



INTERVENTIEPROGRAMMA'S

STAC mens & arbeid
Antoniusplein 2
4664 BK Lepelstraat

T 0164 630 145
E info@stac.nl

www.stac.nl

Indien er sprake is van arbeidsongeschiktheid, maar de verwachting is dat het werk in de toekomst weer kan worden hervat, wordt een keuze gemaakt uit verschillende modules om het gezondheidsprobleem optimaal te kunnen begeleiden. De keuze vindt plaats naar aanleiding van de gegevens zoals verkregen tijdens de intake.

Intake

De intake bestaat standaard uit:

- Fysiotherapeutische intake en onderzoek
- Arbeidsgerelateerde intake
- Klachtenspecifiek onderzoek van de conditie, spierkracht en/of belastbaarheid
- Afname van vragenlijsten gericht op inventariseren van klachten (VAS), beperkingen (klachtenspecifieke vragenlijst) en arbeidsgerelateerde factoren (VAR-2)
- Verslaglegging en offerte

Indien gewenst kan de intake worden uitgebreid met:

- Psychologische intake
- Belastbaarheidsonderzoek gericht op inventariseren van de (arbeids) belastbaarheid van een specifieke lichaamsregio

Na de intake wordt er een keuze gemaakt uit de volgende modules:

Module fysieke training

Het fysieke trainingsprogramma duurt 3 maanden en is volgens een vast protocol opgebouwd. Het programma is tijdscontingent en geschiedt dus niet direct op geleide van pijn. Het bestaat uit de volgende onderdelen:

- conditie training
- gerichte en aangepaste krachttraining, duurtraining en/of circuittraining
- functionele oefenvormen

Module functionele training

Groepstraining waarbij, rekening houdend met de specifieke lichaamsregio of de werksituatie van de cliënt, een wekelijks terugkerend programma wordt afgewerkt. Dit programma is gericht op verbetering van vaardigheden die bijdragen aan bijvoorbeeld conditionering van rug gebruik, werktechniektraining of dagindeling.

Module re-integratie begeleiding

De inhoud van deze module is afhankelijk van de factoren zoals verkregen tijdens de intake. Ook de gegevens van de VAR-2 zullen worden gebruikt om deze module op maat vorm te geven.

Deze module kan daarbij bestaan uit:

- Fysiotherapeutische intake en onderzoek
- Het inventariseren van de werkhervattingsdrempel en het bepalen van de re-integratiemogelijkheden
- Het geven van inzicht in de herstel belemmerende factoren zowel aan de werknemer als de werkgever
- Driegesprek tussen de leidinggevende, werknemer en re-integratiebegeleider
- Werkhervattingsplan gericht op opbouw in taken en uren. Deze wordt gedurende het traject geëvalueerd en aangepast waar nodig
- Begeleidingsgesprekken met werknemer
- Gesprek met de leidinggevende en werknemer samen
- Overleg met de bedrijfsarts
- Training on the job, gericht op het ter plaatse implementeren van geleerde arbeidsvaardigheden
- Verslaglegging

Module Pijn de baas

Wekelijks terugkerende groepstraining opgebouwd uit de volgende onderdelen:

- Pijneducatie; gericht op uitleg over chronische pijn, sensitatisatie van het centrale zenuwstelsel en werking van het brein. Doel hiervan is verandering van inzicht, cognities en omgang met de klachten.
- Stressmanagement, gericht op het herkennen en hanteren van stressoren, waarbij gebruik wordt gemaakt van lijsten ten behoeve van stressherkenning, technieken om emoties te beïnvloeden en visualisatietechnieken.
- Ontspanningstraining, hierbij wordt aandacht besteed aan ademhalingsoefeningen, bewuste fysieke ontspanningsoefeningen en autogene training. Deze technieken worden in de loop van het traject geïntegreerd met de stressmanagementtraining.

Module psychologische begeleiding

Dit betreffen individuele gesprekken met de psycholoog waarbij wordt ingegaan op persoonlijk onderhoudende factoren in een klachten en beperkingenbeeld. Tevens zal eventueel aanwezige sociaal-maatschappelijke en arbeidsgelateerde problematiek besproken worden. Een koppeling wordt hierin gemaakt met de pijn en stressmanagement in de module pijn de baas en ook wordt de persoonlijke situatie van betrokkene verder beoordeeld en besproken.