

# TRAINING ONDERSTEUNT VERZORGENDEN MET MANTELZORGTAKEN

HAN UNIVERSITY  
OF APPLIED SCIENCES

## PROBLEEM

1 op de 4 verzorgenden is naast het werk actief als mantelzorger. Door de werkdruk en zorglast is de kans op uitval groot. Zeker bij laagopgeleide professionals ouder dan 50 jaar. Die beschikken niet altijd over de middelen of vaardigheden om werk en privé in balans te brengen. Wat werkt om hen binnenboord te houden?

### UITDAGING HAN HEALTH

## ZELFMANAGEMENT BEVORDEREN

- Een interventie ontwikkelen om de eigen regie van verzorgenden te vergroten en zo gezondheid en vitaliteit te bevorderen.

### AANPAK

## SAMENWERKEN IN DE PRAKTIJK

- Samenwerken met werkgeversvereniging WZW en zorginstellingen.
- Input ophalen bij doelgroep, leidinggevenden en HR-medewerkers.
- Interventie ontwikkelen en direct testen.

## RESULTAAT

## TRAINING EN TOOLS

- 2-daagse in company-training om zelfreflectie te bevorderen, behoeften te verkennen, ervaringen te delen, actieplan zelfmanagement op te stellen, hulpmiddelen te verkennen en awareness bij leidinggevenden en HR-medewerkers te vergroten.
- Handzaam boekje met overzicht cursussen, coaching en tools.



**WERKVELD:** Werkgeversvereniging Zorg en Welzijn in Midden- en Zuid-Gelderland, Zorginstellingen

**ONDERWIJS:** Human Resource Management, Toegepaste psychologie

**ONDERZOEK:** Lectoraat Human Resource Management, Lectoraat Arbeid & Gezondheid

**INCLUSIE DOELGROEP:** 50+-verzorgenden mbo-niveau 1 of 2



## SAMEN GEZONDHEIDSVerschillen VERKLEINEN

Mensen met een lage opleiding of inkomen leven 7 jaar korter en voelen zich meer dan 15 jaar minder gezond. Het gaat om 30% van alle Nederlanders.

We werken met docenten, onderzoekers, studenten en professionals samen aan oplossingen om deze sociaaleconomische gezondheidsverschillen te verkleinen.

[han.nl/health](https://han.nl/health)