

## Basis module

### Herstel beginnende stressklachten | duurzame inzetbaarheid

VOORFASE		
Werkzaamheden	Doel	Periode
Intake met medewerker.		Binnen 1 week na aanmelding.
Plan van aanpak & offerte werkgever.		Binnen 1 week na intake.
Akkoord offerte. Start begeleiding.		Binnen 1 week na akkoord wordt het traject gestart.
ANAMNESE, HERSTEL & ZELFMANAGEMENT		
<b>Metingen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ CSR Vragenlijst stressklachten;</li> <li>◆ Neurotransmitter &amp; fysiologie vragenlijst;</li> <li>◆ Werkenergieanalyse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Anamnese mate van stressklachten;</li> <li>⇒ Aanpak op maat.</li> </ul>	Week 1-12
<b>Fysiologische interventies</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ Neuro-hormonaal &amp; voeding 2 sessies;</li> <li>◆ Adem, ontspanning, massage, yoga 3 sessies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Ontspanning;</li> <li>⇒ Tools voor fysiologisch herstel.</li> </ul>	
<b>Coaching</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 3 sessies.</li> <li>◆ Online module</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Zelfinzicht en zelfmanagement.</li> </ul>	
<b>Rapportage</b> Voor medewerker, leidinggevende en HR.	<ul style="list-style-type: none"> <li>⇒ Verslaglegging traject &amp; advies</li> </ul>	Week 11-12