

Begeleiding on the job bij re-integratie

Ondersteuning bij veilige en duurzame terugkeer in ADL-zorg

Deze begeleiding ondersteunt medewerkers bij een veilige terugkeer in ADL-zorg en helpt organisaties hun verantwoordelijkheid voor gezond en duurzaam werken concreet in te vullen.

Waarom deze begeleiding?

Bij re-integratie na fysieke klachten of overbelasting is terugkeer in ADL-zorg een kwetsbaar moment. Medewerkers beschikken vaak over de juiste kennis en ervaring, maar ervaren onzekerheid over de belasting van hun lichaam in de dagelijkse praktijk.

Begeleiding on the job ondersteunt zorgprofessionals bij een verantwoorde, veilige en duurzame werkhervatting, met aandacht voor fysieke belastbaarheid, werkmethoden en randvoorwaarden voor gezond werken.

Wat houdt begeleiding on the job in?

Tijdens de begeleiding wordt **meegekeken op de werkvloer**, in de eigen werkomgeving en bij daadwerkelijke ADL-zorg. De focus ligt op **het handelen van de medewerker** in relatie tot fysieke belasting, niet op tempo of productiviteit.

De begeleiding richt zich onder andere op:

- de inzet van het eigen lichaam tijdens ADL-zorg
- het creëren en benutten van voldoende werkruimte
- omgaan met werkhoogte (bed, stoel, cliëntpositie)
- bewuste inzet van hulpmiddelen
- werkhouding en balans:
 - voetenstand (spreid- of schredestand)
 - verplaatsen van lichaamsgewicht
 - stabiliteit en ontspanning

De observaties worden direct vertaald naar **praktische, haalbare verbeteringen**.

De 5 W's als vertrekpunt

De begeleiding is gestructureerd opgebouwd vanuit de **5 W's van fysieke belasting**:

1. Werkinrichting – 2. Werkruimte – 3. Werkhouding – 4. Werkmethode – 5. Werkmateriaal (hulpmiddelen)

Deze worden steeds bekeken binnen de **randvoorwaarden van veilig werken**, gebaseerd op de geldende praktijkrichtlijnen.

Hoe verloopt de begeleiding?

- Observatie tijdens reguliere ADL-zorg
- Praktische feedback op de werkplek
- Kleine aanpassingen met direct effect
- Reflectie op belasting, comfort en werkbaarheid

De begeleiding is **ondersteunend, niet toetsend** en wordt afgestemd op de fase van re-integratie.

Voor wie?

- Zorgprofessionals in (gedeeltelijke) re-integratie
- Medewerkers na fysieke klachten of uitval
- HR, leidinggevenden
- Arbodiensten en re-integratiecoördinatoren

Vorm & inzet

- Individuele begeleiding op de werkplek
- In te zetten binnen re-integratie- of preventietrajecten
- Af te stemmen op belastbaarheid en inzetbaarheid

Wat levert het op voor de organisatie?

- Vermindering van risico op hernieuwde uitval
- Versterking van veilig werkgedrag
- Bewuste inzet van hulpmiddelen
- Duurzame inzetbaarheid van medewerkers

Basistraject	Uitgebreider traject
Praktijkbegeleiding ADL-zorg – re-integratie	Re-integratiebegeleiding ADL-zorg – verdieping
Inhoud <ul style="list-style-type: none"> • ± 3 uur meekijken op de werkvloer • Observatie tijdens ADL-zorg • Directe praktische feedback • Analyse volgens de 5 W's • Toetsing aan praktijkrichtlijnen veilig werken • Schriftelijk verslag + concreet advies (voor medewerker & organisatie) 	Inhoud <ul style="list-style-type: none"> • 2 praktijkmomenten (bijv. start + vervolg) • Totaal ± 5–6 uur begeleiding • Voortgangsreflectie • Aanscherpen werkafspraken • Schriftelijk eindverslag
Investing: € 495 – € 575 excl. btw	Investing € 795 – € 895 excl. btw

Preventief of teamgericht (optioneel)
Coaching on the job ADL-Zorg – preventie
Inhoud <ul style="list-style-type: none"> • 3 uur meekijken bij meerdere zorgmomenten • Feedback aan medewerker(s) • Korte terugkoppeling aan leidinggevende • Advies m.b.t. werkafspraken of hulpmiddelen
Investing € 595 – € 695 excl. btw

Uurtarief (indien gevraagd)

Als HR of arbodienst expliciet om een uurtarief vraagt:

- **€ 125 – € 145 per uur excl. btw**
(minimale afname **3 uur**, excl. verslaglegging)

Let op: altijd adviseren in **pakketten** te communiceren — dat voelt concreter en voorkomt discussie.