

Prettig, gezond en veilig aan het werk!

In 3 stappen naar grip op gezondheid

1
Inventariseren



Hoe gaat het met je?

2
Plan van aanpak



Hoe kunnen we jouw situatie verbeteren?

3
Monitoren



Is jouw situatie verbeterd?

Uitleg voor de procesbegeleider

Met deze aanpak stimuleren we de eigen regie van medewerkers. In slechts 3 stappen, verdeeld over minimaal 3 gesprekken, werkt een medewerker samen met een procesbegeleider aan een eigen plan van aanpak voor meer grip op gezondheid. De vijf thema's van grip op gezondheid helpen daarbij.



uw rol als procesbegeleider

- Focus ligt op algeheel functioneren van de medewerker
- Stimuleer eigen regie en eigen keuzes van de medewerker
- Procesbegeleider is geen expert
- Ondersteun de medewerker zoveel mogelijk
- Vraag door en vat samen waar nodig
- Zorg voor een open en veilige sfeer
- Zorg voor gelijkwaardigheid tussen alle deelnemers van het gesprek
- Blijf onpartijdig.

Uitleg voor de medewerker

Wat ga je doen?

Samen met een procesbegeleider ga jij aan de slag met een persoonlijk plan van aanpak voor meer grip op jouw gezondheid. Dit gaat in 3 stappen.



STAP 1

1

Inventariseren



Hoe gaat het
met je?

Praatplaat

Hoe ziet mijn week eruit?
Bespreek jouw situatie met
deze vijf thema's.
De afbeeldingen zijn ter inspiratie.

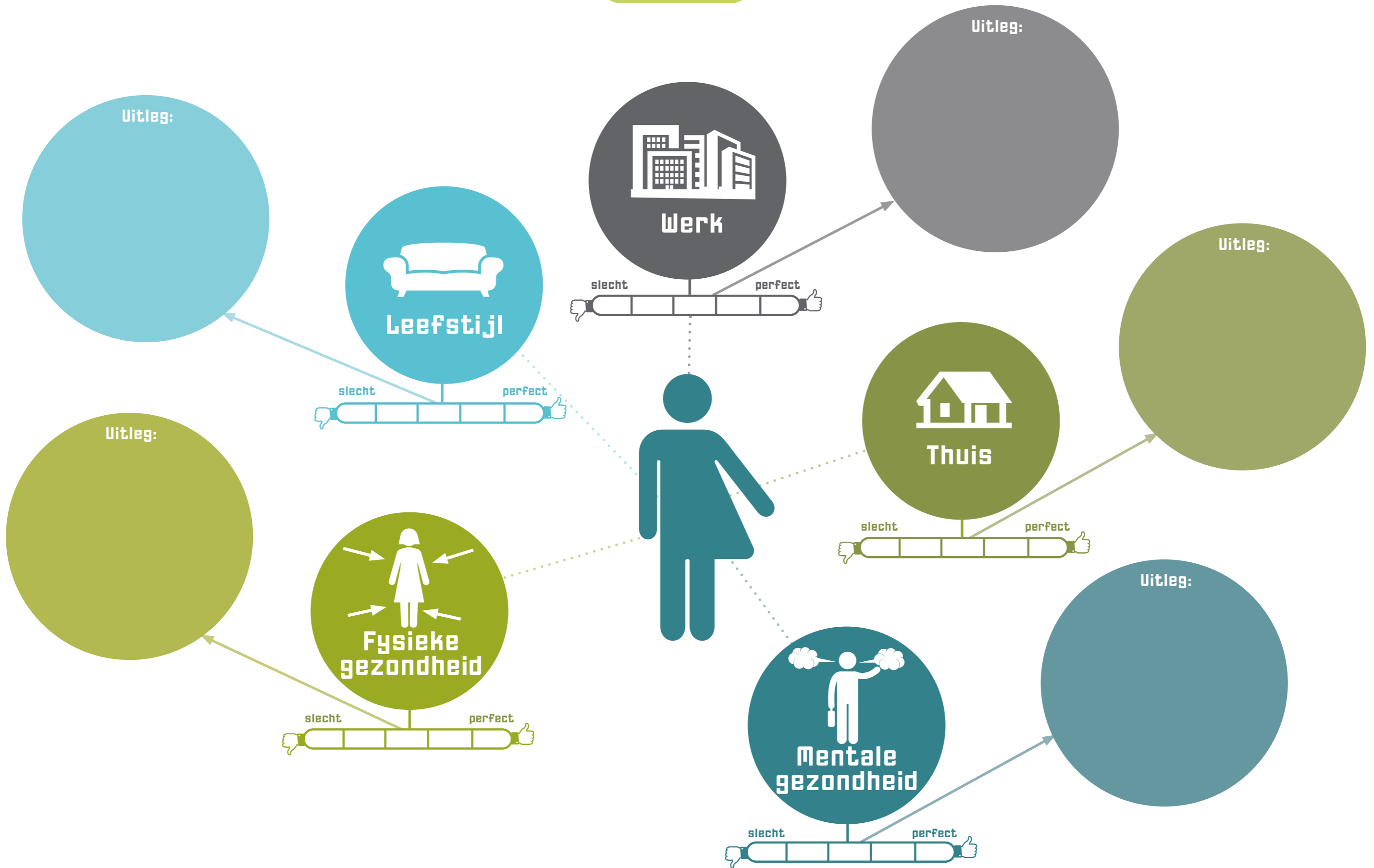
De 5 thema's van grip op gezondheid



Hoe gaat het met je?

Wat speelt er?
Kruis in de scorebalk aan hoe het met je gaat.
Schrijf bij uitleg op wat de belangrijkste knelpunten zijn.

opdracht



STAP 2

2

Plan van aanpak



Hoe kunnen we
jouw situatie
verbeteren?



Wat kunnen we aan jouw situatie verbeteren?

Plan van aanpak
Schrijf jouw acties op
en geef aan wie je
daarbij nodig hebt.

opdracht

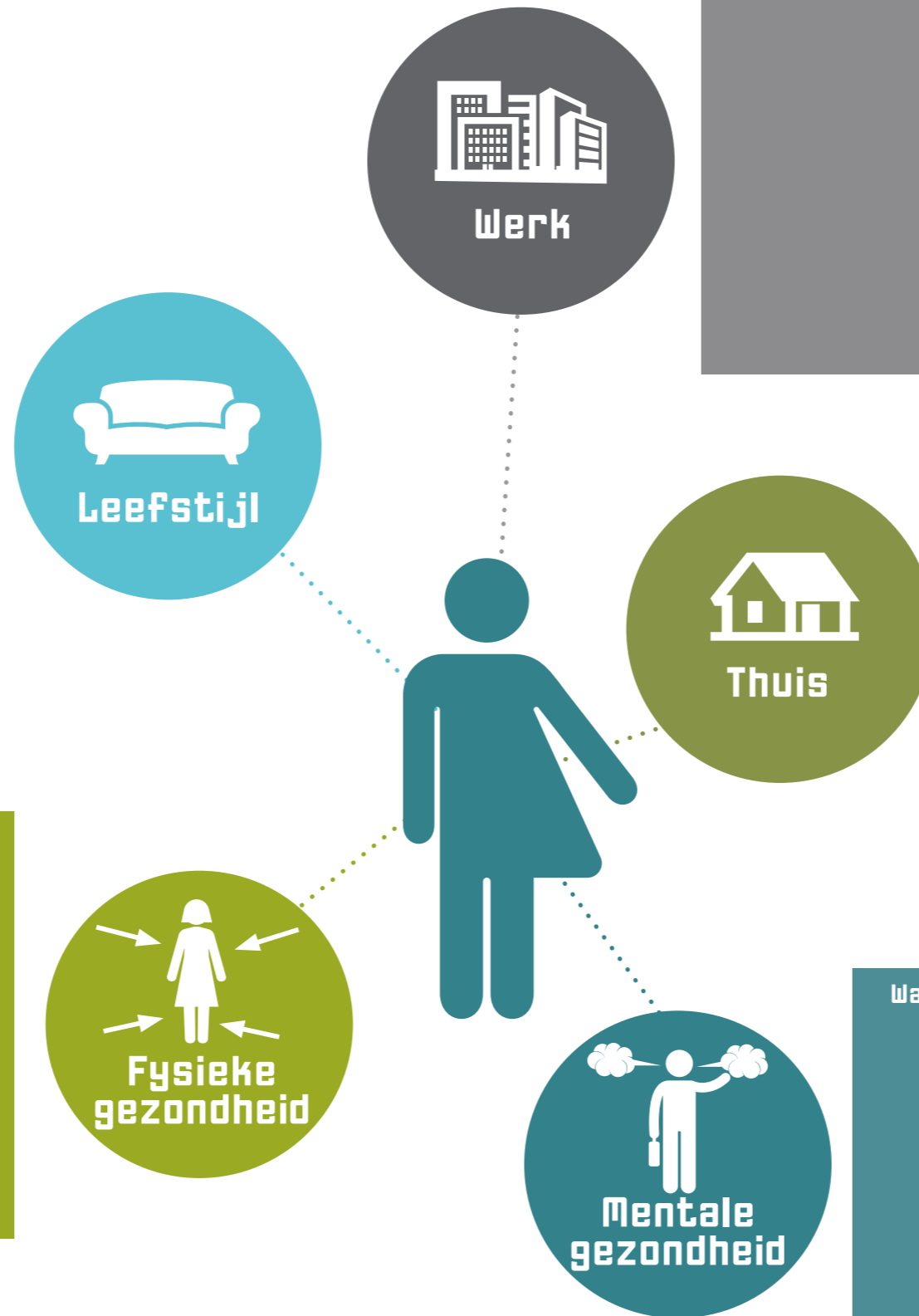
Wat ga ik doen?	Wanneer?	Van wie hulp nodig?

Wat ga ik doen?	Wanneer?	Van wie hulp nodig?

Wat ga ik doen?	Wanneer?	Van wie hulp nodig?

Wat ga ik doen?	Wanneer?	Van wie hulp nodig?

Wat ga ik doen?	Wanneer?	Van wie hulp nodig?



STAP 3

3

Monitoren



Is jouw situatie
verbeterd?

Is jouw situatie verbeterd?

Hoe gaat het nu met je?
Kruis in de scorebalk aan hoe het met je gaat. Is er verbetering sinds de vorige keer?

