

Productsheet

Training: Vitaal Leidinggeven

Inleiding

De training Vitaal Leidinggeven ondersteunt leidinggevendenden bij het versterken van hun rol in het bevorderen van inzetbaarheid en het voorkomen van verzuim binnen hun team. Leidinggevendenden leren signalen van verminderde vitaliteit, stress en andere arbeidsgelateerde risico's vroegtijdig te herkennen en hier effectief op te handelen. De training richt zich op het voeren van preventieve gesprekken die bijdragen aan duurzaam functioneren, gezonde werkdruk en een professionele omgang met belasting en herstel. Leidinggevendenden vergroten hun kennis, handelingsperspectief en vaardigheden om vitaliteit en verzuimpreventie structureel onderdeel te maken van hun leiderschap.

Introductie Open en Eerlijk en Cenzo

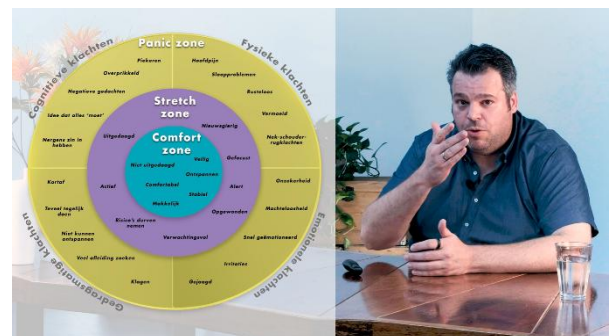
Open en Eerlijk helpt organisaties vitaal en toekomstbestendig te worden door medewerkers te versterken in hun mentale veerkracht, werkgeluk en persoonlijk leiderschap, met hoogwaardige coaching en trainingen. Open en Eerlijk werkt samen met enkele vaste partners, waaronder Cenzo. Cenzo is aanbieder op het gebied van mentale gezondheid en levert dienstverlening op het gebied van preventieve en curatieve mentale zorg.

Het hieronder toegelichte trainingsprogramma wordt op maat gemaakt en uitgevoerd door Open en Eerlijk. De trainers die wij hiervoor inzetten zijn gecertificeerd coach (ICF en NOBCO), zijn zeer ervaren in en hebben affiniteit met het geven van groepstrainingen rondom preventie, verzuim en gespreksvoering. In combinatie met hun ruime ervaring in individuele mentale zorgverlening, zijn zij specialist bij uitstek.

Trainingsvarianten en opbouw

Het programma Vitaal Leidinggeven is modulair opgebouwd en kent verschillende varianten en keuzeopties. Zo kan elke organisatie kiezen voor de vorm en diepgang die het beste aansluit bij de eigen behoefte, doelstelling en beschikbare tijd.

- A. **Blended: E-learning + 1 dagdeel praktijktraining:** Een combinatie van online leren en praktijkgerichte toepassing. Deelnemers volgen voorafgaand aan de training een e-learning met video's, opdrachten en theorie. In het praktijkdagdeel ligt de nadruk op het oefenen van preventiegesprekken en het toepassen van de kennis in de eigen werksituatie.



Een indruk van de e-learning video's vind je hier: <https://vimeo.com/1121894586/04b1ef2094>

Optioneel uit te breiden met:

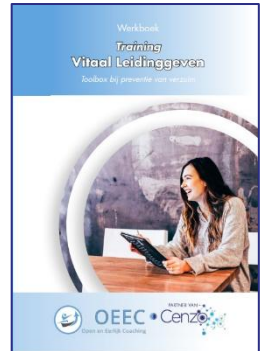
- Een extra trainer/acteur bij het praktijkdagdeel, zodat iedere deelnemer een preventiegesprek kan oefenen;
- Een terugkomdagdeel na 2–3 maanden, waarin de ervaringen van de in de praktijk gevoerde gesprekken in intervisie vorm gedeeld worden en verdere ruimte is voor gespreksoefeningen en maatwerk.

- B. **Standaard: 2 dagdelen, verspreid over 1-2 maanden:** Deze interactieve variant richt zich op de kern van vitaal leidinggeven. Deelnemers verdiepen zich in het herkennen van signalen van stress, arbeidsgelateerde risico's en verminderde vitaliteit, en hoe je een effectief preventiegesprek kunt voeren. Een deel van de groep oefent actief met een preventiegesprek. We gebruiken ons standaard werkboek en stemmen de accenten en modulekeuzes af op de wensen en het beleid van de Opdrachtgever.

Optioneel uit te breiden met:

- Een extra trainer/acteur bij het tweede dagdeel, zodat iedere deelnemer een preventiegesprek kan oefenen;
- Een terugkomdagdeel na 2–3 maanden, waarin de ervaringen van de in de praktijk gevoerde gesprekken in intervisie vorm gedeeld worden en verdere ruimte is voor gespreksoefeningen en maatwerk.

- C. **Complete verzuim- en preventietraining:** In deze variant tot vier dagdelen breiden wij de training uit met aandacht voor het verzuimproces van de Opdrachtgever, de bijbehorende rollen en verantwoordelijkheden, een analyse van de arbeidsgelateerde risico's van het werk van de deelnemers en (specifieke) verzuimgesprekoefeningen, zoals een frequent verzuimgesprek en een gesprek Plan van Aanpak. Deze variant is volledig maatwerk en voeren wij uit in samenwerking met onze partner SistersChange.



Deelnemers beoordelen de training gemiddeld met een **8,1** en de trainers met een **8,8**.

Meer informatie en deelnemersevaluaties zijn te vinden in bijlage A.

Aansluiting bij de praktijk en implementatie (bij variant 'Standaard')

Wij vinden het belangrijk dat de training niet op zichzelf staat, maar aansluit op het beleid en de dagelijkse praktijk van de organisatie. Zo wordt de vertaalslag gemaakt van leren naar doen en ontstaat duurzame gedragsverandering op de werkvloer. Daarom borgen wij de aansluiting en effectiviteit op twee momenten: voorafgaand aan en na afloop van de training.

Vooraf: aansluiting op beleid en praktijk

Voorafgaand aan de training voeren wij een intakegesprek met de opdrachtgever (per afdeling of op totaalniveau). In dit gesprek stemmen we de inhoud af op het bestaande verzuim- en preventiebeleid, de interne processen en de specifieke behoeften. Samen bepalen we welke thema's het meest relevant zijn, zoals omgaan met werkdruk, de impact van cultuur- of generatieverschillen en effectieve gespreksvoering. Dankzij deze afstemming sluit de training optimaal aan bij de praktijk van de organisatie.

Na afloop: borging en implementatie

Om de toepassing in de praktijk te stimuleren:

- Faciliteren we een evaluatieformulier waarmee de deelnemers de training en het leerrendement beoordelen
- Stellen we een evaluatierapportage op met de resultaten, bevindingen van de trainers en aanbevelingen voor implementatie in de praktijk
- Bespreken we de bevindingen in een evaluatiegesprek met de opdrachtgever (afdelingsniveau of organisatiebreed).

Investeringsoverzicht

Trainingsvariant Vitaal Leidinggeven <i>Per groep van maximaal 10 deelnemers</i>	Standaard tarieven <i>(excl. BTW)</i>
Variant 'Blended' (E-learning + 1 dagdeel praktijktraining) • Meerprijs trainer/acteur per 5 deelnemers tijdens het praktijkdagdeel • Meerprijs terugkomdagdeel	€ 2.100,- € 832,- € 1.103,-
Variant 'Standaard' (2 dagdelen praktijktraining) • Meerprijs trainer/acteur per 5 deelnemers op het 2^e/ terugkomdagdeel • Meerprijs terugkomdagdeel	€ 2.465,- € 832,- € 1.103,-
Variant 'Complete verzuim- en preventietraining'	Op offertebasis

De tarieven zijn all-in; dus inclusief voorbereiding, werkboeken, reiskosten en reistijd. Prijspeil 2026, tarieven worden jaarlijks geïndexeerd.

* Deze tarieven zijn gebaseerd op incompany trainingen. Hierbij gaan we uit van een door de opdrachtgever gefaciliteerde locatie, inclusief beamer en geluidsinstallatie. Vooraf is het gewenst om de locatie te overleggen, opdat deze geschikt is voor de training. Indien gewenst kunnen we tegen meerprijs zelf een locatie verzorgen en/of een lunch laten cateren.

Facturatie

Facturatie vindt na afloop van de training(en) plaats.

Bijlage A: Training 'Vitaal Leidinggeven'

Categorie:	Groepstraining voor leidinggevenden, HR-professionals en casemanagers
Doel:	De training Vitaal Leidinggeven heeft als doel leidinggevenden te ondersteunen bij het versterken van hun rol in het bevorderen van inzetbaarheid en het voorkomen van verzuim binnen hun team. Leidinggevenden leren signalen van verminderde vitaliteit, stress en andere arbeidsgerelateerde risico's tijdig te herkennen en hier op een effectieve en professionele manier op te reageren. De training richt zich op het voeren van preventieve gesprekken die bijdragen aan duurzaam functioneren, gezonde werkdruk en een evenwichtige balans tussen belasting en herstel. Deelnemers vergroten hun kennis, handelingsperspectief en gespreksvaardigheden om vitaliteit en verzuimpreventie structureel te integreren in hun dagelijkse leiderschap. Kijk voor een voorproefje naar het webinar van november 2022 (https://www.youtube.com/watch?v=V-1a8q3JxSI).
Doelgroep:	Leidinggevenden, HR-professionals en casemanagers die willen leren om psychische en/of stress-symptomen te herkennen, erkennen en verkennen, uitval vóór te zijn en een gesprek hierover te voeren met de medewerker.
Omschrijving product:	Het trainingsprogramma is modulair opgebouwd en kent meerdere varianten. Een greep uit de programmaonderdelen: • Wat zijn psychische klachten en wat is stress, wat is het verschil tussen gezonde en ongezonde stress, wat zijn stress-signalen en hoe (h)erken je die in medewerkers? • Groepsbespreking van de belangrijkste thema's en psychische verzuimrisico's van de teams van de deelnemende leidinggevenden. • Wat betekent stress voor jou zelf, hoe ga je hiermee om en hoe uit dit zich op de werkvloer? • Hoe maak je stress en stress-signalen bespreekbaar met je medewerkers? Wat kan en mag je vragen en verwachten? • Leer hoe je aan de hand van de signalen de oorzaken en de (onderliggende) problemen samen met de medewerker analyseert. Ligt de oorzaak in de context van het werk, inhoud van het werk en/of in de medewerker zelf en in zijn/haar privéleven? • Leer hoe je samen met de medewerker een plan van aanpak maakt om de onderliggende oorzaken op te lossen en meer in balans te komen. Graag stemmen wij vooraf af over het beleid, de interne doorverwijsmogelijkheden en interventiemogelijkheden, zodat we dit mee kunnen nemen in de training. • Wat zijn de belangrijkste succesfactoren voor effectieve gespreksvoering? • Leer het juiste gesprek te voeren door gespreksoefeningen en video voorbeeldgesprekken.

Werkvorm en duur:

Afhankelijk van de gekozen variant; E-learning, één of meerdere trainingsdagdelen van 3,5 uur en werkboek met hand-outs en tools voor alle deelnemers.

Referenties:

Dit trainingsprogramma is meerdere malen succesvol uitgevoerd bij o.a. Teleperformance, Emerson, Gemeente Leeuwarden, Bibliotheken, Laco, Gemeente Amsterdam, Gemeente Haarlem, Gemeente Den Haag en vele anderen. Reviews zijn beschikbaar op onze [website \(https://oeec.nl/mentaal-vitaal-leidinggeven/\)](https://oeec.nl/mentaal-vitaal-leidinggeven/). Referenties zijn opvraagbaar.

In onderstaande tabel zijn de resultaten weergegeven van deelnemersevaluaties in 2023-2025:

Vraag	Gemiddelde rapportcijfer
In de training heb ik geleerd op welke manier ik risico's op uitval bij mijn medewerkers kan herkennen en bespreekbaar kan maken	8,2
In de training heb ik geleerd hoe ik beter kan sturen op het voorkomen van verzuim van mijn medewerkers (preventie)	7,8
Ik weet wat de rollen zijn van de betrokkenen bij preventie	8,6
Ik ken de belangrijkste verzuimrisico's van mijn team	8,4
Door de training zijn mijn gespreksvaardigheden verbeterd	7,2
Mijn persoonlijke leerdoelen zijn behaald	8,0
Zou je deze training aanbevelen aan collega's?	8,4
Hoe beoordeel je de trainers?	8,8
Hoe beoordeel je de werkmaterialen?	8,4
Hoe beoordeel je de training als geheel?	8,1

Uitvoerende:

De trainers die wij hiervoor inzetten zijn gecertificeerd coach (ICF en NOBCO), zijn zeer ervaren in en hebben affiniteit met het geven van groepstrainingen rondom verzuim en gespreksvoering. In combinatie met hun ruime ervaring in individuele mentale zorgverlening, zijn zij specialist bij uitstek.

**Benodigheden/
randvoorwaarden:**

Iedere deelnemer aan de 'Blended' variant krijgt een persoonlijk account voor het e-learningprogramma gedurende de uitvoering van de opdracht tot 3 maanden erna.

Alle praktijktrainingen vinden incompany plaats. De organisatie dient zorg te dragen voor een deugdelijke locatie, planning en uitnodigingen. Onze eisen en wensen voor de locatie:

- Ruimte voor minimaal 11 personen
- Ruimtes zijn 30 minuten van tevoren beschikbaar
- Incl. presentatiemogelijkheid (TV/beamer)
- Wifi
- Wij hebben landelijke dekking.
- Onze gedragscode is terug te vinden op onze website: www.oeec.nl/gedragscode

Opmerkingen: