



Wilt u snel
inzicht in de
vitaliteit van
uw organisatie?

Activeer uw account

YOUPLUS

Youplus is een uniek online coachingsprogramma dat uw medewerkers stap voor stap begeleidt op weg naar hun doelen. Youplus coacht op de belangrijkste thema's die bijdragen aan het verbeteren van de vitaliteit.

De thema's zijn: Verbeteren van je energie, Voeding en gewicht, Alcohol, Roken, Bewegen, Slapen, Nek en schouder en De balans tussen werk en privé. Medewerkers kunnen nu anoniem via PC, tablet of app zelf aan de slag met het verbeteren van hun vitaliteit. P&O en HRM hebben met youplus voor het eerst een compleet programma om actief aan de slag te gaan met vitaliteitsvraagstukken van individuele werknemers of complete afdelingen.

Vitaliteit

Vitaliteit als motor om ziektekosten terug te dringen en productiviteit te verhogen leeft bij ondernemers, zo blijkt uit onderzoek uit 2012. De meerderheid van de werknemers (81%) en werkgevers (83%) vindt dat vitaliteit een belangrijke rol moet spelen binnen het bedrijf.

Als reden hiervoor geven ze aan dat het een positieve werkhouding bevordert (80%) en ziekteverzuim vermindert (70%). Op dit moment is youplus het enige programma dat ingaat op deze hulpvraag.

Hoe werkt het?

Via de afdeling HRM worden medewerkers uitgenodigd deel te nemen aan youplus. Na het invullen van de vragenlijst wordt bepaald waar de grootste vitaliteitswinst is te behalen voor de medewerker. De medewerker kiest waaraan hij wil werken door een keuze te maken voor één of meerdere trainingsprogramma's. De deelnemer doorloopt het programma in een periode van circa 6 weken. Gedurende deze periode verzorgt het programma opdrachten en geeft feedback via meldingen. Via social media kanalen als Facebook en Twitter kunnen vorderingen gedeeld worden en kunnen deelnemers elkaar aanmoedigen.

Om ervoor te zorgen dat werknemers extra gestimuleerd worden om te participeren in het programma krijgen de deelnemers punten voor het behalen van doelen. De punten kunnen worden verzilverd in een webshop gevuld met aantrekkelijke en relevante producten. Werkgevers kunnen natuurlijk meedenken over het assortiment van de webshop.

Werknemers kunnen individueel maar ook met groepen of afdelingen aan de slag. Het programma kan door P&O en HRM ook één op één worden aangeboden aan werknemers. Het programma beschikt over een state of the art rapportage module zodat de voortgang van de vitaliteitsprogramma's kan worden gerapporteerd aan directie en management.



VOOR WIE IS YOUPLUS?

Het platform is voor medewerkers / werknemers / deelnemers / gebruikers van bedrijven, instellingen en lokale overheden. Afdelingen P&O en HRM hebben met youplus voor het eerst een toolkit om actief aan de slag te gaan met vitaliteits- vraagstukken van individuele werknemers, maar ook voor complete afdelingen.

Het programma omvat de acht belangrijkste thema's die bijdragen aan het verbeteren van

een paar kilo afvallen terwijl een ander zoekt naar een betere balans tussen werk en privé. Deelnemers kunnen het programma alleen geanonimiseerd of samen met anderen volgen.

Gebruikers van het programma kunnen gebruik maken van een online coach en indien nodig via het programma in contact komen met een externe coach. Einddoelstelling van het programma is dat hele afdelingen aan de slag gaan met hun vitaliteit. Youplus beschikt over een rapportage module zodat P&O kan monitoren en bijsturen en verslag kan uitbrengen aan management en directie.

<p>Alcohol</p> <p>Wil je meer bewust worden hoeveel alcohol je drinkt? Youplus helpt.</p>  <p><i>Dit thema bevat 1 programma</i></p>	<p>Bewegen</p> <p>Beweeg jij voldoende? Youplus heeft een paar mooie uitdagingen voor je.</p>  <p><i>Dit thema bevat 1 programma</i></p>	<p>Energie</p> <p>Wie of wat geeft jou positieve energie? Ontdek het hier!</p>  <p><i>Dit thema bevat 2 programma's</i></p>
<p>Nek & schouder</p> <p>Voorkom klachten en weet wat je moet doen als je RSI-klachten hebt.</p>  <p><i>Dit thema bevat 1 programma</i></p>	<p>Roken</p> <p>Stoppen met roken? Youplus leert je de technieken om het vol te houden!</p>  <p><i>Dit thema bevat 1 programma</i></p>	<p>Slapen</p> <p>Goed slapen zorgt voor een uitgeruste geest en een ontspannen lichaam.</p>  <p><i>Dit thema bevat 1 programma</i></p>
<p>Voeding & gewicht</p> <p>Eet jij gezond genoeg? Of wil je afvallen? Youplus geeft gezonde tips.</p>  <p><i>Dit thema bevat 3 programma's</i></p>	<p>Werk-privé balans</p> <p>Slaat jouw balans teveel door naar je werk? Test het hier!</p>  <p><i>Dit thema bevat 2 programma's</i></p>	

Participatie

Om de participatie in het programma te versterken en te stimuleren wordt de deelnemer met punten beloond voor het behalen van zijn doelen. Deze punten kunnen in een webshop worden verzilverd. In de webshop worden producten

tegen interessante prijzen aangeboden. Het zijn natuurlijk producten die passen bij het programma. Op deze wijze worden deelnemers steeds weer beloond en gestimuleerd om onderdelen van het programma af te ronden.

vitaliteit. Je kunt er werken aan het verbeteren van je energie, voeding en gewicht, alcohol, roken, bewegen, slapen, nek en schouder en de balans tussen werk en privé. Middels een centrale vragenlijst, de vitaliteitscan, krijgen deelnemers inzicht in de stand van zaken van hun persoonlijke vitaliteit. Het programma omvat daarnaast een organisatiescan, waarmee bedrijven een beeld kunnen krijgen van de vitaliteitstatus van hun organisatie.

Youplus kan één op één worden ingezet door P&O en HRM om werknemers individueel te ondersteunen bij hun vitaliteitsvragen. De één wil bijvoorbeeld

DAAROM YOUPLUS

Ondernemingen met vitale werknemers presteren significant beter en vitale werknemers zijn minder vaak ziek. Dat heeft direct invloed op de resultaten van een onderneming. We zijn eraan gewend dat de werkgever betaalt voor sportblessures of ziekteverzuim dat is ontstaan door problemen binnen het privé domein. Steeds meer werknemers ontwikkelen op dit moment gewichtsproblemen. De werkgever is verantwoordelijk voor de kosten die de gevolgen van deze problematiek met zich meebrengt. De kosten van een zieke werknemer bedragen circa 200 tot 250 euro per



dag all-in, inclusief vervanging en verlies aan productiviteit. Op grond van de Wet verbetering poortwachter moet het loon van een zieke werknemer nu al maximaal 2 jaar worden doorbetaald.

Bij een gemiddeld bedrijf met ca. 15 medewerkers en ongeveer 5% verzuim, zijn de verzuimkosten al snel meer dan € 30.000,- per jaar. Bij 50 medewerkers loopt dit bedrag al snel op tot meer dan € 100.000,-. De kosten van verzuim zijn dus aanzienlijk. Het loont daarom zonder meer de moeite om deze kosten zo veel mogelijk te voorkomen.

Youplus is het eerste programma dat de werkgever een tool geeft om werknemers daarbij ook daadwerkelijk te ondersteunen. De werknemer wil aan de slag met vitaliteit en preventie, zo blijkt uit de cijfers, maar heeft nog geen pasklare oplossing. Wanneer we kijken naar de kosten van youplus en die afzetten tegen de kosten van één minder goed functionerende werknemer die dankzij youplus sneller aan de slag kan, dan verdient de werkgever de kosten van het platform snel terug.

Youplus komt het beste tot zijn recht wanneer we het programma kunnen verankeren binnen een afdeling P&O of HRM. Daarvoor is een zekere bedrijfsomvang dus noodzakelijk.

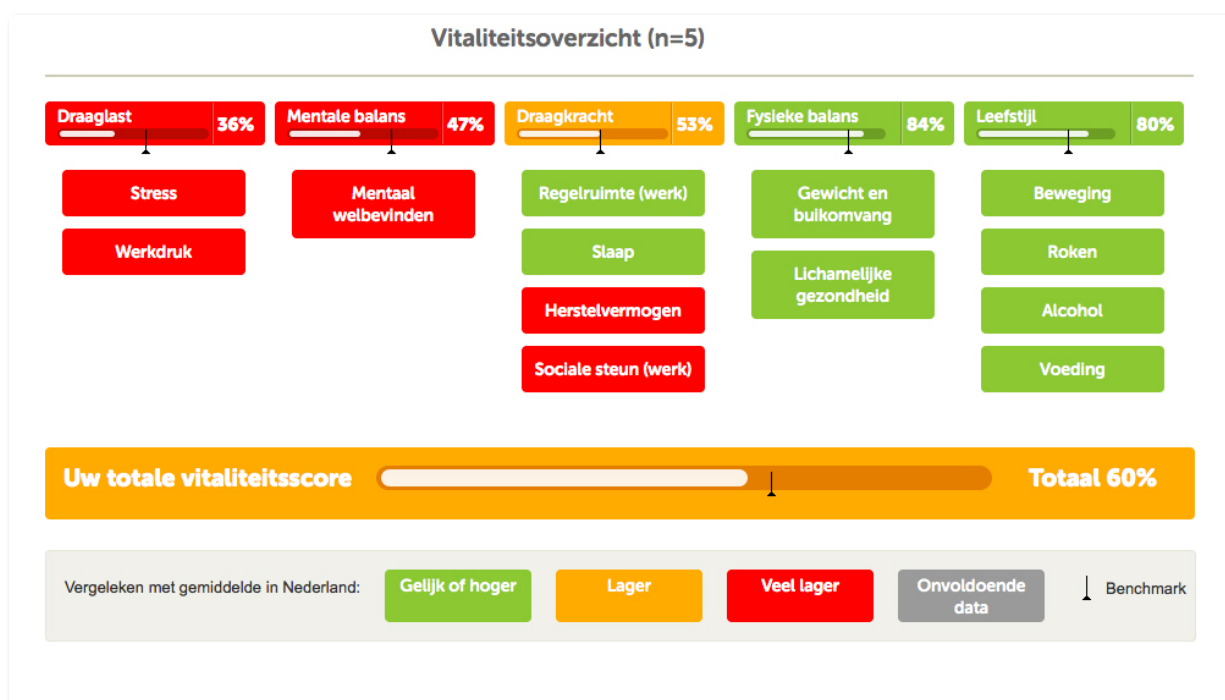
IMPLEMENTATIE EN TRAINING

Implementatie

Voor iedere organisatie die deelneemt aan youplus wordt een eigen bedrijfsomgeving ingericht. In deze eigen omgeving is het mogelijk om:

- eigen bedrijfscontent toe te voegen
- gecontracteerde coaches en vertrouwenspersonen toe te voegen
- eigen evenementen en activiteiten aan te maken
- eigen bedrijfsuitdagingen en groepsuitdagingen toe te voegen
- inzage te krijgen in de youplus rapportages

De implementatie wordt begeleid vanuit youplus. Via een vast implementatie draaiboek is snel duidelijk welke keuzemogelijkheden er zijn en welke informatie nodig is voor een implementatie.





Training

Nadat de bedrijfsomgeving is ingericht worden HR medewerkers, beheerders en andere betrokkenen getraind. De training omvat de volgende onderwerpen:

- Implementatiestrategie binnen de eigen organisatie
- Uitleg over de onderdelen van het platform
 - * Managerportal: uitnodigen van deelnemers, aanmaken van groepen en bedrijfsuitdagingen, rapportages, organisatie vitaliteitscan
 - * Coachportal: interactie met deelnemers, verslaglegging, urenregistratie
 - * Deelnemerportal: programma's, vitaliteitscan, groepen, informatiecentrum, 5 dialogen, prik-borden, berichtencentrum, thema's, bedrijfs-thema's
 - * Mobiele app: bijwerken van het dagboek, voortgang
 - * Youplus shop
- Uitleg van de mogelijkheden van het platform, individuele ondersteuning, youplus als communicatieplatform voor grootschalige interventies
- Beheer van de applicatie: bedrijfscontent, groeps- en bedrijfsuitdagingen en evenementen
- Helpdesk voor de deelnemers: helpdesk voor contactpersonen: omgaan met vragen, incidenten en wijzigingen

Locatie: in overleg

Alle voordelen van youplus op een rij

- + Snel een passende aanpak
- + Iedereen een eigen vitaliteitscoach
- + Altijd inzicht in vitaliteit organisatie
- + Eén deskundig aanspreekpunt
- + Altijd inzicht in eigen vitaliteit
- + Altijd beschikbaar voor deskundig advies
- + Adviseert passende uitdaging
- + Motiveert om doelen te bereiken

