

BEWEGEN. PRATEN. GROEIEN.

COACHING VOOR MANNEN

Voor mannen die vastlopen in werk of privé. Beweging en een eerlijk gesprek als ingang naar meer structuur, regie en haalbare stappen richting werk.



WANNEER PASSEND

Bij stress, overbelasting of een moeizame werkhervatting. Bijvoorbeeld bij weinig energie, slecht slapen, verlies van ritme of moeite met grenzen.

Voor mannen die via een activiteit makkelijker in gesprek komen. Preventief inzetbaar en bij (gedeeltelijk) verzuim.

WAARAAN WE WERKEN

- Dagstructuur en gezonde gewoontes
- Grenzen herkennen en aangeven
- Zelfregie en vertrouwen versterken
- Haalbare stappen richting werk

PERSOONLIJK TRAJECT • DUIDELIJKE AFSPRAKEN

01

KENNISMAKEN

Hulpvraag, doelen en passende activiteit kiezen. De medewerker beslist zelf.

02

IN BEWEGING

Wandelen, rustig sporten of sportbeleving combineren met gesprek en leefstijl.

03

VERDER KOMEN

Voortgang evalueren, gewoontes borgen en begeleiding waar passend afbouwen.

ZORGVULDIG SAMENWERKEN

Afgestemd op belastbaarheid. Activiteit en tempo passen bij de medewerker. Sportprestaties zijn geen doel. Duur, frequentie, kosten en evaluaties spreken we vooraf af.

Coaching naast passende zorg. De bedrijfsarts beoordeelt de belastbaarheid en adviseert over re-integratie. Coaching is geen medische behandeling; bij stagnatie of zorgsignalen adviseren we contact met bedrijfsarts of huisarts.

Vertrouwelijk en met toestemming.

Terugkoppeling aan de bedrijfsarts vindt alleen plaats na gerichte toestemming en volgens afspraken. De werkgever ontvangt geen inhoud van coachgesprekken.

Gerichte verwijzing. We stemmen de hulpvraag af. Financiering door de werkgever wordt afzonderlijk geregeld.

KENNISMAKEN OF OVERLEGGEN?

Bespreek vrijblijvend of Mannen(s)taal past bij de hulpvraag.

info@mannenstaal.nl