



INFORMATIE VOOR WERKGEVERS

Regie op *alopecia*

Groepsprogramma over veerkracht en
duurzaam functioneren bij alopecia

Waarom werkgevers dit programma *vergoeden*

Alopecia is een chronische auto-immuunaandoening waarbij het haar gedeeltelijk of volledig uitvalt. De aandoening is medisch onschuldig, maar heeft een aantoonbare mentale en emotionele impact. Die impact is op het werk zelden zichtbaar en zelden bespreekbaar, en juist daardoor kost hij energie: aandacht die naar de aandoening gaat, komt niet in het werk terecht. Het raakt concentratie, zelfvertrouwen in sociale en representatieve situaties, en op termijn de vitaliteit van de medewerker.

Regie op Alopecia is een groepsprogramma van drie maanden waarin de deelnemer leert effectief om te gaan met de mentale impact van alopecia. Het doel is dat zij meer regie ervaart over haar mentale en emotionele welzijn, zodat zij haar werkzaamheden met zelfvertrouwen, vitaliteit en energie duurzaam kan blijven uitvoeren.

Het programma valt onder vitaliteit, duurzame inzetbaarheid of persoonlijke ontwikkeling. Ongeveer de helft van de deelnemers laat het via de werkgever vergoeden.

Over de *coach*

Evelien Pabbruwe is sociaal psycholoog (MSc), senior coach en NOBCO-geregistreerd, opgeleid als Coach Expert bij NONONS (opleidingsinstituut voor coaches, gevestigd in Amsterdam). Zij werkte vijftien jaar in persoonlijke ontwikkeling en training in het bedrijfsleven en heeft zelf meer dan 25 jaar alopecia.

Sinds vijf jaar richt zij zich in haar eigen praktijk volledig op de mentale en emotionele aspecten van haarverlies bij vrouwen. Haar aanpak combineert psychologische expertise met eigen ervaringsdeskundigheid: zij heeft zelf ruim 25 jaar alopecia.

Doel, aanpak en *opbouw*

Doel

De deelnemer herkent de gedachten en emoties rond haar alopecia sneller, hanteert ze effectiever en bouwt vaardigheden op om situaties die zij nu vermijdt weer aan te gaan. Dat draagt bij aan haar zelfvertrouwen, emotionele veerkracht en energiehuishouding, op het werk en daarbuiten.

Aanpak

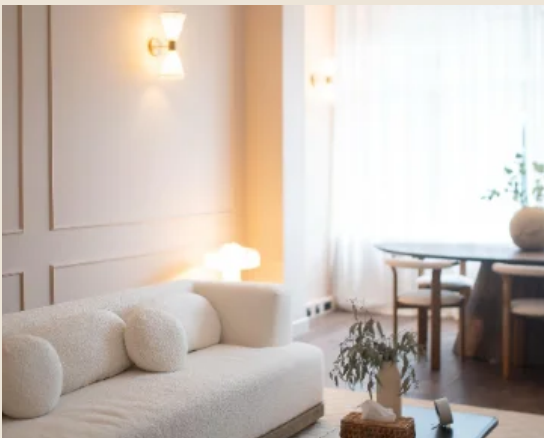
Het programma is gebaseerd op Acceptance and Commitment Therapy (ACT), een wetenschappelijk onderbouwde methode. Elke module bestaat uit een video, een begeleide audio-oefening en een werkblad, gevolgd door een groepsbijeenkomst waarin het geoefende wordt besproken. Tussen de bijeenkomsten is er contact via een besloten app-kanaal.

Opbouw

Zes online groepsbijeenkomsten van 90 minuten via Zoom, om de twee weken op dinsdagavond, en één live dag op een zaterdag in Utrecht als afsluiting. Maximaal tien deelnemers. Totale looptijd drie maanden. Voorafgaand aan het programma heeft elke deelnemer een persoonlijk intakegesprek met de coach.

Werktijd en vertrouwelijkheid

Alle bijeenkomsten vallen buiten werktijd; de investering in werktijd is nul. De inhoud van het programma is vertrouwelijk. De werkgever ontvangt geen inhoudelijke terugkoppeling; wat de medewerker met haar werkgever deelt, bepaalt zij zelf.



"Ze maakt de brei in mijn hoofd rustig. Je hebt het zware eraf gehaald voor me. Ik weet nu wat ik moet doen als ik een rot dag heb."

Deelnemer Regie op Alopecia

"Het blijft vallen en opstaan, maar ik weet wat ik moet doen, en dat geeft enorm veel rust en houvast."

Deelnemer Regie op Alopecia

Kosten

€2.450 exclusief btw
€2.964,50 inclusief 21% btw

Dit tarief geldt wanneer de organisatie betaalt en is inclusief het intakegesprek, zes groepsbijeenkomsten, de live dag met lunch, al het lesmateriaal en begeleiding via het app-kanaal gedurende drie maanden. Offerte en factuur worden gesteld op naam van de organisatie en verstuurd via The Beam Club, het coachbedrijf van Evelien Pabbruwe (KvK 85906662, btw-id NL004173726B80).

Voorwaarden

U ontvangt vooraf een offerte op naam van uw organisatie; na akkoord volgt de factuur. Deelname is persoonlijk en niet overdraagbaar.

Op het programma zijn de algemene voorwaarden van The Beam Club van toepassing.

AANMELDEN

Zo regelt u *het*

1

Uw medewerker meldt zich aan en reserveert een plek in de eerstvolgende ronde. Die plek blijft in optie staan terwijl u intern besluit.

2

U ontvangt een offerte op naam van uw organisatie. Na akkoord volgt de factuur.

3

De medewerker start met de groep op de startdatum.

"Het voelde alsof er bakstenen uit mijn rugzak werden gehaald."

Deelnemer Regie op Alopecia

"Ik kan weer ademhalen en ik snap beter wat mij overkomt."

Deelnemer Regie op Alopecia

Vragen? Mail info@alopeciacoach.com

Evelien Pabbruwe · 06 17 50 82 44 ·

alopeciacoach.com



Meer over het
programma