Livvit gids 2017

Gezond Ondernemen

Doe je samen!

Zilveren Kruis
raad en daad

Wat staat er in deze gids?

Hoofstuk 1: Algemene informatie 3
Wat leest u in de Livvit Gids? 4
Zilveren Kruis zorgaanbieder 5
Eigen zorgaanbieder 6
Bedrijfsgezondheidsbudget 7
Eigen risico van de zorgverzekering 8
Ondersteuning adviseur Gezond Ondernemen 8
Zilveren Kruis Beoordelingsrichtlijn (ZBR) 8

Hoofstuk 2: Mentale gezondheidsoplossingen 9
Duurzaam inzetbaar en regie – HR management 10
Duurzaam inzetbaar en regie - Leidinggevenden 11
Duurzaam inzetbaar en regie - Medewerkers 12
Leefstijltraining BOOST 13
Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) 14
Coaching op mentaal gebied 15
Vitaliteitsapp ichange3 16
E-coachingsprogramma Stress 2.0 17
Training Jong geleerd en oud gedaan (VeerkrachtWijzer) 19
Loopbaanonderzoek 20
Mediation 21
Psychologische zorg (arbeidsgerelateerd) 22
Vragenlijst Your Vitality Score 23
Werken aan Veerkracht door hartcoherentie 24
Vergroot je veerkracht, verminder je stress! 26
Workshops 28

Hoofstuk 3: Fysieke gezondheidsoplossingen 36
Coaching op fysiek gebied 37
Fysiotherapie op de werkplek 38
Basis Health Check 39
Training fysieke belasting 40
Sportprogramma's - Workshops, trainingen en clinics 41

Hoofstuk 4: Overige gezondheidsoplossingen 43
Arbeidsdeskundig advies 44
Samen Werkt Duurzaam 45
Taxivervoer 47
Spoedeisende thuishulp 48
Zorgbemiddeling 49
Korting 50
Dynamisch werken 50
Fysius Rugvitaal 51

Hoofstuk 5: Vergoedingenoverzicht Livvit 2017 52

Hoofdstuk 1
Algemene informatie

Wat leest u in de Livvit Gids

De hogescholen kiezen voor de ondersteuning van hun gezondheidsmanagement voor Livvit. Op deze manier is het vertrouwen in Zilveren Kruis uitgesproken. Een uitstekende keuze in het kader van Gezond Ondernemen.

In deze gids staat alle zorg omschreven die wij u bieden binnen Livvit

Met behulp van gezondheidsoplossingen werken we samen aan een gezondere werkvloer.
Het doel is om te zorgen voor gezonde en vitale medewerkers die betrokken, flexibeler en creatiever zijn.
De arbeidsproductiviteit stijgt, de verzuimkosten dalen en het bedrijfsresultaat verbetert. Zo dragen gezonde medewerkers rechtstreeks bij aan het succes van uw hogeschool.

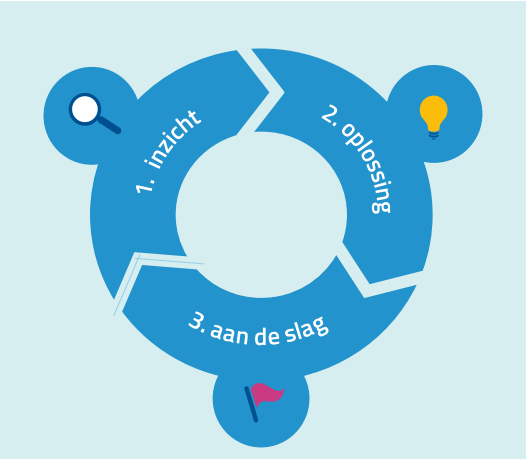
In de gids vindt u de kosten terug en de vergoedingen of kortingen

Als werkgever kunt u hiervoor in aanmerking komen. Voor de volledige voorwaarden verwijzen we u naar de Algemene voorwaarden en vergoedingen.

Gezondheidsmanagement via een uniek cyclisch proces van inzicht, oplossing en aan de slag

Uw adviseur Gezond Ondernemen geeft u inzicht in zorggebruik (o.a. via de kwartaalrapportage en Zorgplus analyse). Maar ook door het aanbieden van de Basis Health Check.
Door dit inzicht krijgt u van onze adviseur advies over het verder versterken van uw gezondheidsbeleid via een uniek cyclisch proces.
Denk bijvoorbeeld aan:

- Strategisch beleidsadvies;
- Advies over hoe u uw gezondheidsprogramma inricht of;
- Advies over de inzet van de in deze gids genoemde gezondheidsoplossingen.



Waar bestaat Livvit uit?

Een gezonde balans tussen preventieve gezondheidsoplossingen om verzuim te voorkomen en uw medewerkers fit en vitaal te houden. En gezondheidsoplossingen om uw zieke medewerkers snel weer te laten re- integreren.
Deze Livvit gids heeft de volgende opbouw:

- Mentale gezondheidsoplossingen
- Fysieke gezondheidsoplossingen
- Overige gezondheidsoplossingen

Deze Livvit gids geeft indicatieve informatie over de inhoud, prijzen en vergoedingen. Uit de informatie van deze gids kunt u geen rechten ontlenen. In de polisvoorwaarden Livvit staat de gedetailleerde omschrijving van de voorwaarden en vergoedingen die voor u gelden. De polisvoorwaarden vraagt u op via: helpdesk.livvit@zilverenkruis.nl.

Zilveren Kruis zorgaanbieder

Zorgaanbieder

Een zorgaanbieder is een zorgverlener met wie Zilveren Kruis afspraken heeft gemaakt. En die ook voldoet aan de Zilveren Kruis Beoordelingsrichtlijn (ZBR). Zorgaanbieders zijn voor het afsluiten van een contract getoetst op prijs, kwaliteit en effectiviteit.

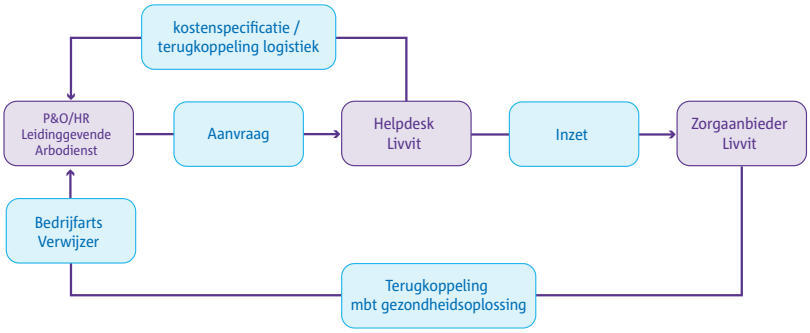
De zorgaanbieders dienen de rekeningen in bij de Helpdesk

De rekeningen worden volgens de Livvit voorwaarden vergoed. In de Livvit gids staan de prijzen die met onze zorgaanbieders zijn afgesproken. Deze prijzen wijken af van de marktprijzen van de zorgaanbieders.
Alle genoemde prijzen zijn exclusief BTW.

Procedure aanvragen en inzetten gezondheidsoplossingen

Binnen de Helpdesk is een Livvit team samengesteld voor de hogescholen. Dit team biedt ondersteuning op organisatorisch en administratief gebied. De procedure voor het aanvragen en inzetten van gezondheids-oplossingen:

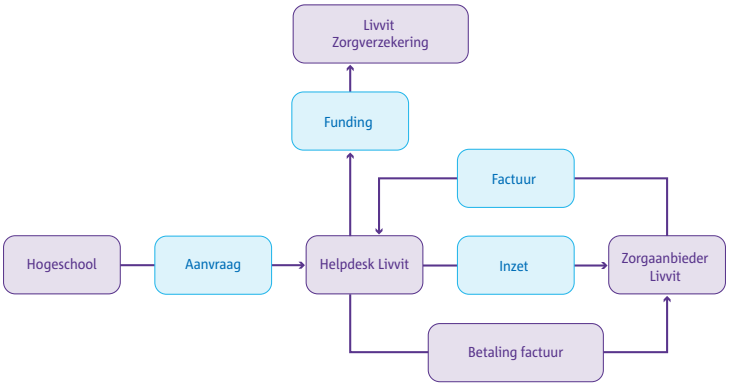
- E-mail het aanvraagformulier naar Dienstverlening Livvit: helpdesk.livvit@zilverenkruis.nl.
- U ontvangt een (kosten)specificatie van de gevraagde gezondheidsoplossing. Deze ontvangen wij graag ondertekend retour.
- Tegelijkertijd vraagt de Helpdesk Livvit de gezondheidsoplossing aan bij een van de (door Zilveren Kruis gecontracteerde) zorgaanbieders.
- Vervolgens informeert de Helpdesk Livvit u over de inzet en planning van de gezondheidsoplossing.
- Na de inzet van de gezondheidsoplossing geeft de zorgaanbieder terugkoppeling aan de bedrijfsarts of verwijzer.
- De Helpdesk Livvit betaalt de op uw naam gestelde factuur.



Het facturatie proces

Maakt u gebruik van een zorgaanbieder van Zilveren Kruis? De zorgaanbieder stuurt de op uw naam gestelde factuur direct naar de Helpdesk Livvit. Deze factuur wordt vergoed door de Helpdesk Livvit *). Voor u dus administratief gemak.

*) Wanneer de maximale vergoeding bereikt is, betaalt u een deel van de kosten zelf.



Eigen zorgaanbieder

Niet-gecontracteerde zorgaanbieders

Dit zijn zorgaanbieders met wie Zilveren Kruis geen afspraken heeft gemaakt. In een aantal gevallen is het mogelijk uw eigen zorgaanbieder in te zetten. U krijgt een vergoeding als de zorg identiek is aan die van de gecontracteerde zorgaanbieder(s) en de niet-gecontracteerde zorgaanbieder voldoet aan de ZBR online.

Welke prijs geldt bij niet-gecontracteerde zorgaanbieders?

De gezondheidsoplossing of dienst van de eigen zorgaanbieder kan duurder zijn dan de ingekochte gezondheidsoplossing van Zilveren Kruis. In dat geval wordt het maximale bedrag van de door Zilveren Kruis ingekochte gezondheidsoplossing door Livvit vergoed. Uitzonderingen hierop zijn de Leefstijltraining BOOST, de workshops en de inspiratiesessies. Deze gezondheidsoplossingen worden exclusief door de zorgaanbieders van Zilveren Kruis uitgevoerd.

Kwaliteitscriteria eigen zorgaanbieders

Eigen zorgaanbieders, ingezet voor psychologische zorg, arbeidsdeskundig advies, fysiotherapie op de werkplek of mediation, moeten gecertificeerd of geregistreerd zijn.

- Psychologen moeten BIG-geregistreerd zijn, of geregistreerd staan als GZ-psycholoog.
- Arbeidsdeskundigen en arbeidsfysiotherapeuten moeten geregistreerd staan in het beroepsregister.
- Mediators moeten ingeschreven staan in het MfN-register.

De eigen zorgaanbieder mag niet optreden als ‘onderaannemer’

Dat wil zeggen: een organisatie die in opdracht van uw eigen zorgaanbieder, zonder voor hem in dienst te zijn, de gezondheidsoplossing geheel of gedeeltelijk uitvoert. Daarom geldt: de zorgaanbieder die getoetst wordt op de ZBR, is ook de zorgaanbieder die de zorg levert. Alle zorgaanbieders van Zilveren Kruis voldoen aan de ZBR.

Alle criteria voor eigen zorgaanbieders op een rij:

- Registratie in het beroepsregister (indien van toepassing).
- Gezondheidsoplossing of behandeling is vergelijkbaar aan die van de gecontracteerde zorgaanbieder.
- Er wordt niet opgetreden als onderaannemer.
- Er wordt voldaan aan de ZBR (online) toets.

Procedure aanvragen van gezondheidsoplossingen

Ook eigen zorgaanbieders kunnen worden ingezet. Deze zorgaanbieder moet dan wel aan alle bovenstaande criteria voldoen. De procedure voor het aanvragen van eigen zorgaanbieders is als volgt:

- De zorgaanbieder meldt zich aan bij QSN. QSN is het onafhankelijk auditbureau die voor ons de ZBR (online) toets uitvoert. Aanmelden kan via: zk.nl/zbr.
- QSN stuurt de zorgaanbieder een vragenformulier over de te leveren gezondheidsoplossing.
- Aan de hand van het ingevulde formulier wordt beoordeeld of de gezondheidsoplossing vergelijkbaar is met bestaande Livvit gezondheidsoplossingen.
- Na de goedkeuring vindt de ZBR (online) toets van de zorgaanbieder plaats.
- Is de ZBR (online) toets positief? Dan dient de hogeschool de factuur in bij de Helpdesk Livvit. Het totaalbedrag wordt tot het maximale tarief van de gecontracteerde zorgaanbieder betaald aan de hogeschool.

Hoe werkt de facturatie?

Bij het inzetten van een eigen zorgaanbieder betaalt de hogeschool de factuur eerst zelf. Daarna stuurt de hogeschool de originele factuur met het ingevulde declaratieformulier naar de Helpdesk Livvit. De Helpdesk vergoedt de factuur volledig tot het maximale inkoopbedrag. Voldoet de eigen zorgaanbieder niet aan alle criteria voor vergoeding (eigen zorgaanbieder), dan kunt u hiervoor wel het Bedrijfsgezondheidsbudget inzetten.

Bedrijfsgezondheidsbudget

Het Bedrijfsgezondheidsbudget bedraagt 20% van uw jaarpremie. Dit bedrag kunt u besteden aan gezondheidsoplossingen voor individuele medewerkers. Of aan gezondheidsoplossingen voor het totale personeelsbestand of voor een specifieke groep.

Vergoedingen voor projecten

Bij een project kunnen, alleen in relatie tot een evenement, ook communicatie- en marketingkosten en eventuele locatiekosten worden vergoed vanuit het Bedrijfsgezondheidsbudget. Dien uw aanvraag in bij uw adviseur Gezond Ondernemen. Deze beoordeelt of het project voor vergoeding in aanmerking komt.

De mogelijkheid tot aanvulling op gezondheidsoplossingen

Het is mogelijk om het Bedrijfsgezondheidsbudget in te zetten als aanvulling op gezondheidsoplossingen vanuit Livvit die al een vergoeding kennen. Zoals gezondheidsoplossingen op het gebied van Arbeidsgerelateerde zorg die op het gehele personeelsbestand van toepassing (kunnen) zijn.

Diensten die niet voor vergoeding in aanmerking komen

Enkele voorbeelden van diensten die niet in aanmerking komen voor vergoeding vanuit het Bedrijfsgezondheidsbudget:

- Activiteiten naar aanleiding van Wet- en regelgeving (RI&E, PMO).
- Re-integratie activiteiten 2e spoor.
- Investeringen in gebouwen.
- Aanschaf inrichting kantoor, fitnessruimte.
- Contributies of lidmaatschappen van hobby's of sporten.
- Uurloon interne medewerkers.
- Aanschaf cadeaubonnen of andere vormen van presentjes.
- Kosten die indirect aan het zorgproject gerelateerd zijn, zoals gemaakte kosten voor vergaderingen en vervoerskosten.

Maakt u gebruik van een eigen zorgaanbieder?

En voldoet deze zorgaanbieder niet aan alle criteria voor vergoeding? U kunt dan hiervoor het Bedrijfsgezondheidsbudget inzetten. U kunt het Bedrijfsgezondheidsbudget per kalenderjaar besteden. Na dit kalenderjaar komt het nog te besteden bedrag te vervallen.

Eigen risico van de zorgverzekering

Voor sommige gezondheidsoplossingen is er vergoeding vanuit de zorgverzekering van de medewerker mogelijk. Dit betekent dat de medewerker het verplicht en/of vrijwillig eigen risico betaalt in dat jaar.

Ondersteuning adviseur Gezond Ondernemen

Schakel de adviseur Gezond Ondernemen in voor hulp en advies bij het gebruiken van Livvit. Samen met de adviseur bepaalt u bij welke activiteiten de hogeschool het meeste baat heeft.

U krijgt een managementrapportage

De managementrapportage bespreekt u met uw adviseur. Dit overzicht geeft u inzicht in kosten en opbrengsten. Het is mogelijk om dit overzicht meerdere keren per jaar te ontvangen.

De Zilveren Kruis Beoordelingsrichtlijn (ZBR)

Zilveren Kruis heeft sinds een aantal jaren de ZBR voor arbeidsgerelateerde zorg. De ZBR beoordeelt de (kwaliteits)aspecten van de zorgaanbieder en product/dienst met een focus op zowel in- als output. Met deze kwaliteitstoets wil Zilveren Kruis de kwaliteit van de ingekochte gezondheidsoplossingen beheersen en verder verbeteren.

De zorgaanbieders van Livvit zijn getoetst aan de ZBR en voldoen hieraan

De beoordelingsrichtlijn bestaat uit 3 onderdelen:

- betrouwbaarheid van de organisatie;
  De vragenlijst is gericht op de betrouwbaarheid en stabiliteit van de organisatie. In hoeverre komt de organisatie haar verplichtingen na? Deze punten worden door middel van de schriftelijke toets beoordeeld
- beheersbaarheid van het proces;
  Deze vragenlijst is gericht op de mate waarop de organisatie de processen beheerst. Vindt er een procedurele sturing plaats voor het primaire proces: de intake, uitvoering, evaluatie en facturering van de productie en/of dienstverlening? Deze punten worden aan de hand van de praktijktoets beoordeeld
- aantoonbaarheid van het product of dienst;
  Deze vragenlijst is gericht op de effectiviteit, prijs en bereikbaarheid van het product dat wordt aangeboden. Deze punten worden ook beoordeeld in de praktijktoets.

Zilveren Kruis Beoordelingsrichtlijn Online (ZBR online)

De niet-gecontracteerde zorgaanbieders moeten ZBR online getoetst zijn. Bij de ZBR online versie wordt geen praktijkbezoek uitgevoerd. De doorlooptijd van de ZBR online versie is circa 2 tot 8 weken. Meer informatie over de kosten en inhoud van deze toets vindt u op: zk.nl/zbr.

Hoofdstuk 2
Mentale gezondheidsoplossingen

In dit hoofdstuk vindt u alle gezondheidsoplossingen om uw medewerkers mentaal fit te houden.

Duurzaam inzetbaar en regie
Training voor HR-management

Voor wie?
De training is er voor HR-management dat adviseert in veranderende situaties, positie moet bepalen en processen moet begeleiden.

Wat houdt de training voor HR-management in?
De training geeft inzicht in het eigen proces en in de eigen functie. In de training worden bewustzijn, inzicht en tools aangereikt om nog beter preventief te kunnen managen op duurzame inzetbaarheid van medewerkers. Van tevoren krijgt de HR-manager een online intake waarop de verwachtingen kunnen worden aangegeven, zodat het maatwerk van de training zo goed mogelijk kan worden gemaakt.

Leerdoelen van de training zijn:
- Inzicht krijgen in hoe je draagvlak kunt creëren om veranderingen optimaal door te voeren.
- Adviesvaardigheid versterken.
- Betere aansluiting met het lijnmanagement.
- Daadkracht en positionering HR-(management).

Waar vinden de trainingen plaats?
De trainingen vinden plaats in of rond uw eigen hbo-instelling. De training(en) worden per hbo-instelling georganiseerd, zodat ingespeeld wordt op de situatie. De training duurt 1 dag.

Investering en vergoeding
Bij Bureau HTM kost de training € 1.995,- per groep (minimaal 6-maximaal 12 deelnemers).
Bij Leefstijl Training & Coaching kost de training € 2.718,- per groep (minimaal 6-maximaal 12 deelnemers). Livvit vergoedt 100% per groep en maximaal 1 training per medewerker per kalenderjaar.
Alle bijkomende kosten bij maatwerk, zoals catering en locatiehuur, zijn voor rekening van de hogeschool.

Zorgaanbieder
Bureau HTM
Leefstijl Training & Coaching (LTC)

Duurzaam inzetbaar en regie
Training voor leidinggevenden

Voor wie?
De training is bestemd voor leidinggevenden die te maken krijgen met situaties als werkdruk, stress, levensfase, verandering, communicatie en agressie.

Wat houdt de training voor leidinggevenden in?
Leidinggevenden kunnen te maken krijgen met medewerkers die niet lekker in hun vel zitten. Veranderingen in het werk of de privésituatie kunnen ervoor zorgen dat mensen opeens minder aan kunnen. De training voor leidinggevenden geeft inzicht in het herkennen van signalen, in het eigen proces en in de eigen functie. In de training worden bewustzijn, inzicht en tools aangereikt om nog beter preventief te kunnen managen op duurzame inzetbaarheid van medewerkers. Vooraf krijgt de leidinggevende een online intake waarop de verwachtingen kunnen worden aangegeven, zodat het maatwerk van de training zo goed mogelijk kan worden gemaakt.

Leerdoelen van de training zijn:
- Beter herkennen van signalen van stress bij leidinggevende zelf en zijn/haar medewerkers.
- Omgaan met medewerkers die moeite hebben met veranderingen.
- De verantwoordelijkheid bij de medewerkers zelf laten.
- Op een stimulerende manier leiding geven aan aanwezigheid.
- Het voeren van 'het moedige gesprek'.

Waar vinden de trainingen plaats?
De trainingen vinden plaats in of rond uw eigen hbo-instelling. Om in te spelen op de situatie wordt de training per hbo-instelling georganiseerd. De training duurt 1 dag.

Investering en vergoeding
Bij Bureau HTM kost de training € 1.995,- per groep (minimaal 6-maximaal 12 deelnemers).
Bij Leefstijl Training & Coaching kost de training € 2.718,- per groep (minimaal 6-maximaal 12 deelnemers).
Livvit vergoedt 100% per groep en maximaal 1 training per medewerker per kalenderjaar. Alle bijkomende kosten bij maatwerk, zoals catering en locatiehuur, zijn voor rekening van de hogeschool.

Zorgaanbieder
Bureau HTM
Leefstijl Training & Coaching (LTC)

Duurzaam inzetbaar en regie
Training voor medewerkers

Voor wie?
De training is bestemd voor medewerkers die met werkdruk, stress, levensfase, verandering, communicatie en agressie gerelateerde situaties te maken krijgen.

Wat houdt de training voor medewerkers in?
De training voor medewerkers geeft inzicht in het eigen proces en in de eigen functie. In de training worden bewustzijn, inzicht en tools aangereikt om nog beter gezond, productief en duurzaam inzetbaar te zijn. En regie op het eigen werk te houden. Vooraf krijgt de medewerker een online intake waarop de verwachtingen kunnen worden aangegeven, zodat het maatwerk van de training zo goed mogelijk kan worden gemaakt.

De training biedt maatwerk
En speelt in op de thema's die op uw school spelen. Leerdoelen zijn:
- Inzicht krijgen in de huidige situatie.
- Inzicht en bewustwording van het eigen handelen en het effect ervan.
- Inzicht in hoe het anders kan.

Waar vinden de trainingen plaats?
De trainingen vinden plaats in of rond uw eigen hbo-instelling. Om in te spelen op de situatie wordt de training per hbo-instelling georganiseerd. De training duurt 1 dag.

Investering en vergoeding
Bij Bureau HTM kost de training € 1.995,- per groep (minimaal 6-maximaal 12 deelnemers).
Bij Leefstijl Training & Coaching kost de training € 2.718,- per groep (minimaal 6-maximaal 12 deelnemers).
Livvit vergoedt 100% per groep en maximaal 1 training per medewerker per kalenderjaar. Alle bijkomende kosten bij maatwerk, zoals catering en locatiehuur, zijn voor rekening van de hogeschool.

Zorgaanbieder
Bureau HTM
Leefstijl Training & Coaching (LTC)

Leefstijltraining BOOST

Voor wie?
Iedere medewerker die uit balans dreigt te raken door stress. Bijvoorbeeld door hoge werkdruk, verstoorde werk-privé balans, oververmoeidheid, re-organisatie, conflicten of een scheiding.

De hectische wereld van vandaag stelt hoge eisen
Balansverstoringen liggen voortdurend op de loer. De Leefstijltraining BOOST helpt met het krijgen van inzicht in het eigen doen en laten en de eigen invloed hierop. We besteden aandacht aan ontspanning, voeding, slapen, bewegen, herstellen, kwaliteiten, communicatie en bevlogenheid. Er wordt gewerkt in een groep van circa 12 mensen, onder leiding van twee ervaren trainers.

Voor de start van de training vult de medewerker een vragenlijst in
Ook de leidinggevende of bedrijfsarts krijgt een aantal vragen. Deze ingevulde vragenlijst vormt extra input voor de training. Aan het einde van de training schrijft de medewerker een plan van aanpak.

Na de training volgt een traject van e-coaching en e-consult
Tijdens de training krijgt uw medewerker hulp om het geleerde naar de praktijk te vertalen. Leefstijl Training & Coaching (LTC) neemt na twee weken contact op met de medewerker om te informeren hoe het gaat. LTC vraag drie maanden later hoe het op dat moment gaat. Zo wordt ingespeeld op situaties die zich tussentijds voordoen. Hierdoor neemt het effect en de duurzaamheid van de training toe.

Waar vindt de training plaats?
De training vindt in de regio Apeldoorn plaats.

Investering en vergoeding
De training kost € 1.559,70 per persoon. Zilveren Kruis verzekerden met Aanvullend 3 sterren krijgen € 1.000,- vergoed en verzekerden met Aanvullend 4 sterren krijgen € 1.250,- vergoed. Livvit vult het resterende deel tot 100% aan van maximaal één Leefstijltraining per persoon per jaar.

Let op
- Er is een verwijzing van de (bedrijfs)arts nodig.
- Als de medewerker bij Zilveren Kruis aanvullend verzekerd is, wordt deze verzekering eerst aangesproken.

Zorgaanbieder
Leefstijl Training & Coaching (LTC)

Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching)

Bedrijfsmaatschappelijk werk begeleid uw medewerker doel- en oplossingsgericht. Dit door een bewezen methodische gespreksvoering. Uw medewerker wordt individueel en kortdurend ondersteund voor een langdurig effect.

Hoe verloopt bedrijfsmaatschappelijk werk?

Het doel van bedrijfsmaatschappelijk werk is verzuim te voorkomen en/of de medewerker zo snel mogelijk terug te laten keren op de werkvloer. In het eerste gesprek (intake) wordt gekeken of de vraag thuishoort bij de aanbieder van bedrijfsmaatschappelijk werk. En of de problematiek past binnen het kader van het werk. Daarna volgen de individuele gesprekken. Deze vinden meestal plaats bij de aanbieder van bedrijfsmaatschappelijk werk.

Voor wie?

Medewerkers die door werk en/of privé gerelateerde problemen/ontwikkelingen verminderd functioneren. Of dreigen uit te vallen of verzuimen.

Wanneer kan bedrijfsmaatschappelijk werk ingezet worden?

Bedrijfsmaatschappelijk werk en ondersteuning en advies voor werk bij Hulpvragen

- Verstoring werk – privé balans;
- Dreigende stress, burn-out en verzuim;
- Omgaan met (organisatie)veranderingen.

Bedrijfsmaatschappelijk werk, coachen bij Ontwikkelvragen

- Verandering van functie inhoud & functie eisen.
- Leren prioriteiten te stellen, hoe plan ik?
- Effectief leren communiceren, hoe kom ik over?

Bedrijfsmaatschappelijk werk, begeleiding bij Financiële hulpvragen

- Ordenen van de financiën: Samen structuur aanbrengen van financiën
- Balans in inkomsten en uitgaven: Oorzaak disbalans achterhalen en financieel evenwicht bereiken.

Investering en vergoeding

De kosten voor bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) zijn maximaal € 571,- per traject. Livvit vergoedt de kosten van maximaal 5 gesprekken. Livvit vergoedt 100% van maximaal 1 traject per persoon per jaar.

Let op

Niet alle zorgaanbieders komen op locatie. De eventueel daarvoor in rekening gebrachte extra (reis)kosten van de zorgaanbieder worden niet vergoed.

U krijgt één coaching traject per jaar vergoed

Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar voor alle vormen van coaching samen. Er is geen onderscheid tussen het stressreductieprogramma Werken aan Veerkracht (individueel en groep), Jong geleerd en oud gedaan, Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) en het coaching traject dat onder mentale gezondheidsoplossingen of onder fysieke gezondheidsoplossingen valt.

Zorgaanbieders

BeauAvis
Beter
SpecialistenNet
GIMD

Coaching op mentaal gebied

Livvit biedt twee soorten coaching programma's aan: coaching op mentaal gebied en coaching op fysiek gebied. Over fysieke coaching kunt u meer lezen in hoofdstuk 3.

Waar richt coaching op mentaal gebied zich op?

Coaching op mentaal gebied is alleen gericht op coaching bij psychische klachten.

Voorkomen of verkorten van verzuim bij medewerkers

Door verstoring van het persoonlijk evenwicht bij de medewerker bestaat de kans van uitval. Het inzetten van coaching begeleidt de medewerker naar persoonlijk en emotioneel herstel. Tijdens het intakegesprek wordt gekeken of het probleem van dreigend verzuim kan worden voorkomen of verkort.

Hoe ziet het coachingstraject eruit?

De zorgaanbieder helpt medewerkers zichzelf zodanig te ontwikkelen dat persoonlijke doelen en organisatie-doelen eerder worden bereikt. Eigen verantwoordelijkheid en zelfsturing van de medewerkers staan bij deze aanpak centraal. Het proces verloopt al volgt:

- Na overleg tussen de werkgever en de Helpdesk vindt binnen 5 werkdagen een intakegesprek plaats. Voorafgaand aan het intakegesprek vult de medewerker een digitaal intakeformulier in.
- Op basis van dit ingevulde formulier wordt met de medewerker een gesprek van 60 tot 90 minuten gehouden.
- Naar aanleiding van dit gesprek stelt de coach een plan van aanpak op.
- De coaching bestaat uit maximaal 5 sessies. Na elke sessie dient de medewerker binnen 2 dagen een sessieverslag te maken.
- Ook de coach legt na elke sessie vast wat de stand van zaken is.
- Aan het eind van het traject maken zowel de medewerker als de coach allebei een eindevaluatie.
- Deze eindevaluaties worden samengesteld tot één rapportage.

Investering en vergoeding

Livvit vergoedt 100% van maximaal 1 coaching traject per persoon per jaar, maximaal € 1.076,-.

U krijgt één coaching traject per jaar vergoed

Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar voor alle vormen van coaching samen. Er is geen onderscheid tussen het stressreductieprogramma Werken aan Veerkracht (individueel en groep), Jong geleerd en oud gedaan, Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) en het coaching traject dat onder mentale gezondheidsoplossingen of onder fysieke gezondheidsoplossingen valt.

Zorgaanbieders

Coaching NL
Coachingsgilde

Vitaliteitsapp ichange3

De vitaliteitsapp 'ichange3' helpt als digitale gezondheidscoach. Alles online, dus instappen kan op elk gewenst moment.

Elk traject start met een Gezondheidsmeting

De Gezondheidsmeting is een vragenlijst om het risicoprofiel in kaart te brengen. Uw medewerkers kunnen op elk gewenst moment instappen en zelf bepalen op welk tempo het traject wordt doorlopen. Uw medewerkers kunnen alle programma's volgen. En deze ook langdurig of herhaaldelijk gebruiken.

Ichange3 begeleidt medewerkers naar gezondere gewoontes

De voordelen:

- gegarandeerde levensstijl verandering via laagdrempelige coaching over stress, voeding, beweging, stemming, roken, gewicht, slaap en alcohol
- integratie van stappenteller in de coaching
- een hoge en langdurige betrokkenheid van de gebruikers door gepersonaliseerde oefeningen en pushberichten
- de app is wetenschappelijk onderbouwd en bewezen effectief. Zelfs bij de meest diverse groepen medewerkers qua leeftijd, functie en motivatie.

De werkgever krijgt maandelijks zicht op het gebruik van ichange3

En ziet hoeveel gebruikte abonnementen er zijn afgesloten. Bovendien ontvangt de werkgever na 3 en 9 maanden een beknopte rapportering over de gekozen doelen, de mate van verandering in het gezondheidsgedrag en activiteit op de app.

Investering en vergoeding

De kosten zijn maximaal € 60,- per actieve gebruiker per jaar. Livvit vergoedt maximaal € 60,- per actieve gebruiker per jaar.

Let op

- De hogeschool dient bij de Helpdesk Livvit een aanvraag in voor het aantal gewenste abonnementen. De hogeschool bepaalt op voorhand hoeveel abonnementen er worden aangekocht en voor welke duur.
- Medewerkers dienen te beschikken over een Android of iOS smartphone.

Zorgaanbieder

BrandNewHealth

E-coachingsprogramma Stress 2.0

Stress en hieraan gerelateerd psychisch verzuim vormen belangrijke thema's voor de hogescholen.

Voor wie?

Voor medewerkers bij wie (werk)stress een negatieve invloed heeft op hun werk en/of gezondheid.

Waarom investeren in stressbestendigheid?

Investeren in stressbestendigheid van medewerkers, betaalt zich terug. De verzuimkosten nemen af.
En de productiviteit en tevredenheid van medewerkers neemt toe.

Het e-coachingsprogramma "Stress 2.0" helpt uw medewerkers

De stress wordt aangepakt door middel van coachgesprekken en uitgebreide online ondersteuning.
Alle relevante stappen worden online ondersteund en opgeslagen in een persoonlijk dossier. Er vindt eerst een online check en een persoonlijk gesprek van ongeveer 1 uur plaats. Daarna wordt er een inventarisatie gemaakt van het stressniveau en de leefstijl. De mogelijkheden om te veranderen vindt plaats in stappen.

De opbouw

Stap 1

Inventarisatie van stress, leefstijl en mogelijkheden om te veranderen.

- Door middel van online check;
- Persoonlijk duidingsgesprek van 1 uur;
- eigen mogelijkheden;
- vaststellen coachvraag;
- afspraken over monitoring en evaluatie.

Stap 2

Informatie over stress en bewustwording van de gevolgen van stress.

- Online informatie over stress en de gevolgen van stress.
- Online voorbereiden persoonlijk verklaringsmodel.
- Coach gesprek over het persoonlijk verklaringsmodel.

Stap 3

Kiezen voor een manier om de eigen stress te verminderen en het opbouwen van motivatie voor één of meerdere strategieën.

- Online oriëntatie op strategieën en motivatie.
- Persoonlijk gesprek van 1,5 uur.

Stap 4

Aan de slag met verschillende strategieën, met online modules en 2 persoonlijke gesprekken van 1,5 uur:

- Vergroten assertiviteit;
- Regie nemen en los laten;
- Sociale steun organiseren;
- Bewust ontspannen;
- Anders leren denken;
- Time management.

Stap 5

Online ondersteuning bij het evalueren en bekrachtigen van de verschillende strategieën.

Investering en vergoeding

Deze coaching module met uitgebreide online ondersteuning van Operis kost € 580,17 per medewerker per kalenderjaar. Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar

Let op

Er is de mogelijkheid om een inspiratiesessie over dit programma af te nemen.

Zorgaanbieder

Operis

Training Jong geleerd en oud gedaan (VeerkrachtWijzer)

Voor wie?

- Meer ervaren docenten die om moeten (leren) gaan met snelle veranderingen in het onderwijs (waaronder digitalisering), daarbij productief moeten zijn en blijven, voldoende plezier en positieve energie op het werk willen blijven ervaren.
- Startende docenten die om willen leren gaan met de grote hoeveelheid zaken die op hen af komt, niet overbelast willen raken, gezond en veerkrachtig in het werk willen staan.

Wat is de inhoud van de training?

Training Jong geleerd en oud gedaan is een coaching traject met een online training gericht op het versterken van de mentale weerbaarheid van de jongere en oudere docenten in het onderwijs. Dit is het vermogen om, ook bij lastige, veranderende of onzekere werksituaties, op productieve, vitale en zinvolle wijze meerwaarde voor de organisatie en voor zichzelf te (blijven) genereren met voldoende plezier in het werk. De coaching is gericht op het versterken van persoonlijke hulpbronnen zoals; hoop, optimisme, vertrouwen in eigen kunnen en veerkracht.

De training is er zowel individueel als voor groepen

Individueel:
De training bestaat uit 4 coachgesprekken van 60 minuten en een online training van ongeveer 8 uur. De coachgesprekken worden eens in de drie weken gepland. De deelnemer werkt tussen de gesprekken door steeds in de online training. Doorlooptijd is 9-12 weken. De online training is een jaar beschikbaar.
Locatie:
Op locatie van de werkgever of locatie is nader te bepalen.

Groep:
De training bestaat uit 3 groepscoachgesprekken van 120 minuten en een online training van ongeveer 8 uur. De coachgesprekken worden eens in de 3 weken gepland. De deelnemers werken tussen de groepsgesprekken door aan de online training. Doorlooptijd is 6-10 weken. De online training is een jaar beschikbaar.
Locatie:
Op locatie van de werkgever.

De investering en vergoeding

Livvit vergoedt 100% van een groepstraining, maximaal € 250,- per groep (minimaal 6- maximaal 10 deelnemers). En 100% van maximaal 1 individuele training per persoon € 800,-.

Let op

Er is de mogelijkheid om een inspiratiesessie over dit programma af te nemen.

U krijgt één coaching traject per jaar vergoed

Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar voor alle vormen van coaching samen. Er is geen onderscheid tussen het stressreductieprogramma Werken aan Veerkracht (individueel en groep), Jong geleerd en oud gedaan, Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) en het coaching traject dat onder mentale gezondheidsoplossingen of onder fysieke gezondheidsoplossingen valt.

Zorgaanbieder

B&A Prometheus

Loopbaanonderzoek

Voor wie?

Het loopbaanonderzoek wordt ingezet voor medewerkers die inzicht willen in hun loopbaanperspectief. Medewerkers die door een fysieke of psychische beperking hun functie niet meer kunnen of mogen vervullen, komen ook in aanmerking.

Wat is de inhoud van het onderzoek

Door middel van gesprekken en psychometrisch onderzoek worden de volgende kenmerken van de medewerker geïnventariseerd:

- Capaciteiten en leervermogen.
- Specifieke beroepsvaardigheden en belangstelling voor bepaalde beroepsrichtingen of functies.
- Persoonskenmerken en kwaliteiten.
- Scholingsmogelijkheden.

Het advies richt zich op:

- Het vaststellen van de geschiktheid voor een bepaalde functie of werkzaamheden.
- Passende alternatieve functies en eventuele (bij)scholingsmogelijkheden.
- Passende arbeidsomstandigheden; planning van de loopbaan en herplaatsingsmogelijkheden.

De investering en vergoeding

Livvit vergoedt 100% van maximaal 1 onderzoek per persoon per jaar, tot maximaal €1.157,-

Let op:

De medewerker moet zijn doorverwezen door een (bedrijfs)arts.

Zorgaanbieders

SpecialistenNet
Shared Ambition

Mediation

Voor wie?
Medewerkers of leidinggevenden in een arbeidsconflict.

Waarom mediation?
Het omgaan met een slepend arbeidsconflict is vaak zo moeilijk dat de medewerker kan gaan verzuimen. Dit is niet nodig. Een mediator (bemiddelaar) kan een bijdrage leveren aan de oplossing van een conflict. Dit voorkomt bijvoorbeeld een gang naar de rechter. Een enkele keer lukt het niet om tot een oplossing te komen. In dat geval begeleidt de mediator het afscheid, zodat geen van de partijen extra beschadigd raakt.

Locatie
De gesprekken met de mediator vinden plaats op een voor alle partijen aanvaardbare locatie.

Investering en vergoeding
De kosten van mediation bedragen € 160,- per uur. Livvit vergoedt 100% van één traject per persoon per jaar (maximaal 12 uur).

Let op bij eigen zorgaanbieders
Als een eigen zorgaanbieder wordt ingezet, moet dit een MfN-registermediator zijn.

Zorgaanbieder
Van Opstal & Partners

Psychologische zorg
(arbeidsgerelateerd)

Voor wie?
Medewerkers die vanwege problemen uit balans raken en hulp nodig hebben van een psycholoog. Psychologische zorg levert een bijdrage in spoedig herstel en snellere terugkeer naar de werkvloer.

Hoe verloopt de aanvraagprocedure?
Er is een verwijzing van de (bedrijfs)arts nodig om psychologische zorg in te zetten. De werkgever of de bedrijfsarts meldt de betrokken medewerker aan bij de Helpdesk Livvit. De geselecteerde zorgaanbieders werken allemaal met een werkgeversmodule. De factor arbeid is een belangrijk onderdeel van de behandeling. Het gemiddeld aantal benodigde sessies ligt tussen de 4 en 8.

Investering en vergoeding
U ontvangt een vergoeding tot maximaal € 500,- per medewerker per jaar voor de werkgeversmodules bedrijfspsychologische zorg (snelle toegang, werkgeversrapportages, werkhervattingsplan, verzuimpreventieplan).

Er is geen vergoeding vanuit de zorgverzekering mogelijk
Bij de aanvraag voor een psychologische gezondheidsoplossing gaat Livvit er van uit dat het arbeidsgerelateerde zorg betreft en dat daarom geen vergoeding uit de zorgverzekering mogelijk is.

Is er wel vergoeding mogelijk vanuit de zorgverzekering?
In bepaalde gevallen is (gedeeltelijke) vergoeding uit de zorgverzekeringswet wel mogelijk. De betrokken medewerker dient dan wel toestemming te geven voor betaling vanuit zijn eigen zorgverzekering. Het eigen risico van de medewerker kan aangesproken worden. Voor deze situatie is een geldige verwijsbrief nodig van de (bedrijfs)arts. Bij een aantal van onderstaande zorgaanbieders is het mogelijk om gebruik te maken van dekking uit de zorgverzekering. Deze zorgaanbieders zijn gemarkeerd met een *.

Zorgaanbieders
B&A Prometheus
Cenzo*
HSK*
Mind At Work
Psion
Shared Ambition*
Skils*
SpecialistenNet*

Vragenlijst Your Vitality Score

Voor wie?

Voor al uw medewerkers. Met Your Vitality Score kunt u verzuimrisico's detecteren door stress én het welzijn van de medewerker in kaart te brengen. Your Vitality Score is een online vragenlijst die door de medewerkers wordt ingevuld. Zij krijgen de vragenlijst per e-mail toegestuurd. Het invullen van de vragenlijst duurt 10 tot 15 minuten.

De vragenlijst bevat vragen over:

- Persoonlijke veiligheid;
- Werktempo en -druk;
- Werksituatie en perspectief;
- Leefstijl;
- Mentaal welzijn.

Wat gebeurt er na het invullen van de vragenlijst?

Na het invullen van de vragenlijst krijgt de medewerker een persoonlijke rapportage. In deze rapportage staat of de medewerker wel of geen actie moet ondernemen om de algemene gezondheid en vitaliteit te verbeteren. Dit wordt gedaan met behulp van kleuren:

- groen geeft aan dat de medewerker niks hoeft te doen,
- oranje geeft aan dat het wenselijk is actie te ondernemen,
- rood geeft aan dat het noodzakelijk is om actie te ondernemen om uitval te voorkomen.

De werkgever ontvangt een totale managementrapportage voor de hele organisatie. Hierin zijn alle gegevens van de medewerkers anoniem verwerkt.

Investering en vergoeding

Livvit vergoedt € 12,65 per medewerker per onderzoek per kalenderjaar.

Zorgaanbieder

Shared Ambition

Werken aan Veerkracht door hartcoherentie (individueel)

De hoge werkdruk in het onderwijs geeft veel stress. Het percentage burn-out is van alle vergelijkbare branches al jaren het hoogste in het onderwijs.

Voor wie?

Het programma is geschikt voor medewerkers die veel aan hun hoofd hebben, grote druk van buiten ervaren, niet goed kunnen slapen en zich vaak gespannen, gejaagd en geïrriteerd of vermoeid voelen.

Met het Werken aan Veerkrachtprogramma leert de medewerker beter om te gaan met hoge werkdruk en stress

In een individueel coachingstraject gericht op het ontwikkelen van stressmanagementvaardigheden krijgt de medewerker inzicht in diens stressbronnen en energielekken en de lichamelijke en psychische effecten daarvan.

Deze effecten worden onder meer zichtbaar gemaakt met de emWave2

De emWave2 is een handig biofeedback-apparaatje, wat de medewerker krijgt bij aanvang van het traject. Met de emWave2 kan de medewerker niet alleen zien wat de invloed van stress is op zijn hartritme, maar leert hij ook technieken waarmee hij die invloed kan laten afnemen.

De opbouw van het programma

Het programma bestaat uit 7 sessies van een uur, verspreid over 2 tot 3 maanden, met een HeartMath-coach. Voorafgaand aan de sessies vult de medewerker een online vragenlijst in. De ingevulde vragenlijst geeft een beeld van de dagelijkse stemming, houding en stressgerelateerde klachten van de medewerker. Bij aanvang van het traject ontvangt de deelnemer een gestructureerd en overzichtelijk werkboek. In de eerste twee gesprekken wordt duidelijk waar de deelnemer zijn of haar energie verspeelt en wat daarvan de gevolgen zijn voor diens veerkracht. Maar hij of zij gaat ook zien wat juist energie geeft en hoe veerkrachtig je dan bent. De deelnemer krijgt dus inzicht in de manier waarop hij of zij energie aan het managen is.
Met dit inzicht en de technieken uit de lessen 3 tot en met 6 kan de deelnemer verbeteringen aanbrengen in diens energie-management. In het zevende en laatste gesprek maakt de deelnemer met de HeartMath-coach een persoonlijk actieplan. Dit actieplan zorgt er voor dat het geleerde goed geborgd wordt in het dagelijks leven van de deelnemer.

Wat levert het op?

Wanneer de deelnemer de aangeleerde technieken goed oefent in de dagelijkse praktijk, zal hij of zij ervaren dat door het toepassen van deze technieken de fysiologie van het lichaam bij stressvolle situaties verandert. Automatische stressreacties worden sneller herkend en de deelnemer gaat steeds vaker inzien dat er verschillende manieren zijn waarop je kunt reageren. De technieken die de deelnemer gaat leren met behulp van de emWave2 kunnen hem of haar helpen weer sneller in balans te komen, direct in het moment zelf.

Investering en vergoeding
De maximale vergoeding voor dit programma (inclusief emWave2 biofeedbackapparaat) is € 1.065,- per medewerker per kalenderjaar.

Let op
Er is de mogelijkheid om een inspiratiesessie over dit programma af te nemen.

U krijgt één coaching traject per jaar vergoed
Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar voor alle vormen van coaching samen. Er is geen onderscheid tussen het stressreductieprogramma Werken aan Veerkracht (individueel en groep), Jong geleerd en oud gedaan, Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) en het coaching traject dat onder mentale gezondheidsoplossingen of onder fysieke gezondheidsoplossingen valt.

Zorgaanbieder
HeartMath Benelux

Vergroot je veerkracht, verminder je stress! door hartcoherentie
(groep)

Werken wordt steeds meer topsport. Dat is een fantastische uitdaging, maar als medewerker heb je daarvoor wel de juiste mentale en emotionele (top)conditie nodig.

Voor wie?

Voor medewerkers en teams die onder moeilijke omstandigheden (bijvoorbeeld organisatieverandering, toenemende regelgeving en prestatiedruk) het beste uit zichzelf willen blijven halen. Het programma is ook zeer geschikt voor teams met problemen in de samenwerking en communicatie.

De deelnemers leren hoe ze zichzelf in die topconditie kunnen brengen

Met behulp van bio-feedback apparatuur op de computer en de mobiele emWave2 die de deelnemers ontvangen bij aanvang van de training worden ze zich bewust van gedrags- en emotionele patronen die leiden tot energieverlies. En leren ze technieken waarmee ze hun veerkracht kunnen vergroten. De kern van het programma is dat je veerkracht groter wordt naarmate je meer energie hebt. Met behulp van de aangeboden technieken in dit groepsprogramma en de emWave2 biofeedback leren de deelnemers energielekken op te sporen en te dichten, energie op te laden en energie vast te houden.

De opbouw

Het programma bestaat uit 4 dagdelen, bijvoorbeeld 1 dag en 2 losse dagdelen. Een dagdeel is 3,5 uur.
Voorafgaand aan de sessies vult de medewerker een online vragenlijst in. De ingevulde vragenlijst geeft een beeld van de dagelijkse stemming, houding en stressgerelateerde klachten van de medewerker. Bij aanvang van het traject ontvangt de deelnemer een gestructureerd en overzichtelijk werkboek. In de dagdelen 1 en 2 wordt duidelijk waar de deelnemers hun energie verspelen en wat daarvan de gevolgen zijn voor hun veerkracht. Maar ze gaan ook zien wat juist energie geeft en hoe veerkrachtig je dan bent. De deelnemers krijgen dus inzicht in de manier waarop ze energie aan het managen zijn. Met dit inzicht en de technieken die ze leren tijdens de bijeenkomsten kunnen de deelnemers verbeteringen aanbrengen in hun energiemanagement.
In de dagdelen 3 en 4 wordt uitgebreid aandacht besteed aan effectief samenwerken en communiceren.
In dagdeel 4 maken de deelnemers voor zichzelf een persoonlijk actieplan. Dit actieplan zorgt er voor dat het geleerde goed geborgd wordt in het dagelijks leven van de deelnemers.

Wat levert het op?

Aan het eind van de training:

- hebben de deelnemers een helder beeld van de effecten van stress op hun gedrag;
- is er bij de deelnemers sprake van een verbeterd prestatievermogen door emotiemanagement;
- hebben de deelnemers méér energie en vitaliteit;
- hebben de deelnemers meer mentale en emotionele flexibiliteit;
- is het concentratie-en focusniveau van de deelnemers verhoogd;
- zijn de deelnemers beter in staat om te luisteren;
- zijn de deelnemers in staat om coherent te communiceren;
- zijn de deelnemers meer in staat om zich in anderen te verplaatsen;
- zijn de deelnemers in staat om, wanneer zij dat willen, het beste uit zichzelf te halen;
- kunnen de deelnemers hun eigen emoties managen waardoor de kwaliteit van het contact met collega's en leerlingen toeneemt.

Investering en vergoeding

De maximale vergoeding voor dit programma (inclusief emWave2 biofeedbackapparaat) is bij de groepstraining € 505,75 per medewerker per kalenderjaar. Minimale groepsgrootte is 10 deelnemers.

Let op

Er is de mogelijkheid om een inspiratiesessie over dit programma af te nemen.

U krijgt één coaching traject per jaar vergoed

Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar voor alle vormen van coaching samen. Er is geen onderscheid tussen het stressreductieprogramma Werken aan Veerkracht (individueel en groep), Jong geleerd en oud gedaan, Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) en het coaching traject dat onder mentale gezondheidsoplossingen of onder fysieke gezondheidsoplossingen valt.

Zorgaanbieder

HeartMath Benelux

Workshops (groep)

Voor wie?
Voor al uw medewerkers.

De workshops
Livvit biedt een groot aantal leefstijl workshops. Variërend van bewegen tot en met voeding en mentale fitheid. Deze workshops bieden uw medewerkers de mogelijkheid bewuster om te gaan met hun leefstijl. Het zijn korte introductie groepsworkshops van maximaal 4 uur. Vanuit de zorgverzekering en de aanvullende verzekering heeft de medewerker verschillende mogelijkheden om actief met zijn of haar leefstijl aan de gang te gaan.
De fysieke workshops kunt u vinden in hoofdstuk 3 Fysieke gezondheidsoplossingen.

Inspiratiesessies
Van een aantal workshops bieden wij ook inspiratiesessies aan. De inspiratiesessie is een korte uitleg van ongeveer 45 minuten, waarin de medewerkers geïnspireerd worden om de workshop eventueel te gaan volgen. De Helpdesk Livvit kan u hierover informeren.

Investering en vergoeding
Kosten per workshop:
- Actief ontspannen € 931,-
- Energy Food € 762,-
- Gezond Slapen € 621,- of € 450,- bij meerdere workshops per dag op één locatie
- Voeding in de hoofdrol 'One size fits all?' € 450,-
- Grip op vitaliteit € 762,-
- Healthy lunchbreak € 680,-
- Het Nieuwe Gezonde Werken € 762,-
- Het Nieuwe Werken voor leidinggevenden € 931,-
- Het Nieuwe Werken voor medewerkers € 931,-
- Hoe start ik met verantwoord, effectief en plezierig bewegen? € 762,-
- Meditatie als ontspanningsvorm € 931,-
- Mindfulness € 931,-
- Omgaan met onzekerheid € 931,-
- Voeding en onregelmatig werk 'Gezond de klok rond' € 450,-
- Voeding en Energie 'Superfoods & Brainshakes' € 450,-
- Werk en gezin (mythen, beelden en dromen) €1.295,-
- Werk en ouderschap (spitsuur op werk en thuis) €1.295,-
- Werken vanuit veerkracht € 931,-
- Werk-privé balans € 931,-
- Uw eetpatroon en ploegendienst € 432,-
- Leef ik gezond? € 585,-

Voor de maximale vergoeding voor de workshops ingezet uit Livvit geldt onderstaande staffel:
- Tot 500 medewerkers = € 1.250,- per jaar per Livvit polis
- Van 500 tot 1.000 medewerkers = € 2.500,- per jaar per Livvit polis
- Van 1.000 tot 2.000 medewerkers = € 5.000,- per jaar per Livvit polis
- Bij meer dan 2.000 medewerkers is de maximale vergoeding € 2,50 per medewerker per jaar per Livvit polis

Let op
- Deze staffel geldt voor alle mentale en fysieke workshops samen.
- Er kunnen geen andere zorgaanbieders voor de workshops worden aangedragen.
- De in dit artikel genoemde kosten zijn per groep.

Zorgaanbieders
Santrion/ Leefstijl Training & Coaching
MyDailyLifeStyle
SanAvis
Somnio
De Opvoeddesk, Workingparents Program

Inspiratiesessie zorgaanbieders
HeartMath
B&A Prometheus
Stress 2.0

De workshops

Actief ontspannen (duur 2 uur)
Zowel in het privéleven als op het werk kom je geregeld situaties tegen waarin je spanning ervaart. We rennen van de ene afspraak naar de andere en komen er vaak pas achteraf achter dat we toch wel erg moe zijn. Bijvoorbeeld als er klachten zijn of als je 's morgens futloos in de spiegel staart. Soms zijn het anderen die ons er op attenderen. Bijvoorbeeld dat we er moe uitzien, altijd haast hebben of negatief gedrag vertonen wat effect heeft op onze omgeving.

Hoe kunnen uw medewerkers zelf de signalen herkennen?
En hoe kunnen zij daar praktisch mee aan de slag? Vaak verwachten we dat dit veel tijd en moeite kost. Het tegendeel is het geval. Gewoon ontspannen achter je bureau, achter het stuur in je auto of in de rij bij de kassa.

Tijdens deze interactieve workshop krijgen uw medewerkers handvatten aangereikt
Zoals hoe zij met dingen omgaan en zaken aanpakken. Ze krijgen zicht op hun energie. Ze leren zien wat de effecten zijn en hoe alternatief gedrag in te zetten. Ze leren om te ontspannen terwijl ze aan het werk zijn. Een combinatie van twee werelden.

Energy Food (duur 1,5 uur)
Gezonde voeding geeft vooral energie. Energie om je lekker fit te voelen. Maar wat is nu eigenlijk gezond eten? Is dat voor iedereen gelijk? Wat is de relatie tussen voeding en het energieniveau.

In de workshop komen de volgende thema's aan bod:
- energie en energiebalans
- kilo's en calorieën
- focus op voeding
- grip op je dip
- gezond eten in onze snelle wereld

Er is ook ruimte voor het stellen van vragen
Medewerkers leren in deze workshop hoe ze uit de wirwar van voedingsinformatie nog het juiste kunnen halen.

Gezond Slapen (duur 1,5 uur)

Dit is een workshop waarbij deelnemers inzicht krijgen in het belang van slaap voor de gezondheid:
- hoe slaap een rol speelt bij het beter functioneren
- wat men kan doen om beter te kunnen slapen en te functioneren
- hoe men slaperigheid op het werk aan kan pakken.

Deelnemers schrijven zich in en kunnen (online) een slaapprofiel aanmaken
Afhankelijk van de situatie kunnen specifieke aspecten aan bod komen, zoals ploegendienst, jetlag, stress, thuiswerk of kleine kinderen. De workshop wordt incompany gegeven.

Voeding in de hoofdrol 'One size fits all?' (duur 2 uur)

We weten best dat gezond eten en volop bewegen belangrijk is. Maar wat is nu eigenlijk gezond eten? Hoe zit het met kant-en-klaar maaltijden? En wat zijn Omega 3-vetzuren? Hoe combineer ik sport en voeding? Allemaal vragen die ons bezighouden.

Voeding staat centraal
De workshop Voeding in de hoofdrol is een interactieve workshop waarbij voeding centraal staat en bewustwording over voeding gecreëerd wordt. Alle voedingsgerelateerde onderwerpen kunnen tijdens de workshop besproken worden. Of het nu gaat om gewicht, cholesterol, sport of eten in relatie met prestatie of onregelmatige diensten. De insteek is: laagdrempelig, praktisch, herkenbaar, interactief en plezierig.

Thema's van de workshop:
- gezond genieten: lekker eenvoudig en gezond
- gezond en gewichtig: alles over (over)gewicht
- feiten en fabels: wat is waarheid achter voeding
- uw eigen voedingsonderwerp.

Grip op vitaliteit (duur 1,5 uur)

Zowel fysiek als praktisch is het een uitdaging om een gezonde leef- en werkstijl te hebben of te houden. Tijdens de workshop leren de medewerkers praktische tips en tools aan de hand van onderwerpen als bewegen, voeding, herstel en slaap.

Er wordt gebruik gemaakt van de meest recente Quantified Self instrumenten
Met behulp van draagbare sensoren wordt feedback gegeven op persoonlijke data. Door deze data en de thema's met elkaar in verband te brengen, wordt duidelijk dat een gezond voedingspatroon alleen niet voldoende is om duurzaam inzetbaar en vitaal te zijn.

Healthy lunchbreak (duur 2 uur)

Een goede lunch helpt uw medewerker ook 's middags goed te presenteren. De deelnemers gaan met elkaar aan de slag om een heerlijke gezonde powerlunch te bereiden.

Een diëtist/voedingskundige neemt herkenbare feiten en fabels door
Zo weet uw medewerker na de workshop alles van bijvoorbeeld (olijf)olie, vis, biologisch brood en/of bijzonder fruit. Uw medewerker ervaart dat gezond en lekker goed te combineren is. De medewerker krijgt de recepten mee.

Geen lunchtijd?
Dan zetten we deze workshop met hetzelfde gemak om naar 'borrelhapjes met lef' of 'fingerfoods om uw vingers bij op te eten'.

Hoe start ik met verantwoord, effectief en plezierig bewegen? (duur 1,5 uur)

In deze interactieve workshop wordt de vraag behandeld: Als ik wil starten met meer bewegen, hoe kan ik er dan voor zorgen dat ik dit op verantwoorde en effectieve wijze doe?

Medewerkers krijgen antwoord op de volgende vragen:

- hoe gebruik ik een hartslagmeter
- welke beweegvorm past bij mijn doelstellingen
- hoe vaak moet ik bewegen

Aan het einde van de workshop maken de deelnemers verantwoorde keuzes in hoe te starten met bewegen en trainen.

Het Nieuwe Gezonde Werken (duur 1,5 uur)

Het Nieuwe Werken (HNW) is voor veel medewerkers een uitdaging. Hierbij hoort een goede balans tussen werken, concentreren, ontspannen, eten/drinken en bewegen. Een werkdag vergt veel energie en de batterij loopt leeg. De kunst is om je werk zo te organiseren, dat je tussentijds energie oplaadt en je werkdag energiek afsluit.

Hoe ziet de workshop eruit?

In deze workshop belichten we de thema's die impact hebben op het gezond en duurzaam werken. Aansluitend op de Quantified Self ontwikkeling wordt met behulp van draagbare sensoren persoonlijke data opgeleverd en geanalyseerd. Er ontstaat reflectie zodat bestaande routines en gewoontes vervangen kunnen worden door nieuwe slimmere en gezondere routines.

Een trigger om te veranderen

Medewerkers worden hierbij getriggerd om voor zichzelf na te gaan op welke vlakken ze willen veranderen. Een opmaat naar een gezonde balans en duurzame inzetbaarheid. Deze workshop is zowel in te zetten op locatie als incompany.

Het Nieuwe Werken leidinggevenden (duur 2 uur)

Het Nieuwe Werken (HNW) wordt bij veel bedrijven ingevoerd en past in deze tijd. Het vraagt echter een andere vorm van samenwerken, keuzes maken, communicatie en leidinggeven. In veel gevallen begint een leidinggevende aan Het Nieuwe Werken en ondervind daarna problemen. Deze ervaringsgerichte workshop maakt je bewust van de problemen en uitdagingen die ontstaan.

Er passeren verschillende vragen de revue:

- past Het Nieuwe Werken bij mijn afdeling?
- hoe ga ik als leidinggevende om met Het Nieuwe Werken?
- werk en privé gaan door elkaar heen lopen, hoe ga je daarmee om?
- past mijn leiderschapsstijl bij Het Nieuwe Werken?

Het Nieuwe Werken medewerkers (duur 2 uur)

Het Nieuwe Werken (HNW) wordt binnen veel bedrijven ingevoerd en past in deze tijd. In veel gevallen begin je aan Het Nieuwe Werken en ondervind je daarna pas eventuele problemen.
Deze ervaringsgerichte workshop maakt je bewust van de problemen en uitdagingen die kunnen ontstaan.

Er passeren verschillende vragen de revue:

- past Het Nieuwe Werken bij mij?
- hoe ga ik om met Het Nieuwe Werken?
- past mijn werkstijl bij Het Nieuwe Werken?
- kan ik voldoende mijn grenzen aangeven?
- waar stopt mijn verantwoordelijkheid?

Meditatie als ontspanningsvorm (duur 2 uur)

Meditatie is even stilstaan bij jezelf en de drukte leren los te laten. Om vervolgens met hernieuwde aandacht en vitaliteit weer verder gaan.

Tijdens de workshop krijgt uw medewerker meditatieoefeningen

De meditatieoefeningen zijn geschikt voor achter het bureau. Of tijdens een vergadering, maar zonder dat collega's hier iets van merken. Zo kan werken en ontspanning samen gaan en komt uw medewerker minder vermoeid uit zijn werk. De workshop vindt plaats in een speciale ruimte.

Mindfulness (duur 1,5 uur)

Soms kun je zo in beslag genomen worden door je verleden of de toekomst dat je vergeet om in het 'hier en nu' te leven. Daar brengt mindfulness verandering in.

'To be mindful' betekent opmerkzaam of wakker zijn

Mindfulness is doelbewust je aandacht richten op het moment, zonder oordeel. Het is een middel om het proces van zelfwaarneming, zelfonderzoek en aandachtig handelen, te versterken. In deze workshop maak je kennis met een aantal basisvaardigheden, aangevuld met oefeningen die zich richten op 'het zijn in het hier en nu'. Ter afsluiting wordt dit vertaald naar toepasbaarheid in de dagelijkse praktijk.

Omgaan met onzekerheid (duur 2 uur)

In de huidige tijd is er veel negatieve berichtgeving. Dat heeft soms invloed op ons. U kunt hier onzeker van worden. Dat kan gaan over gezondheid, de economie, baan onzekerheid, financiën, relatie of toekomst.

Tijdens de workshop onderzoeken we waarom u onzeker wordt

En hoe u hier op een andere manier mee om kan gaan. Zo wordt u zich bewust van hoe u via een andere manier van denken, lezen en communiceren invloed hebt op uw eigen situatie. Dat scheelt u veel energie en geeft lucht. In deze workshop gaan wij niet in op het onderwerp waar u onzeker van wordt.

Voeding en Energie 'Superfoods & Brainshakes' (duur 2 uur)

Zowel op het werk als thuis wordt er veel gevraagd van uw medewerkers. Het energieniveau wordt hierdoor beïnvloed. Belangrijk hierbij is dat uw medewerkers grip houden op hun energieniveau.

Voeding is een belangrijke pijler als het gaat om het energieniveau

Door een goed en evenwichtig voedingspatroon worden zogenaamde 'dips' voorkomen en wordt een positief evenwicht bereikt. Thema's van de workshop zijn onder andere 'Invloed van voeding op het energieniveau', 'Voeding en de invloed op prestatie' of 'Voeding en het leveren van een sportieve prestatie'.

Voeding en onregelmatig werk 'Gezond de klok rond' (duur 2 uur)

Voor medewerkers die onregelmatig werken is het belangrijk extra aandacht aan voeding te besteden. Goede voeding voorkomt allerlei vervelende gezondheids- en vermoeidheidsklachten.
Thema's van de workshop zijn:

- Energiek door de nacht, op maat gemaakt voor de doelgroep;
- Bioritme in beweging, speciaal voor reizende medewerkers;
- Voeding en weerstand.

Werk en gezin (mythen, beelden en dromen) (duur 1 dagdeel)

Eén van de belangrijkste eigenschappen van succesvolle werkende ouders is dat zij bewust een keuze hebben gemaakt over hoe werk en gezin te combineren, en daar helemaal achter staan. Werkende ouders die op dit punt stevig in hun schoenen staan, worden niet gemakkelijk van hun stuk gebracht door anderen, hebben minder last van schuldgevoel en hebben minder stress.

Inzicht in oude denkpatronen

Deze workshop is gericht op het opschonen van belemmerende overtuigingen die een succesvolle combinatie van werk en gezin in de weg staan. Inzicht in: de persoonlijkheid, de belemmerende overtuigingen, mythen en beelden, feiten en praktische tips en tools voor meer hersteltijd thuis.
Door inzicht in je valkuilen en optimaal monitoren van de balans vergroten medewerkers hun veerkracht en zorgen zij zelf voor minder uitval.

Werk en ouderschap (spitsuur op werk en thuis) (duur 1 dagdeel)

Voor medewerkers hun dag beginnen, is het thuis al spitsuur geweest. De kinderen moeten aankleden, eten en naar school. Na het werk is het weer raak. Er moet eten gemaakt worden en de kinderen moeten naar bed.

Door de combinatie werk en gezin kunnen medewerkers stress ervaren

Door de stress raken medewerkers de balans tussen werk en privé kwijt. Hierdoor zijn zij minder productief op het werk.

Hoe houdt je de balans tussen werk en gezin?

Een aantal handige inzichten en praktische tools kunnen medewerkers goed op weg helpen.
De tips worden afgestemd op de persoonlijke situatie van de medewerkers.

Werken vanuit veerkracht (duur 2 uur)

Werken speelt een belangrijke rol in ons leven. Werken biedt ontwikkelpotentie en kan bovendien een bron van energie zijn. Maar er zijn ook momenten dat het allemaal net even anders gaat. Momenten waarop het je teveel wordt. Bovendien wordt er in deze tijd veel van medewerkers gevraagd. Re-organisaties, onzekerheid, crisis en daarbij werken we in een 24-uurs maatschappij waarin de verleiding groot is om net iets langer door te gaan.

Over de eigen grenzen heengaan stopt

We functioneren uiteindelijk vooral op kracht. Dat kost energie en kan soms zelfs leiden tot uitputting. In deze workshop maken we gebruik van 'ervarend leren'. Aan de hand van oefeningen doe je ervaring op met jouw standaard manier van reageren in stressvolle situaties. Je leert je lichaamssignalen herkennen en erkennen. Vervolgens experimenteren we met andere manieren van reageren en zoeken we naar een antwoord in omgaan met.
De oefeningen worden gedaan met deze thema's:

- grenzen aangeven
- herkennen van signalen van spanning
- ja en nee zeggen
- verantwoordelijkheid nemen

Werken op kracht kost zeer veel energie

Je 'loopt leeg'. In deze workshop ervaar je hoe je meer vanuit veerkracht kunt werken. Veerkracht zit in iedereen en is een belangrijk ingrediënt voor een gelukkig en energiek leven. Is je veerkracht groter, dan is je vermogen om te herstellen groter en loopt jouw batterij minder snel leeg. Je houdt zelfs energie over.

Werk-privé balans (duur 2 uur)

Met werken, gedeelde verantwoordelijkheden thuis, een sociaal leven en soms nog een studie, wordt veel van je gevraagd. En voor je gevoel 'moet' er vaak ook zoveel, waardoor je leven lijkt op overleven. Veel medewerkers worstelen met het vinden van de, voor hun goede, balans in hun leven.

Deze ervaringsgerichte workshop geeft in korte tijd antwoorden

Maar ook praktische handvatten hoe men een betere werk-privé balans kan krijgen. Je leert signalen en patronen herkennen. Hoe doe je het nu, wat zou je anders kunnen doen, wat heb je daarvoor nodig? De ervaring van anderen helpt hierbij ook. Je krijgt hierdoor meer inzicht in je eigen werk-privé balans en helder welke veranderingen je hierin kunt aanbrengen. Zo komen theorie en praktijk bij elkaar.

Leef ik gezond? (duur 2 uur)

Wilt u uw medewerkers bewust maken van een gezond gewicht? En van het belang van bewegen en een gezonde voeding? Wilt u uw medewerkers steun bieden bij het bereiken van een gezondere leefstijl? Dan is de interactieve workshop 'Leef ik gezond?' een geschikte manier om dit te bereiken.

Hoe ervaren medewerkers hun eigen leefstijl? Wat voelt goed en wat niet?

Erg populair zijn de proefronden met gezonde, maar overheerlijke etenswaren. Zo leert de deelnemer spelenderwijs verantwoorde alternatieven voor het dagelijkse dieet. De volgende thema's komen aan bod:

- Presentatie en proefronden: voeding en beweging worden besproken en gezonde producten kunnen worden geproefd
- Leefstijlmetingen: leuke testjes die inzicht geven in de eigen gezondheid
- Stellingen: Wat is waar? Fabeltjes over voeding worden ontkracht
- Voeten van de vloer: fitnessoefeningen voor op de werkvloer

Eetpatroon en ploegendienst (duur 2 uur)

Uw medewerkers in wisseldienst en ploegendienst hebben hoger risico op het ontwikkelen van overgewicht. De wisselende diensten hebben een sterke invloed op het voedingspatroon van uw medewerkers.

Het bioritme is door onregelmatig werken in de war

Soms hebben zij helemaal geen trek. En op andere tijden krijgen zij onverwacht een hongergevoel. Hierdoor maken ze gemakkelijk verkeerde keuzes. Zowel fysiek als praktisch is het voor hen een uitdaging om een gezond voedingspatroon te hebben of te houden. Ook kunnen de veranderingen in het bioritme voor maagdarmklachten en andere ongemakken zorgen

Hoofdstuk 3
Fysieke gezondheidsoplossingen

In dit hoofdstuk vindt u alle gezondheidsoplossingen om uw medewerkers fysiek zo sterk mogelijk te houden.

Coaching op fysiek gebied

Binnen Livvit bieden we twee soorten coachingprogramma's aan: mentale en fysieke coaching. Over mentale coaching leest u meer in hoofdstuk 2. De onderstaande coaching richt zich op de fysieke klachten.

Voor wie?

Medewerkers die dreigen uit te vallen door verstoring van het persoonlijk evenwicht. Livvit biedt uw medewerkers het coachingsprogramma van Pim Mulier aan. Dit coachingprogramma is geschikt voor medewerkers met een verhoogd gezondheidsrisicoprofiel.

Hoe verloopt de behandeling?

Het traject start met een intakegesprek met de medewerker. Tijdens dit intakegesprek wordt gekeken naar:

- het huidige gezondheidsprofiel
- de persoonlijke balans in belasting en belastbaarheid
- de werk- en leefstijl
- de individuele wensen, verwachtingen en mogelijkheden

Het coachingstraject wordt op maat gemaakt.

Het traject bestaat uit:

- individuele coachingsgesprekken (maximaal 4 coachingsgesprekken per medewerker)
- het volgen en evalueren van vorderingen en resultaten
- bijsturing van het traject
- één contactmoment per twee weken
- een rapportage voor de bedrijfsarts.

Investering en vergoeding

Het coachingstraject van Pim Mulier kost € 849,- per medewerker per jaar.

U krijgt één coaching traject per jaar vergoed

Wij vergoeden maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar voor alle vormen van coaching samen. Er is geen onderscheid tussen het stressreductieprogramma Werken aan Veerkracht (individueel en groep), Jong geleerd en oud gedaan, Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching) en het coaching traject dat onder mentale gezondheidsoplossingen of onder fysieke gezondheidsoplossingen valt.

Zorgaanbieder

Pim Mulier

Fysiotherapie op de werkplek

Voor wie?
Medewerkers die fysiotherapie nodig hebben.

Arbeidsgerelateerde en relevante fysieke klachten snel herkennen beperkt de schade
Het snel herkennen voorkomt verergering van de klachten. Maar ook meer consumptie van zorg en langdurig verzuim. Met een fysiotherapeut binnen uw organisatie gaan uw medewerkers een traject bewandelen.
Dat maakt vroegtijdige signalering mogelijk. Niet alleen de snelheid, maar ook de werkmethode is van belang voor effectieve doelen. De ervaring leert dat een gedragsmatige benadering een buitengewoon positief effect heeft op de resultaten. De medewerkers wordt geleerd hoe ze hun klachten kunnen aanpakken en kunnen voorkomen.

Hoe verloopt de behandeling
De fysiotherapeut houdt 1 dagdeel per week een inloopuur gedurende 45 weken. Tijdens dit dagdeel vinden maximaal 7 behandelingen plaats. Afhankelijk van de grootte van de hogeschool kan in overleg met de adviseur Gezond Ondernemen een andere, passende invulling worden vastgesteld.

Investering en vergoeding
De vergoeding per behandeling is maximaal € 28,-, waarbij Livvit per indicatie maximaal 6 behandelingen per medewerker vergoedt per jaar. Er geldt tevens één dagdeelvergoeding van € 104,- ten behoeve van rapportages, overleggen en evaluaties met de klant.

Let op:
- De hogeschool is verantwoordelijk voor het organiseren van een ruimte en benodigdheden voor fysiotherapie op de werkplek.
- Bij inzet van een eigen zorgaanbieder dient deze zorgaanbieder geregistreerd te staan als fysiotherapeut evenals kennis te hebben van manuele therapie, ergonomie en in staat te zijn een individuele werkplek aan te passen.
- De eigen zorgaanbieder dient contracten te hebben met overige zorgverzekeraars voor fysiotherapie.
- De basisverzekering en/of aanvullende verzekering van de medewerker kan worden aangesproken.
- Het verplicht en/of vrijwillig eigen risico kan worden aangesproken.
- Fysiotherapie op de werkplek overlegt u met uw adviseur Gezond Ondernemen.

Zorgaanbieders
TIGRA
Door ons gecontracteerde Fysiotherapie (Plus) praktijken

Basis Health Check

Voor wie?
Voor al uw medewerkers.

De Basis Health Check geeft inzicht in hoe gezond uw medewerkers zijn
De medewerkers krijgen direct resultaat in de vorm van een persoonlijke score. De Basis Health Check duurt ongeveer 30 minuten. De medewerker geeft toestemming aan de bedrijfsarts om de uitkomsten van de Health Check te gebruiken. De totale gegevens worden anoniem beschikbaar gesteld aan de werkgever.
De Health Check is een eenvoudige manier om meer aan gezondheidsmanagement te doen.

De Basis Health Check bestaat uit:
- Bloeddrukmeting;
- Totaal cholesterolmeting;
- Glucosebepaling;
- Gewichtsbepaling en lengtemeting (Body Mass Index);
- Bepaling vetpercentage;
- Bepaling middelomtrek;
- Vragenlijst met betrekking tot gezondheidsklachten;
- Persoonlijke advisering op het gebied van leefstijl, fitheid, gezondheid en kwaliteit van leven.

Vanaf 20 deelnemers kan de Basis Health Check bij uw eigen bedrijf worden uitgevoerd. Bij minder dan 20 deelnemers worden aanvullende kosten in rekening gebracht.

Investering en vergoeding
De vergoeding voor de Basis Health Check is maximaal € 56,- per persoon per kalenderjaar.
Er zijn staffel afspraken: de prijs is afhankelijk van het aantal deelnemers.

Zorgaanbieders
Adaptics
Bewegen Werkt
Holland Fit
Lifeguard
Oude Vrielink Gezondheidsmanagement
Pim Mulier
TIGRA
Vitide

Training fysieke belasting

Voor wie?
Medewerkers die risico lopen rug-, nek- of CANS-klachten (voorheen RSI) te krijgen.

Klachten aan het houdings- en bewegingsapparaat
Deze preventieve trainingen hebben tot doel de medewerkers inzicht te geven in de risicofactoren. Ook krijgen ze handvatten om hun houding en gedrag te veranderen. Hierdoor kunnen zij ook op tijd klachten aan het houdings- en bewegingsapparaat herkennen.

Hoe verloopt de training?
De preventieve rug- of CANS-trainingen worden meestal incompany gegeven en aangepast aan uw specifieke situatie. De training duurt 1 dagdeel. In groepsverband wordt de theorie besproken. Vervolgens gaat men met praktijkvoorbeelden aan de slag. Dit wordt gedaan met behulp van foto's en/of beeldmateriaal. Het is mogelijk een kort werkadvies te krijgen.

Investering en vergoeding
Maximaal 1 training per medewerker per kalenderjaar voor een preventieve training die erop gericht is om rug-, nek- of CANS-klachten te voorkomen. De vergoeding voor een training is maximaal € 891,- per groep. Er geldt een minimale deelname aan de trainingen van 8 deelnemers.

Er zijn staffel afspraken: de prijs is afhankelijk van het aantal deelnemers.

Zorgaanbieders
Ergo Optima
Pim Mulier
TIGRA
Work Solutions Nederland

Sportprogramma's
Workshops, trainingen en clinics

De sportprogramma's worden georganiseerd door Stichting Sport & Zaken en The Bootcamp Club (Bootcamppilot). Stichting Sport & Zaken en The Bootcamp Club werken direct samen met de bij NOC*NSF aangesloten sportbonden en lokale sportverenigingen. Dit zorgt voor een landelijk dekkend netwerk (sporten in de buurt van de werkplek!). En garandeert de kwaliteit en professionaliteit van het sportaanbod.

Het sportaanbod
Van losse clinics tot cursussen die toewerken naar een (lokaal) sportevenement. Voorbeelden hiervan zijn; Nordic Walking, hardlopen, fietsen, schaatsen, golfen maar ook aikido en kruisboogschieten. Invulling van het programma is afhankelijk van het bedrijfsdoel.

Werken aan vitaliteit
Voor bedrijven met een vitaliteits- of gezondheidsprogramma, organiseert Sport & Zaken het onderdeel sport en bewegen. De sportprogramma's zijn erop gericht medewerkers duurzaam in beweging te krijgen.
Met als resultaat:
- Gemiddeld gaat 61% van de deelnemers door deelname aan het bedrijfssportprogramma vaker sporten.
- Gemiddeld is 65% bewuster geworden van de hoeveelheid lichaamsbeweging die ze wekelijks hebben.
- Gemiddeld wil 74% de sport blijven beoefenen, ook als de werkgever dit niet meer aanbiedt.

Werk aan teambuilding en werksfeer
Sport verbindt. Met het uitgebreide aanbod van teamsporten leren collega's beter samenwerken en elkaar begrijpen. De team spirit wordt beter, collega's hebben meer voor elkaar over. Met als resultaat:
- Door deel te nemen aan bedrijfssport heeft gemiddeld 81% van de deelnemers in meer of mindere mate nieuwe mensen leren kennen.

Werk aan imago
Sport inspireert. De bedrijfssportprogramma's zijn uitstekend in te zetten voor relatiemarketing. Vooral de challenges. Deelnemers motiveren elkaar om een stapje extra te zetten. Met als resultaat:
- De mate waarin het personeel zich betrokken voelt bij de organisatie is bij gemiddeld 59% van de deelnemers van een bedrijfsportprogramma toegenomen.

Werk aan persoonlijke effectiviteit
Samenwerken, grenzen stellen, balans, persoonlijke effectiviteit, omgaan met stress en leiderschap. Geschikte programma's zijn aikido en Vechtsport als middel. Vermogens als doorzetten, zelfreflectie, aanpassingsbereidheid en respect zijn verankerd in de traditie van deze vechtsporten. Deze basis zorgt ervoor dat de inzet van vechtsport op de werkvloer tot effectieve resultaten leidt. Juist door deelnemers uit hun dagelijkse comfortzone te halen, worden zaken, die de performance van uw team negatief beïnvloeden, bespreekbaar gemaakt. De kracht van samenwerken en goede communicatie wordt zichtbaar gemaakt in een sportieve context.

Met als resultaat:
- Gemiddeld ervaart 6% van de deelnemers na afloop van een programma minder stress.

Bootcamptraining

Fit worden in de buitenlucht: dat is de kern van een bootcamptraining. The Bootcamp Club werkt aan spieropbouw en conditie in het park, in het bos, op het strand of in de stad. Dit vergroot de fysieke én de mentale kracht van de deelnemers. Bootcamp is geschikt voor alle fitnessniveaus. Het draait om plezier, ontspanning én teambuilding.
Door professionele trainers worden verschillende soorten bootcamptrainingen aangeboden zoals; Regular-, Yoga-, Power-, Kickbox - en Running Bootcamp. Met de Bootcamptraining maken uw medewerkers 20 weken lang kennis met één of meerdere vormen van Bootcamp.

Investering en vergoeding

Voor het inzetten van trainingen, workshops en clinics krijgt u een vergoeding afhankelijk van de bedrijfsgrootte:

- Tot 500 medewerkers tot maximaal € 1.250,- per polis per jaar.
- 500 - 1.000 medewerkers tot maximaal € 2.500,- per polis per jaar.
- 1.000 - 2.000 medewerkers tot maximaal € 5.000,- per polis per jaar.
- Bij meer dan 2.000 medewerkers is de maximale vergoeding € 2,50 per medewerker per polis per jaar. Offerte en mogelijkheden vindt u bij de Helpdesk.

Zorgaanbieders

Stichting Sport & Zaken
The Bootcamp Club

Hoofdstuk 4
Overige gezondheidsoplossingen

In dit hoofdstuk vindt u alle overige gezondheidsoplossingen.

Arbeidsdeskundig advies

Voor wie?

Als werkgever bent u niet altijd volledig op de hoogte van de verplichtingen als een medewerker arbeidsongeschikt raakt. Livvit biedt u arbeidsdeskundig advies op maat. Arbeidsdeskundig advies kan worden ingezet nadat de medewerker 26 weken heeft verzuimd. In dit advies is de begeleiding van werkgever en medewerker bij langdurig verzuim opgenomen.

Wanneer wordt arbeidsdeskundig advies ingeschakeld?

De arbeidsdeskundige kan ingeschakeld worden na 26 weken verzuim en bijvoorbeeld bij onderstaande mogelijkheden:

- Schadelast-reductie.
- Advisering op maat aan de werkgever (en medewerker) over oplossingen bij langdurig verzuim.
- Re-integratie advies eigen werk/ander werk bij de eigen werkgever.
- Mogelijke aanpassingen in de werksituatie voor individuele medewerkers met een beperking of handicap.

Binnen één week na aanmelding wordt er een gesprek ingepland door de arbeids-deskundige

Het gesprek vindt plaats op de vestiging van de werkgever. Om zoveel mogelijk informatie te verzamelen vindt een gesprek plaats met de leidinggevende en met de medewerker. Na één week wordt het rapport opgesteld en binnen één week na de afspraak verstuurd naar de leidinggevende en medewerker.

Investering en vergoeding

De maximale vergoeding is € 880,- per advies per persoon per kalenderjaar.

Let op bij eigen zorgaanbieders

Wanneer een eigen zorgaanbieder wordt ingezet, moet deze als arbeidsdeskundige geregistreerd staan in het beroepsregister. Livvit vergoedt voor eigen zorgaanbieders maximaal het gecontracteerde tarief van onze zorgaanbieders.

Zorgaanbieders

Expereans
Margolin
Wibbens

Samen Werkt Duurzaam
Re-integratieprogramma en begeleidingstraject

Samen Werkt Duurzaam is een gezondheidsoplossing aanvullend en parallel aan Winnock Zorg uit de basisverzekering. De medewerker kan na klachten op een duurzame manier weer aan de slag via Samen Werkt Duurzaam. De nadruk ligt op efficiënte communicatie en begeleiding tussen werkgever en medewerker. Dat voorkomt vertraging in de re-integratie en beperkt de verzuimkosten.

Winnock Zorg biedt hulp met een multidisciplinair team
Het team bestaat uit een medisch specialist/revalidatiearts, psycholoog, re-integratiedeskundige en een bewegingsdeskundige.

Na een kennismakingsgesprek volgt het multidisciplinair onderzoek
De visie op verzuim en verwachtingen van werkgever/leidinggevende, maar ook de mogelijkheden voor de reintegratie worden in deze intake geïnventariseerd. Het resultaat hiervan bepaalt welk programma wordt geadviseerd. De uitkomst wordt bepaald door de ernst van de klachten, de duur van de klachten en de mogelijkheden van de betrokkene. Hierna volgt een multidisciplinair programma.

De werkgever wordt vanaf de start betrokken
De werkgever is vanaf de start betrokken door middel van een eerste gesprek voorafgaand aan het zorgtraject van zijn medewerker. Hierin wordt de werkgever gehoord en geadviseerd over het vervolg.

Samen met een Winnock professional wordt een werkhervattingsplan opgesteld
Het werkhervattingsplan wordt opgesteld, zodra de werkhervatting kan gaan starten. Hierna volgt een gezamenlijke bespreking/werkbezoek waarin het plan voor de werkhervatting wordt afgestemd en samen vastgesteld. De medewerker heeft daarvoor, met begeleiding van een Winnock-professional een conceptplan gemaakt.

Aan het einde van de werkhervatting vindt een afrondende bespreking plaats
In de afrondende bespreking, ook wel werkbespreking genaamd, worden eventuele aandachtspunten voor het duurzaam houden van de werkhervatting besproken. Ook ontvangen werkgever en medewerker een rapportage over deze bespreking. Hierin worden ook de eventuele mogelijke aandachtspunten benoemd.

Nazorg tot een jaar na de behandeling
Zowel de werkgever als de medewerker kunnen gedurende de periode van een jaar terugvallen op de professionals van Winnock.

Investering en vergoeding

Het korte, middellange en lange programma wordt in de meeste gevallen volledig vergoed vanuit de basisverzekering. Ook als de medewerker ergens anders voor zorg is verzekerd. Het begeleidingstraject Samen Werkt Duurzaam kost € 1.979,- per traject. Het traject is integraal onderdeel van het korte, middellange of lange re-integratieprogramma. Livvit vergoedt maximaal € 989,50 per medewerker per kalenderjaar.

Let op

Er is een verwijzing van een (bedrijfs)arts nodig. Binnen één werkdag na ontvangst van de aanvraag, krijgt u een uitnodiging voor een kennismakingsgesprek.

Het eigen risico kan worden aangesproken

Dit geldt voor het deel wat uit de zorgverzekering wordt vergoed. Er is niet altijd 100% vergoeding voor het deel wat uit de zorgverzekering wordt aangesproken. Dit hangt van de indicatie af.

Zorgaanbieder

Winnock

Taxivervoer

Voor wie?
Medewerkers die door fysieke klachten tijdelijk niet in staat zijn om zelfstandig de woon-/werkafstand af te leggen.

Wanneer wordt taxivervoer bijvoorbeeld ingezet?
Soms wordt het voor een medewerker van de een op andere dag tijdelijk onmogelijk naar het werk te komen vanwege bijvoorbeeld een gebroken been. Dat betekent dat u, als werkgever, het tijdelijk met een medewerker minder moet doen. Tenzij u de medewerker gebruik laat maken van taxivervoer.

Investering en vergoeding
De kosten zijn € 2,26 per km. Livvit vergoedt 100% van de taxikosten voor maximaal 6 weken per medische aandoening. Na 6 weken kan voor eigen rekening het taxivervoer worden voortgezet bij dezelfde zorgaanbieder tegen hetzelfde gereduceerde tarief.

Let op:
Taxivervoer kunt u - uiterlijk 28 uur van tevoren - aanvragen bij de Helpdesk Livvit.

Zorgaanbieder
Connexxion

Spoedeisende thuishulp

Voor wie?
Medewerkers met een onverwacht zieke partner en/of kind, waardoor de medewerker niet kan werken.

Verzuimen om een acuut probleem thuis op te lossen
Bijvoorbeeld omdat degene die de kinderen verzorgt onverwacht is uitgevallen. Of omdat plotseling een zieke partner verzorgd moet worden. Het doel is om de medewerker, die verzuimt maar niet ziek is, zo snel mogelijk weer op de werkvloer te krijgen. Daarom wordt de hulp geboden bij de betreffende medewerker thuis.

Livvit biedt binnen 48 uur thuishulp
Zo kan de zorg voor de partner, eventuele kinderen of andere huishoudelijke taken overgenomen worden.

Voor deze hulp is geen indicatiestelling nodig
In enkele gevallen is er voldoende aanleiding voor de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) om de zorg voort te zetten. Hiertoe is wel een indicatiestelling nodig van het CIZ (Centrum Indicatiestelling Zorg) op verwijzing van een arts. Dit moet door de medewerker zelf worden geregeld.

Investering en vergoeding
De kosten variëren volgens de NZa-tarieven. Livvit vergoedt 100% tot maximaal 20 uur per gebeurtenis per kalenderjaar.
Wij vergoeden maximaal € 75,95 dossierkosten per gebeurtenis.
- Vergoeding voor huishoudelijke ondersteuning € 29,81 per uur.
- Vergoeding voor kinderopvang voor 0 tot 4 jarigen € 40,25 per uur.
- Vergoeding voor kinderopvang voor 4 tot 12 jarigen € 35,90 per uur.

Uw medewerker kan de 20 uur thuishulp of kinderopvang verspreiden over verschillende dagen of weken.
Deze hulp biedt geen garantie voor voortzetting van de thuishulp door de reguliere thuiszorginstellingen

Let op:
Bij aanvragen die op werkdagen voor 10:00 uur bij de Helpdesk zijn ingediend, is de hulp binnen 48 uur beschikbaar. Aanvragen die na 10:00 uur worden ingediend starten een dag later.

Zorgaanbieder
Zorg voor U

Zorgbemiddeling

Voor wie?
Voor iedere medewerker die een medische behandeling nodig heeft en met een wachttijd te maken krijgt.

Wachtlijsten in de gezondheidszorg
Vervelend voor uw medewerker, maar ook voor u als werkgever. Door zorgbemiddeling in te schakelen via de Helpdesk zorgt u ervoor dat uw medewerker goed en snel wordt geholpen.

Investering en vergoeding
Livvit biedt de service om Zorgbemiddeling zorgcoaches van Zilveren Kruis in te zetten voor uw medewerkers.

Aanvraagprocedure
Iedere medewerker kan bij zijn of haar eigen zorgverzekeraar terecht voor zorgbemiddeling. Livvit biedt de mogelijkheid om zorgbemiddeling voor uw medewerker aan te vragen bij de Helpdesk.
U informeert de medewerker van de Helpdesk over de situatie. De verdere afhandeling is afhankelijk van de zorgverzekering van uw medewerker, wensen van de verzekerde en de medewerking van huisarts en/of specialisten.

Zorgaanbieder
Zilveren Kruis

** medewerkers die niet bij Zilveren Kruis verzekerd zijn, kunnen voor zorgbemiddeling ook terecht bij hun eigen zorgverzekeraar.*

Korting

Dynamisch werken

Voor wie?
Medewerkers in het onderwijs die minder willen stilzitten en meer willen bewegen achter het bureau.

Dynamisch meubilair met korting aanschaffen
Via de zorgaanbieders Worktrainer BV en PET! is het mogelijk om met 10% inkoopkorting dynamisch meubilair aan te schaffen. Bureaufietsen, bureauloopbanden, zit-sta bureaus en balansborden zijn zomaar een greep uit het assortiment dat de zorgaanbieders met actief meubilair mogelijk maken. Daarnaast biedt Pim Mulier een volledig Dynamisch werken programma aan.

Wat houdt het Dynamisch werken programma in?
Dynamisch werken is een programma waarin de doelen, randvoorwaarden en cultuur van de afdeling/ organisatie in kaart worden gebracht samen met de werkgever/leidinggevende. Hierdoor kan de begeleiding op maat worden afgestemd en wordt er voor gezorgd dat het programma goed aansluit op het bedrijfsbeleid.

Wenselijk is dat de werkgever een Green Work Zone inricht
Dit is een werkomgeving met vier tot zes dynamisch actieve werkplekken op een strategische, goed zichtbare open ruimte. Ook moet de plek voorzien zijn van communicatiemiddelen zodat het herkend wordt als de plek waar Dynamisch werken geoefend kan worden. De zorgaanbieder kan adviseren en ondersteunen bij de aanschaf en inrichting van de Green Work Zone.

Let op: dit betreft een kortingsafspraak
Vraag de Helpdesk Livvit naar de voorwaarden.

Zorgaanbieders
Worktrainer BV
PET!
Pim Mulier

Fysius Rugvitaal

Voor wie?
Voor medewerkers in het onderwijs met een wervelkolom gerelateerde klacht (rug, nek, bekken en schouder).

Hoe verloopt de behandeling?
Fysius stelt een persoonlijk behandelplan op naar aanleiding van de gestelde diagnose. Dit doen zij in samenwerking met uw medewerker. Het persoonlijke behandelplan bestaat gemiddeld uit 20 behandelingen (van 20 min), waarin het zelfmanagement en de commitment centraal staan. Fysius zoekt samen met uw medewerker naar de oplossing voor de arbeidsrelevante / arbeidsgerelateerde klachten en re-integratie.

Locatie van het traject
Op een van de Fysius behandelcentra. Fysius beschikt over 28 eigen behandelcentra in heel Nederland.

Let op: dit betreft een kortingsafspraak
Vraag de Helpdesk Livvit naar de voorwaarden.

Zorgaanbieder
Fysius

Hoofdstuk 5
Vergoedingenoverzicht Livvit 2017

Vergoedingenoverzicht Livvit 2017

Gezondheidsoplossing	Zorgaanbieders	Kosten	Vergoeding Livvit en BV/AV
Mentale gezondheidsoplossingen			
Duurzaam inzetbaar en regie - HR-managers	Bureau HTM Leefstijl Training & Coaching	max. € 2.718,- per groep van max. 6-12 personen	100% max. 1 training per persoon per jaar
Duurzaam inzetbaar en regie - Leidinggevenden	Bureau HTM Leefstijl Training & Coaching	max. € 2.718,- per groep van max. 6-12 personen	100% max. 1 training per persoon per jaar
Duurzaam inzetbaar en regie - Medewerkers	Bureau HTM Leefstijl Training & Coaching	max. € 2.718,- per groep van max. 6-12 personen	100% max. 1 training per persoon per jaar
Leefstijltraining BOOST	Leefstijl Training & Coaching	€ 1.559,70 per persoon	Livvit vergoedt resterende kosten per persoon per jaar voor verzekerden bij Zilveren Kruis met Aanvullend 3 of 4 sterren. Zilveren Kruis verzekerden met Aanvullend 3 sterren krijgen € 1.000,- vergoed en verzekerden met Aanvullend 4 sterren krijgen € 1.250,- vergoed.
Bedrijfsmaatschappelijk werk (coaching)	BeauAvis Beter SpecialistenNet GIMD	€ 571,- per traject	Livvit vergoedt maximaal € 571,- van de kosten van gesprekken door een bedrijfsmaatschappelijk werker voor maximaal 1 traject per medewerker per kalenderjaar.
Coaching op mentaal gebied	Coaching NL Coachingsgilde	€ 1.076,-	100% van max. 1 coachingstraject per persoon per jaar
Loopbaanonderzoek	Shared Ambition SpecialistenNet	Max. € 1.157,- per onderzoek	100% van max. 1 onderzoek per persoon per jaar
Mediation	Van Opstal & Partners	€ 160,- per uur	100% van max. 1 traject van 12 uur per persoon per jaar
Vitaliteitsapp ichange3	BrandNewHealth	Maximaal € 60,- per deelnemende medewerker per jaar.	100% van de actief deelnemende medewerkers
Jong gedaan en oud geleerd gedaan VeerkrachtWijzer	B&A Prometheus	€ 800,- (individueel) € 250,- (groep)	100% van max. 1 coachingstraject per persoon per jaar van alle coachingstrajecten
Psychologische zorg (arbeidsgerelateerd)	Cenzo + HSK + B&A Prometheus + SpecialistenNet + Skils + Psion + Shared Ambition + Mind At Work	Op te vragen bij de Helpdesk	Livvit vergoedt maximaal € 500,- per indicatie per medewerker per kalenderjaar
Vragenlijst Your Vitality Score	Shared Ambition	€ 12,65 per onderzoek	100% van max. 1 onderzoek per persoon per jaar
E-coachingsprogramma Stress 2.0	Operis	€ 580,17 per medewerker	100% van maximaal 1 programma per medewerker per kalenderjaar
Werken aan veerkracht – stressreductie programma (individueel)	Heartmath Benelux	€ 1.065,- per traject	100% van max. 1 coachingstraject per persoon per jaar
Vergroot je veerkracht, verminder je stress! – stressreductie programma (groep)	Heartmath Benelux	€ € 505,75 per traject	100% van max. 1 coachingstraject per persoon per jaar
Workshops (groep)	Santrion + MyDailyLifeStyle + SanAvis + Somnio	Tussen € 432,- en €1.295,-	Livvit vergoedt per polis de kosten van de leefstijlworkshops tot maximaal: ▪ € 1.250,- per kalenderjaar bij minder dan 500 medewerkers; ▪ € 2.500,- per kalenderjaar bij 500 tot 1.000 medewerkers; ▪ € 5.000,- per kalenderjaar bij 1.000 tot 2.000 medewerkers; ▪ € 2,50 per medewerker bij meer dan 2.000 medewerkers.

Vergoedingenoverzicht Livvit 2017

Gezondheidsoplossing	Zorgaanbieders	Kosten	Vergoeding Livvit en BV/AV
Fysieke gezondheidsoplossingen			
Coaching op fysiek gebied	Pim Mulier	€ 849,- per traject	100% van max. 1 coachingstraject per persoon per jaar
Fysiotherapie op de werkplek	TIGRA + PlusPraktijken Fysiotherapie		Livvit vergoedt maximaal € 104,- per dagdeel voor de kosten van fysiotherapie op de werkplek bij maximaal 7 sessies per dagdeel. Bij een lager aantal sessies wordt de vergoeding naar rato uitgekeerd. Wij vergoeden de medewerker aanvullend op de vergoeding uit de zorgverzekering maximaal 6 behandelingen fysiotherapie per indicatie per medewerker per kalenderjaar. De vergoeding per behandeling is maximaal € 28,-.
Basis Health Check	Adaptics + Bewegen Werkt Holland Fit + Lifeguard + Oude Vrielink Gezondheids-management + Pim Mulier + TIGRA + Vitide	Max. € 59,50	Wij vergoeden maximaal € 59,50 per medewerker per kalenderjaar.
Training fysieke belasting	Ergo Optima + TIGRA + Pim Mulier + WSN	Max. € 891,- per groep	Livvit vergoedt maximaal 1 training per mede-werker per kalenderjaar. De vergoeding voor een training is maximaal 890,- per groep.
Sportprogramma's Workshops, trainingen en clinics	Stichting Sport & Zaken + The Bootcamp Club	Aanvraag via de Helpdesk	Livvit vergoedt per polis de kosten van de sportprogramma's tot maximaal: ▪ € 1.250,- per kalenderjaar bij minder dan 500 medewerkers; ▪ € 2.500,- per kalenderjaar bij 500 tot 1.000 medewerkers; ▪ € 5.000,- per kalenderjaar bij 1.000 tot 2.000 medewerkers; ▪ € 2,50 per medewerker bij meer dan 2.000 medewerkers.
Overige gezondheidsoplossingen			
Arbeidsdeskundig advies	Margolin + Wibbens + Expereans	Maximaal € 880,-	Livvit vergoedt de kosten van maximaal 1 arbeids-deskundig advies per medewerker per kalenderjaar. De maximale vergoeding is € 840,- per advies.
Samen Werkt Duurzaam Re-integratieprogramma en begeleidingstraject	Winnock	€ 1.979 per traject	Livvit vergoedt aanvullend op het programma niet-klinische arbeidsrevalidatie uit de basisverzekering de kosten van het begeleidings- programma 'Samen Werkt Duurzaam'. De maximale vergoeding is € 989,50 - per medewerker per kalenderjaar.
Taxivervoer	Connexxion	€ 2,26 per km	Livvit vergoedt voor de taxikosten maximaal € 2,26 per km, voor maximaal 6 weken per medische aandoening per kalenderjaar.
Spoedeisende thuishulp	Zorg voor U	€ 75,95 per dossier	Huishoudelijke ondersteuning € 29,81 per uur Kinderopvang 0-4 jarigen, € 40,25 per uur Kinderopvang 4-12 jarigen € 35,90 per uur
Zorgbemiddeling	Zilveren Kruis of eigen verzekeraar	Aanvraag via de Helpdesk	Service
Korting			
Dynamisch werken	Pim Mulier	-	Let op: dit is een kortingsregeling
Fysius Rugvitaal	Fysius	-	Let op: dit is een kortingsregeling

Service & contact

Bel naar
T (038) 456 28 20 (lokaal tarief)

Schrijf naar
Helpdesk Livvit
Postbus 631
8000 AP Zwolle

Mail naar
Helpdesk.livvit@zilverenkruis.nl

Keurmerk Klantgericht Verzekeren

Zilveren Kruis Zorgverzekeringen N.V. statutair gevestigd te Utrecht, KvK 30208637, AFM 12001027
Zilveren Kruis Ziektekostenverzekeringen N.V. statutair gevestigd te Amersfoort, KvK 31028587, AFM 12000612
Achmea Zorgverzekeringen N.V. statutair gevestigd te Zeist, KvK 28080300, AFM 12000647
Achmea Schadeverzekeringen N.V. statutair gevestigd te Apeldoorn, KvK 08053410, AFM 12000606

Wij doen ons uiterste best om u goede en duidelijke informatie te geven. Klopt er iets niet in onze communicatie? Geef het dan aan ons door zodat wij de fout kunnen herstellen. Staan er onjuistheden in? Dan is Zilveren Kruis hiervoor niet aansprakelijk. Aan de inhoud van dit product of deze dienst kunt u geen rechten ontlenen.

Wilt u geen informatie ontvangen over onze producten of diensten? Meld dit dan schriftelijk bij Zilveren Kruis, Postbus 444, 2300 AK Leiden.

Voor een volledig en gedetailleerd overzicht van de voorwaarden en vergoedingen verwijzen wij u naar de Livvit Algemene voorwaarden en vergoedingen 2017.

05290-1701