vakkennis) kan behouden voor de tijd dat de vraag weer aantrekt.

Time-out!

Bij toepassing van de WTV wordt de werknemer voor korte tijd uit het arbeidsproces geplaatst. Tijdens een dergelijke 'time-out' wordt de werknemer met de neus op de feiten gedrukt: hij of zij heeft de kans om op termijn werkloos te worden. Dat is geen prettig vooruitzicht! De werknemer voelt zich in zijn bestaansvoorziening bedreigd en dat heeft zijn weerslag op mensen. Ervaring heeft geleerd dat voorkomen moet worden dat de volgende zaken gaan spelen:

- De werknemer verliest de eigen capaciteiten en daarmee het zelfvertrouwen en een positieve kijk op de toekomst uit het oog.
- De werknemer komt 'vast' te zitten in de situatie.
- De werknemer wordt passief.

Economisch herstel: aantrekkende vraag

Het economisch herstel is mede afhankelijk van hoe snel het bedrijf weer op volle toeren kan draaien. De werkgever heeft er (net als de werknemer) baat bij om, wanneer de vraag aantrekt, weer een beroep te kunnen doen op mentaal en fysiek gezond personeel. Juist in de opbouwtijd wordt er extra veel verlangd van mensen!

FourstaR heeft op basis van haar jarenlange re-integratie-ervaringen met ontslagbedreigden en werkzoekenden, gemerkt hoe belangrijk het is om bij deze groep mensen de mentale en fysieke achteruitgang tijdens de periode van thuiszitten te voorkomen. Dit kan door de werknemer tijdens de 'time-out' letterlijk en figuurlijk mentaal en fysiek in beweging te houden of (waar nodig) te krijgen.

Indien de WTV-periode toch leidt tot ontslag, zal de werknemer aanmerkelijk korter beroep doen op de WW als hij of zij goed in zijn of haar vel zit. Men kan zich namelijk op een effectieve manier manifesteren. Van werk (houding) naar werk: een adequate stap naar een nieuwe werkgever!

Ons aanbod: Time-out! Programma WTV

Om een effectieve terugkeer bij de werkgever te verzekeren en een (langdurig) verblijf in de WW te voorkomen, heeft FourstaR dit nieuwe **Time-out! Programma WTV** ontwikkeld.

Het programma is dé ideale manier om de terugkeer naar de werkgever of de overgang naar en de voorbereiding op een nieuwe baan soepel te laten verlopen. Onze dienstverlening zorgt ervoor dat werknemers door mentaal en fysiek 'onderhoud' (werk)ritme blijven behouden en kansen blijven zien.

Ons **Time-out! Programma WTV** kent twee pijlers:

1. Aanpakken van het zelfvertrouwen; hiermee voorkomen we gebrek aan grip op de situatie.
2. Het op peil houden of verbeteren van de lichamelijke conditie.



Voor elke deelnemer wordt een persoonlijk programma vastgesteld, dat gericht is op de mentale en fysieke component, waarbij de deelnemer intensief wordt begeleid door een trainer-psycholoog en een sportinstructeur Bodyfit.

Doel is terugkeer van de mentaal en fysiek gezonde werknemer in het arbeidsproces na de 'time-out' bij de eigen werkgever of in een nieuwe baan!

Time-out! Programma WTV

➤ Kennismaking/intake

Tijdens het kennismakingsgesprek worden eventuele problemen, capaciteiten en het zelfbeeld van de werknemer in kaart gebracht. De intake geeft inzicht in de persoonlijkheid, houding en het effect van het eigen gedrag. Hiermee wordt de basis gelegd voor verandering. De rapportage met de diagnose en het advies vormen de basis voor het persoonlijk programma. Tevens worden hierin de individuele doelstellingen uiteengezet.

➤ Training Mentaal

Tijdens drie trainingen worden verschillende thema's behandeld, afhankelijk van de inzichten die bij de intake naar voren zijn gekomen. Er wordt in groepen van 12 tot 15 personen intensief gewerkt aan empowerment. De trainingen worden gecombineerd met inzichtgevende opdrachten, zowel in doen als denken. Deze opdrachten hebben een praktisch karakter waarbij al oefenend geleerd wordt.

Aan de orde komen o.a.:

- ✓ Inzicht in het zelfbeeld
- ✓ Vergroting zelfvertrouwen
- ✓ Assertiviteitstraining
- ✓ Houding en motivatie
- ✓ Communicatietraining
- ✓ Dagbesteding
- ✓ Omgang met stress en problemen

Op deze manier worden spanningen weggenomen en staat de onafhankelijkheid van het individu centraal. Dit prikkelt deelnemers veelal zichzelf op een andere, meer effectievere manier te manifesteren.

Binnen het **Time-out! Programma WTV** krijgt iedere deelnemer een gesprek met een trainerpsycholoog. Deze richt zich samen met de deelnemer op het wegnemen van eventuele blokkades en legt daarnaast de nadruk op de capaciteiten van de werknemer.

➤ Training Fysiek: Body Fit

Het Body Fit onderdeel draait letterlijk om het in beweging houden en krijgen van de deelnemer. Het begint met een **Health-check** die wordt uitgevoerd door een bewegingsdeskundige van FourstaR. Veel mensen uit de doelgroep **Time-out!** hebben klachten: lichamelijke en psychosomatische klachten lopen vaak door elkaar heen. De Health-check laat zien waar mensen staan en wat ze kunnen. Vaak is dat meer dan wat ze denken en zeggen! Dit biedt voor de terugkeer in het arbeidsproces vaak betere perspectieven.

Op basis van de uitkomsten wordt een individueel trainingsschema opgesteld, waarin zowel cardiotraining als spieroefeningen zijn opgenomen. Gedurende de periode van twee maanden wordt de deelnemer in de gelegenheid gesteld om minimaal twee keer per week één uur fysiek actief te zijn. Onze ervaring is dat mensen die voldoende bewegen, lichamelijk en geestelijk beter in conditie zijn. Het vergroot ook het zelfvertrouwen. Kleine vorderingen worden uitgelicht en versterkt. Het in korte tijd onderhouden en verder uitbouwen van de mentale en fysieke conditie is de voornaamste basis om aan de toekomst in het arbeidsproces te kunnen werken. Een 'time-out' is namelijk niet blijvend!

➤ Eindrapportage en vervolgadvis

Het programma wordt afgesloten met een eindrapportage. Hierin staat het verloop van het programma en de mate waarin de gestelde doelen zijn behaald beschreven.

- ✓ Intake, Persoonlijk Programma
- ✓ Persoonlijke ontwikkeling
- ✓ Trainingsresultaten Mentaal en Fysiek
- ✓ Motivatie- en verzuimgegevens en analyses hiervan.

Het vervolgadvis ten behoeve van de werkgever/ UWV wordt in samenspraak met de deelnemer opgesteld en is gericht op de volgende stap van de werknemer - de terugkeer in het arbeidsproces - met praktische richtlijnen voor de toekomst.

Tijdspad

Het gehele programma duurt twee maanden.

Kosten

Een volledig programma kost €495, - excl. btw. (uitgaand van groepen van 12 tot 15 personen).

Hierbij is inbegrepen:

- Rapportage met advies en diagnose;
- Drie trainingssessies Mentaal;
- Eén gesprek met de trainerpsycholoog;
- Individuele Health-check volgens de BCN-normen;
- Twee maanden durend fitnessprogramma (minimaal twee keer per week, inclusief individuele begeleiding);
- Eindrapportage met vervolgadvis.

Locatie

Het **Time-out! Programma WTV** kan in meerdere plaatsen/locaties worden uitgevoerd.

Aanmelding

Individueel. Groepsessies worden gestart bij 12 tot 15 personen.

Informatie en contact

Voor informatie over **Time-out! Programma WTV** kunt u contact opnemen met FourstaR Nederland bv in Rijen, telefoonnummer, telefoonnummer 0161-290 000. Of stuur een e-mail naar info@fourstar.nl.

FourstaR

FourstaR is gespecialiseerd in het begeleiden, ondersteunen en bemiddelen van mensen die een (kleine) afstand tot de arbeidsmarkt hebben. FourstaR heeft trainingen en methodieken ontwikkeld voor groepen mensen die recent zijn ingestroomd in de WW en daardoor een zeer recente werkervaring hebben.

