



BARTIMEUS

TRAINING

'Hoe voorkomt u overbelasting bij uw visueel beperkte werknemer?'



In de praktijk blijkt dat de combinatie van werken met een visuele beperking veel energie kost en tot overbelasting kan leiden. In de training 'Energie-managen in je werk' gaan we samen met uw werknemer aan de slag met andere manieren van werken en leert hij keuzes maken in het slim omgaan met energie. Met als doel het voorkomen van uitval op het werk en het hervinden en behouden van plezier en vitaliteit.

Voor wie?

De training is ontwikkeld vanuit de vraag van werkenden met een visuele beperking. Iedereen in de leeftijd van 18 - 67 jaar, met mbo+, hbo en wo denkniveau, slechtziend of blind kan zich aanmelden.

Wat krijgt uw werknemer?

De driedaagse training – twee dagen aaneengesloten én een verdiepingdag – geeft een korte time-out om de focus te leggen op gedrag en de gevolgen die dit heeft op het energieniveau. Na de

training kan uw werknemer de aangereikte handvatten in de eigen werksituatie toepassen en kan hij keuzes maken in het gebruik van zijn energie. Circa een half jaar na de training organiseren we de verdiepingdag. Dan staan evaluatie van de toepassing in de dagelijkse praktijk, het bespreken van de persoonlijke doelstellingen en het delen van ervaringen centraal. In het middagprogramma worden diverse thema's uitgediept door middel van workshops.

De training omvat onder andere de volgende aandachtsgebieden:

- persoonlijke effectiviteit;
- timemanagement;
- gebruik van hulpmiddelen en hulpbronnen;
- effectief communiceren.

Uw werknemer krijgt handige tips en trucs om in praktijk te brengen en om eventueel ook op zijn werkplek bespreekbaar te maken.

Uw voordelen op een rij

Als werkgever heeft u er baat bij dat uw werknemer duurzaam inzetbaar blijft. Na de training kunt u het volgende verwachten:

- Werknemer is zich bewust van zijn energiebronnen en werkstressoren in relatie tot zijn visuele beperking;
- Werknemer weet hoe hij invloed kan uitoefenen op zijn energieverbruik;
- Werknemer kan hierover effectief communiceren met leidinggevende en collega's.

Met als voornaamste doel: voorkomen van uitval!

Positieve reacties

“De training was een eyeopener. Ik wilde zo graag het leven leiden zoals ik dat altijd deed, maar ik moest leren accepteren dat dit niet meer reëel was. In mijn werk liep ik tegen zaken aan die mij veel energie kostten. Door alle tips & trucs en antwoorden op mijn vragen kan ik nu verder en krijg ik weer energie van werken”

“Ik heb geleerd hoe ik beter met de computer kan werken, zodat ik minder energie verspil”

“Ik kan mijn beperking nu beter accepteren en ik heb goede ‘munitie’ om op mijn werk gehoord te worden. Ik ben opener geworden over mijn oogaandoening. Het is fijn om samen met ‘lotgenoten’ en professionals twee dagen te praten over je visuele beperking en te leren van elkaar. Dat is in het dagelijkse leven écht niet mogelijk!”

“De verdiepingstag bij Bartiméus in Ermelo vond ik een verademing. Na een training ‘ren je weer door’. Fijn om weer even de boel op te frissen! Ook de contacten met andere deelnemers vond ik leerzaam. Deze training is een goed preventiemiddel. Haal eruit wat van toepassing is”

Wie verzorgt de training?

De trainers zijn ervaren arbeidsconsulenten, loopbaanadviseurs en psychologen van het Bartiméus Expertisecentrum Werken.

Hoe vaak en waar?

Deze training wordt gegeven in congrescentrum Dennenheul in Ermelo, gelegen in een mooie en rustieke omgeving. In overleg is eventueel een andere locatie mogelijk. Dit hangt echter wel af vanuit welke regio's de aangemelde deelnemers komen.

Kosten

Deze training kost € 1.350,- (excl. BTW). Kosten zijn inclusief materiaal, overnachting, koffie/thee en maaltijden.

Meer weten

Voor meer informatie over deze training kunt u contact opnemen met het Bartiméus Expertisecentrum Werken, telefoon 0341 - 49 84 98 of e-mail sterkinwerk@bartimeus.nl.



Bartiméus 0900 - 77 888 99
(lokaal tarief)



www.bartimeus.nl



@[bartimeusnieuws](https://twitter.com/bartimeusnieuws)



facebook.com/bartimeus