Preventief ondersteunen voordat uitval ontstaat



Informatie voor HRM en leidinggevenden

Horende bij de flyer:

PREVENTIEVE ONDERSTEUNING BIJ STRESS EN OVERBELASTING

Van vroegsignaleren naar duurzaam inzetbaar blijven

Strategische urgentie

De Kosten van de 'Onzichtbare' Burn-out

In het zakelijke landschap van 2026 is proactief mentaal gezondheidsmanagement geëvolueerd van een 'nice-to-have' naar een kritische strategie voor risicobeheersing. Burn-out en langdurige uitval vormen een significant financieel risico; de integrale kosten van een uitgevallen medewerker fluctueren tussen de € 60.000,- en ruim boven de € 100.000,- per casus. Terwijl organisaties vaak wachten op de officiële ziekmelding, lekt er op de werkvloer al maandenlang kostbare focus en innovatiekracht weg. Naast deze substantiële financiële impact is de menselijke prijs — een medewerker die de grip op zijn welzijn en werkplezier verliest — een onacceptabele belasting voor uw bedrijfscultuur.

De 'onzichtbare' burn-out kondigt zich echter altijd aan via specifieke signalen:

- **Toenemende prikkelbaarheid:** Medewerkers reageren feller en ervaren moeite met relativeren of het loslaten van werkzaken.
- **Verlies in productiviteit:** Een merkbare afname in energie, werkplezier en proactieve betrokkenheid.
- **Fysieke uitvalsignalen:** Terugkerende spanningsklachten zoals hardnekkige nek-, rug- of hoofdpijn.

Het tijdig identificeren van deze signalen is de eerste stap, maar effectieve preventie vraagt om een gespecialiseerde, integrale oplossing die de fysiologische oorzaken van stress direct adresseert.

De professionele brug

Medische Basis & Integrale Aanpak

Voor complexe stresssystemen schiet de reguliere 'praatcoach' vaak tekort. In een moderne HRM-context is behoefte aan expertise die de verbinding legt tussen psychologische patronen en fysiologische reacties. Imre Giesselbach biedt deze brug als RBCZ-Registertherapeut, met

een fundament in de reguliere gezondheidszorg als verpleegkundige en voormalig docent verpleegkunde.
Vanuit een integrale *whole-person approach* (Integrative Medicine) worden fysieke, psychische en sociale factoren in hun onderlinge samenhang behandeld. Deze benadering biedt de medewerker een doelgerichte en professionele aanpak, met aandacht voor herstel, veerkracht en duurzame inzetbaarheid..

Professionele Waarborg
Het programma voldoet aan de strengste kwaliteitscriteria.

RBCZ-Registertherapeut (HBO)
Ik ben geregistreerd conform de strenge kwaliteitscriteria van de overkoepelende stichting RBCZ en werk volledig volgens de kaders van de WGBO en de Wkkgz.
De medewerker valt direct onder de privacyregeling en algemene voorwaarden van de behandelaar, waarbij cliënt en behandelaar samen een individuele behandelovereenkomst aangaan.
Deze professionele achtergrond vormt een stevige basis voor een doelgerichte aanpak, waarbij aandacht is voor zowel het fysieke als het mentale herstelvermogen van de medewerker.

De methodiek

RUIMTE CREËREN VOOR HERSTEL EN VEERKRACHT

Wanneer stress langere tijd aanhoudt, kan dit invloed hebben op hoe iemand zich lichamelijk en mentaal voelt en functioneert. Om herstel en veerkracht te ondersteunen, combineert deze aanpak aandacht voor het fysieke en mentale welzijn. Het programma rust op drie pijlers:

- **Body Stress Release (BSR):** Een lichaamsgerichte methode gericht op het vrijmaken van diep vastgezette fysieke spanning. Het herstelt de bewuste herkenning van lichamelijke stressreacties, waardoor de medewerker weer regie krijgt over fysieke grenzen.

- **Integral Eye Movement Technique (IEMT):** Een kortdurende methodiek die o.a. via gecontroleerde oogbewegingen de emotionele lading van belemmerende gevoelens en vaste patronen neutraliseert. Dit creëert mentale ruimte en rust.
- **VitaliteitsKompas:** De methodische schil waarbij de medewerker via een zelfstandig in te vullen reflectie-instrument reflecteert op de ervaren vitaliteit op vijf domeinen (*fysieke vitaliteit, mentale stabiliteit, inspiratie & levensrichting, sociale verbinding en zelfsturing*). Dit fungeert als nul- en eindreflectie om de dialoog over brede veerkracht te openen en is nadrukkelijk bedoeld als gespreks- en reflectie-instrument, **niet** als diagnostisch of meetinstrument.

De business case

Rendement op preventie (ROI)

Investeren in dit veerkrachtprogramma is investeren in duurzame inzetbaarheid. Door vroegtijdig aandacht te geven aan signalen van overbelasting kan het bijdragen aan het beperken van uitval en de daarmee samenhangende kosten.

1. **Vroegsignalering:** Interventie vindt plaats vóórdat een kostbaar, formeel verzuimtraject aanvangt, wat de continuïteit van de bedrijfsvoering waarborgt.
2. **Inzicht & Evaluatie:** De zelfreflectie via het VitaliteitsKompas maakt individuele vooruitgang en bewustwording inzichtelijk voor de medewerker.
3. **Zelfregie:** De medewerker ontwikkelt een individueel preventieplan voor langetermijninzetbaarheid, ondersteund door praktische handvatten voor grensbewaking.
4. **Aantrekkelijk Werkgeverschap:** In de huidige krappe arbeidsmarkt profileert de organisatie zich als een werkgever die tastbaar investeert in het menselijk kapitaal.

Deze strategische voordelen sluiten naadloos aan bij de verzwaarde wettelijke eisen voor werkgevers.



Wettelijke kaders & zorgplicht 2026

De verantwoordelijkheid van de werkgever is per 1 juli 2026 strikt aangescherpt. Er geldt een verzwaarde **wettelijke zorgplicht en actieve raadplegingsplicht**, waarbij werkgevers verplicht zijn medewerkers op alle niveaus te consulteren over gezond en veilig werken.

De geanonimiseerde groepsrapportage (beschikbaar bij afname vanaf 25 medewerkers) biedt noodzakelijke data-onderbouwing om te voldoen aan de actieve raadplegingsplicht.
Conform de AVG worden individuele antwoorden, persoonlijke uitkomsten van het VitaliteitsKompas en gezondheidsgegevens niet met de werkgever gedeeld. De werkgever ontvangt uitsluitend informatie op groepsniveau, voor zover deze niet tot individuele medewerkers herleidbaar is.

Het programma kan daarnaast aansluiten bij het preventiebeleid van de organisatie en bij de aandacht voor psychosociale arbeidsbelasting (PSA) binnen de RI&E.

Programma-opbouw & investeringsstructuur

Het traject heeft een doorlooptijd van 5 tot 6 maanden, noodzakelijk voor duurzame fysiologische verandering en gedragsverankering.

Onderdeel	Inhoud & structuur	Tijdsinvestering
Directe begeleiding	10 contactmomenten: • Intake & Nulreflectie (120 min), *(inclusief het zelfstandig invullen van het VitaliteitsKompas),* • Fysiek Herstel (3x 60 min), • Mentale Ruimte (90 min), • Integratiefase (4x 120 min), • Borging & Eindreflectie (120 min).	16 uur (face-to-face)
Analyse & begeleiding	• Sessievoorbereiding, • Voorbereiding VitaliteitsKompas-gesprek *(analyse ter voorbereiding op het coachende gesprek over de door de medewerker gekozen thema's),* • AVG-proof dossiervorming en rapportage.	3 uur (indirect)
Persoonlijk veerkrachtplan	Individueel eindproduct voor grenzen en herstel.	Concreet eindproduct
Werkmaterialen	Fysieke en digitale reflectiematerialen en geïndividualiseerde oefeningen.	Inbegrepen
HR-Coördinatie *Indien nodig*	Professionele planning en procesafstemming met de HR-afdeling.	Inbegrepen

Investering

De vaste investering bedraagt **€ 1.750,- per medewerker,** vrijgesteld van btw.

Strategische financiering

WKR & budgetallocatie

Om de investering fiscaal optimaal te benutten, kan het programma mogelijk binnen de volgende kaders worden gefinancierd:

- **WKR:** Afhankelijk van de situatie kan een gerichte vrijstelling mogelijk van toepassing zijn. De fiscale beoordeling ligt bij de werkgever en/of diens adviseur.
- **Budgetinzet:** Het programma kan, afhankelijk van het beleid van de organisatie, mogelijk worden bekostigd vanuit budgetten voor vitaliteit, duurzame inzetbaarheid of training & opleiding.

Aanvullend en niet vervangend

Re-integratie & disclaimers

Dit programma is een aanvullende interventie en vervangt geen medische of bedrijfsgeneeskundige diagnostiek.

Re-integratie ondersteuning Indien een medewerker reeds deels is uitgevallen, biedt het programma specifieke ondersteuning bij werkhervatting. De focus ligt hierbij op het **herstellen van de belastbaarheid** en het actief **bewaken van nieuwe grenzen** tijdens het re-integratieproces, om terugval te voorkomen.

Medisch-juridische waarborg

- **Screening:** Om de veiligheid te waarborgen, vindt tijdens de intake een screening plaats volgens IEMT-richtlijnen. Bij medische contra-indicaties (o.a. specifieke oogziekten of actieve psychoses) kan deelname worden geweigerd. In dat geval geldt een gereduceerd screeningstarief van **€ 275,- (btw-vrij)**.
- **Zero-Risk No-Show beleid:** De eerste te late afzegging is kosteloos. Bij volgende incidenten wordt **€ 150,-** berekend; hierdoor blijft de volledige behandelduur van 16 uur beschikbaar voor de medewerker zodra inzetbaarheid hersteld is.

Capaciteit & directe actie

Vanwege de intensieve persoonlijke begeleiding en kwaliteitsbewaking is de capaciteit gelimiteerd tot **maximaal 32 medewerkers per jaar**, met een gecontroleerde instroom van maximaal 2 nieuwe trajecten per maand.

Ik nodig u uit voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek om de mogelijkheden voor uw organisatie en de invulling hiervan in kaart te brengen.



Imre Giesselbach

RBCZ-registertherapeut | BSR & IEMT practitioner
Expert in veerkracht en preventie

Gezondheidscentrum Lage Leun
Kraanvogellaan 13
5221 GA 's-Hertogenbosch

06 - 25 02 29 19
www.bodystressrelease-bsr.nl
www.integraleyemovementtechnique.nl

Body Stress Release
BSR Noord-Brabant

Integral Eyemovement Technique - IEMT