

## **De Resilience hub van Nederland**



### **BROCHURE**

**Grip op stress & burn-outs in jouw bedrijf.**

Een medewerker die met burn-out klachten thuis zit, kost gemiddeld €300,- per dag en op jaarbasis circa €80.000,-.



Gedreven door ambitie en de wens om het hersteltraject te veranderen, is Res.hub ontstaan.

# Res.hub voorkomt uitval door stress.

## Bij ziekte, zorgen wij voor een snellere en betere terugkeer.

Als ondernemer hadden ook wij te maken met collega's die in een **burn-out** zaten. We wilden helpen; probeerden van alles. Maar steeds liepen we tegen verschillende uitdagingen aan. De oorzaken en risicofactoren zijn erg divers en complex. De zorg verschuift al snel richting de Arbo-dienst, huisarts, psychologen en coachen.

Als manager sta je aan de zijlijn, je kijkt toe. Je wilt graag helpen, maar hoe? Wij hebben veel onderzoek gedaan, maar geen instantie gevonden die in staat was de mensen daadwerkelijk te helpen die kampen met een burn-out en stress. Ze worden als het ware aan hun lot overgelaten.

Er bestaat geen eenduidig ziektebeeld en ook geen standaardbehandeling. Voor medewerkers en bedrijven is het ingewikkeld om de juiste begeleiding te vinden die echt helpt om de stress te verminderen.

Samen zijn we op zoek gegaan naar oplossingen.

Op basis van desk research, interviews en uitvoerige questionnaires hebben wij 2 verschillende programma's ontwikkeld:

- **Res.hub Prevention Program**
- **Res.hub Recovery Program**

Één programma om tot een sneller **herstel** te komen en één programma om te **voorkomen** dat herstel nodig is. Beide programma's kennen een aantal vaste fases, maar worden volledig om de medewerker heen gebouwd. Alles is gericht op persoonlijke begeleiding.



Rik Berghout  
**Founder**



Sven Meijer  
**Founder**



## OUR MISSION

**Wij ondersteunen bedrijven in de aanpak van stress en burnout, zodat medewerkers optimaal kunnen presteren en zich gewaardeerd en gesteund voelen.**

Stress in je organisatie is niet per definitie slecht en hoeft niet altijd voorkomen te worden. Maar teveel stress kan ertoe leiden dat medewerkers ziek worden en in een burnout belanden.

Res.hub creëert **awareness** onder medewerkers en toont dat de organisatie teveel stress serieus neemt.

Als bedrijf kun je vaak de stress van medewerkers niet volledig behandelen of veranderen. Het kan diverse achtergronden hebben.

Res.hub heeft een pro-actieve benadering en zal met haar programma's de medewerkers begeleiden. Als organisatie voorkom je uitval en zorg je ervoor dat de medewerkers sneller terug keren.

Hiermee laat je zien dat **goed werkgeverschap** binnen jullie organisatie een prioriteit is.



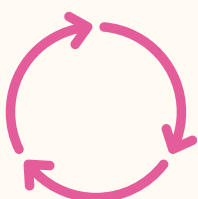
# ONZE FOCUS

## BOUW AAN EEN VEERKRACHTIGE EN SUCCESVOLLE ORGANISATIE.



### **Goed werkgeverschap.**

Als werkgever heb je niet altijd in de hand hoe mensen om gaan met stress. De stress hoeft ook niet altijd alleen maar van werk te komen. Laat zien dat je het serieus neemt en draag zorg voor je team. Verhoog de duurzame inzetbaarheid van je medewerkers.



### **Zorg voor 30% sneller herstel en 100% inzetbaarheid.**

De focus ligt op het welzijn van de medewerker door middel van pro-actief helpen in herstel. Mocht de werknemer, niet meer in de huidige organisatie willen re-integreren, wordt er direct gehandeld om geen tijd en geld te verliezen.



### **Voorkom dat jouw medewerkers in een burn-out komen!**

Door vroegtijdig in actie te komen kun je de intensiteit van de klachten zoveel mogelijk beperken. Het is dé manier om preventief te werk te gaan als je uitval en burn-out wilt voorkomen.



# Verhalen uit de praktijk\*

## Sam, 34



Sam was thuis komen te zitten met burn-out klachten. Ze zag in dat ze hierbij professionele hulp nodig had om hieruit te komen. Na contact met de huisarts ging ze op zoek naar een psycholoog. Maar binnen de GGZ was er een **wachttijst**. 4 maanden heeft zij moeten wachten op adequate hulp. Al die tijd stond haar behandeling on hold.

## Ravi, 28



Ook Ravi zocht ondersteuning van een psycholoog. Hij kwam er achter dat de kosten van zijn psycholoog **niet volledig vergoed** worden door zijn zorgverzekering. Uit angst voor hoge kosten en schulden probeerde hij weer terug te keren op werk. Dit ging maar voor heel even 'goed'. Binnen 4 maanden viel Ravi weer opnieuw in volledig verzuim, met als gevolg dat hij in totaal 36 maanden ziek was en niet inzetbaar was voor zijn werkgever.



## Albert, 56

Albert kwam tijdens zijn burn-out tot de conclusie dat hij niet terug wilde keren in zijn functie en bij zijn werkgever. Maar Albert durfde dat niet aan te geven bij zijn werkgever. Dit kon pas te sprake komen toen hij 12 maanden ziek was en in Spoor 2 terecht kwam.

Deze instantie was niet voldoende uitgerust om Albert op goede manier **steun en begeleiding** te bieden. Dit zorgde voor enorm veel stress bij Albert en leidde er toe dat het 8 maanden duurde voordat Albert zijn eerste stappen ging zetten in zijn re-integratieproces.

*\*Namen zijn ivm privacy gefingeerd*



**Dit zijn slechts enkele voorbeelden van drempels waar werknemers tegen aanlopen. In de praktijk zijn er nog 30 andere obstakels waar zij mee te maken kunnen krijgen.**

**Door in te zetten op een goede communicatie, een persoonlijk behandelplan, behandeling en focus op re integratie en after-care kun je als werkgever een leidende rol spelen in de terugkeer van jouw medewerker en deze zelfs met 30% versnellen.**

**Hoe je dat doet, lees je in ons Recovery en Prevention Program.**

# Recovery Program

Het Res.Hub Recovery Program is speciaal ingericht op medewerkers die door burn-out niet meer inzetbaar zijn.

Wij willen **alle obstakels en drempels** voor werkgevers **wegnemen**, zodat een medewerker snel herstelt van een burn-out en stress of, indien nodig, uit dienst gaat.

Centraal staat de belastbaarheid van de medewerkers. Er wordt altijd per persoon gekeken naar de conditie van fysieke, mentale, cognitieve en gedragselementen.



# De Fases van het Recovery Program

Binnen het Recovery Program is het van essentieel belang dat je als werkgever **snel in actie** komt. Start direct met het programma en wacht niet 6 weken tot de Arbo-dienst een probleemanalyse heeft gemaakt.

Door direct te starten met het programma, toon je jouw medewerker dat zijn welzijn belangrijk is. Dit versterkt de werkrelatie en zal het verzuimtraject **met 30% verkorten**.

01

## Rust

Res.hub begeleidt de medewerker in het nemen van **rust** en een goede **communicatie** met de werkgever.

02

## Behandelplan

Een analyse van de burn-out vormt de basis van het behandelplan. Deze is gericht op snel herstel.

03

## Behandeling

Res.hub zorgt dat specialisten, zoals coaches en psychologen direct beschikbaar zijn en er geen wachttijd is.

We nemen de volledige begeleiding over en garanderen goede en professionele zorg voor de medewerker.

04

## Heropbouw

Heropbouw van werk van start onder begeleiding en coaching.

We geven de tools en tips om aan de slag te gaan en wij ondersteunen waar nodig is. Dit leidt tot groei in het zelfvertrouwen en verkleint de kans op een terugval.

05

## After-care

Afhankelijk van de wensen is after-care mogelijk.

Dit wordt preventief ingezet, wanneer medewerker en werkgever behoefte hebben aan extra begeleiding in de eerste periode van volledige inzetbaarheid.

Constante monitoring van de medewerker.

Regelmatige terugkoppeling naar de werkgever.

Begeleiding richting de werkgever om de relatie goed te houden.

# Prevention Program



**Voorkomen is beter dan genezen.**

Wanneer een medewerker aangeeft stress klachten te ervaren, start direct het Res.hub Prevention Program.

Uitstel leidt vaak tot langdurig verzuim. Daarnaast bevordert een snelle actie de arbeidsrelatie, omdat de medewerker zich serieus genomen voelt.



# De Stappen van het Prevention Program

## 01 Verkenningsronde

We starten met een intake met de Resilience Advisor (RA) en op basis van tests volgt een advies.

## 02 Oplossingsplan

De RA komt met een plan om de klachten te verminderen. Ook tijdens deze fase wordt de medewerker goed gemonitord zodat er meteen gehandeld kan worden wanneer de klachten verergeren.

## 03 Verlichting

Deze fase is gericht op het verlichten van de stress met behulp van een coach of psycholoog en duurt gemiddeld 4-12 weken.

## 04 Versterking

Uit onderzoek blijkt dat deze fase vaak wordt overgeslagen. Hoe brengt de medewerker alles wat hij heeft geleerd in de praktijk bij zijn dagelijkse werkzaamheden?  
Afhankelijk van de wensen en behoeften wordt de duur hiervan bepaald.

## 05 Afsluiting

Programma wordt afgerond als het juiste effect is bereikt.



# WAT MAAKT ONS UNIEK



We werken conform **wet- en regelgeving** en ondersteunen werkgevers hierin, zoals met het Plan van Aanpak van het UWV.



**Geen vertraging;** De Res.hub programma's zijn zo ingericht dat ze vertraging voorkomen, door voor alle obstakels een oplossing te implementeren.



**Tijdsbesparing bij Spoor 2:** Als een medewerker niet terug wilt keren verloopt dit via Spoor 2. Dit is een stroperig en vaak moeizame proces. Niet bij Res.hub, wij spelen hier direct op in.



**Monitoring:** Door ongoing monitoring, kunnen wij snellere en betere hulp bieden. Wegens privacy kunnen wij details niet delen, maar we geven een **2-wekelijkse analyse** over hoe lang de medewerker nog ziek is en hoe je daar als werkgever op kunt inspelen.



Je krijgt toegang tot een **Learning Management Systeem** (LMS) met trainingen specifiek gericht op met begeleiding bij stress en burn-out.



We zorgen dat de **relatie** met de **werkgever** goed blijft. Hiernaast initiëren wij contact met een **vertrouwde collega**, zodat er laagdrempelig en persoonlijk contact kan worden onderhouden.



# Klant worden

## Sluit je organisatie aan bij Res.hub

Neem duurzame inzetbaarheid serieus en voorkom burn-outs bij jouw medewerkers. Met Res.hub breng je proactieve hulp in jouw organisatie.

Jaarlijks abonnement

- € 399,- (afhankelijk van grootte organisatie)

## Inclusief bij het abonnement:



### Onbeperkt aanmelden

Onbeperkte aanmelden van medewerkers voor Prevention & Recovery Program



### Introductie

Een introductie van Res.Hub naar alle medewerkers



### Workshop

Jaarlijkse workshop gefaciliteerd door Res.hub om stress op de werkvloer bespreekbaar te maken.

*Bij Res.hub kunnen de kosten voor het Recovery en Prevention Program worden opgevraagd.*





# Kom in contact



[info@reshub.nl](mailto:info@reshub.nl)



[www.reshub.nl](http://www.reshub.nl)