

Stressreductieprogramma

Voor wie?

Medewerkers die dreigen uit te vallen, door verstoring van het persoonlijk evenwicht.

Het stressreductieprogramma uit Livvit wordt ingezet door Heartmath Benelux. Heartmath Benelux werkt met het emWave computerprogramma. Met dit programma wordt in kaart gebracht in hoeverre de medewerker in balans is. Het emWaveprogramma meet de hartritme variabiliteit met behulp van elektroden op de handen van de medewerker. Het programma brengt zo de innerlijke staat direct en objectief in kaart.

De behandeling

Tijdens de sessies leert de medewerker technieken om het hartritme te beïnvloeden en zijn gedrag te veranderen en dus zijn innerlijke staat te verbeteren. Het is namelijk bewezen dat er verband bestaat tussen het hartritme en de mentale, emotionele en fysiologische verschijnselen in het lichaam. Voorafgaand aan de sessies vult de medewerkers een vragenlijst in. De ingevulde vragenlijst geeft een weergave van de dagelijkse stemming, houding en stress-gerelateerde symptomen van de medewerker. Naar aanleiding van het onderzoek en de vragenlijst wordt een 1-op-1 training gehouden. De training bestaat uit 6 sessies van een uur verspreid over 2 maanden. Met behulp van de training wordt de gezondheid en het prestatievermogen van de medewerker sterk verbeterd. Dit programma kan ook als groepstraject gevolgd worden.

Kosten en vergoeding

Het stressreductieprogramma van Heartmath Benelux kost € 828,75 inclusief emWave en wordt door Livvit met 100% vergoed (max. 1 traject per persoon, per jaar). Het stressreductieprogramma als groepstraject kost € 510,- per persoon, inclusief emWave.

Aanvraagprocedure

De leidinggevende kan het coachingstraject aanvragen bij de Helpdesk. Binnen 48 uur na aanvraag bij de Helpdesk wordt contact opgenomen met de werkgever en de desbetreffende medewerker. Er is een verwijzing van de bedrijfsarts nodig.

Let op:

De vergoeding van coaching wijzigt niet ten opzichte van vorig jaar. Het stressreductieprogramma valt daarom nog steeds onder de coachingstrajecten. Dit betekent dat u één coachingstraject vergoed krijgt, waarbij geen onderscheid gemaakt wordt tussen het stressreductieprogramma, en het coachingstraject vallend onder psychische interventies of vallend onder fysieke interventies.

Zorgpartner

Heartmath Benelux