

mijn  
bedrijfs  
zorg

# Snelle en juiste ondersteuning bij ingrijpende levensgebeurtenissen

Voor elke ingrijpende gebeurtenis heeft  
Mijn Bedrijfszorg een passende oplossing.

[Bekijk alle oplossingen](#)

## Snelle en juiste ondersteuning bij ingrijpende levensgebeurtenissen

Bijna iedereen krijgt ermee te maken. Een ingrijpende gebeurtenis in je privéleven die invloed heeft op je functioneren op het werk. Mijn Bedrijfszorg biedt snelle, laagdrempelige en effectieve hulp bij impactvolle levensgebeurtenissen.



### Gezin en opvoeding

Een kind krijgen is bijzonder, maar vraagt ook veel van ouders. Zekers als ze werken. Mijn Bedrijfszorg biedt steun.

Coaching rond zwangerschap en terugkeer

Mentale veerkracht en energie versterken

Gezinscoaching in alle fasen van ouderschap

Groepsworkshop met andere ouders



### Echtscheiding/relatiebreuk

Een scheiding brengt veel emoties en veranderingen. Er is hulp om deze gebeurtenis te verwerken en weer vooruit te kijken.

Veerkracht, zelfontwikkeling en focus versterken

Psychologische hulp bij stress en somberheid

Hulp bij emoties en praktische zaken

Begeleiding bij verlies, acceptatie en regie



### Verlies van een dierbare

Een verlies kan het leven en werk volledig op zijn kop zetten. Juiste hulp kan iemand stap voor stap weer verder helpen.

Psychologische hulp bij rouw en verlies

Hulp bij verdriet, afscheid en terugkeer naar werk

Steun bij emoties, structuur en persoonlijke groei

Teamsessies voor begrip en betere communicatie



### Mantelzorg

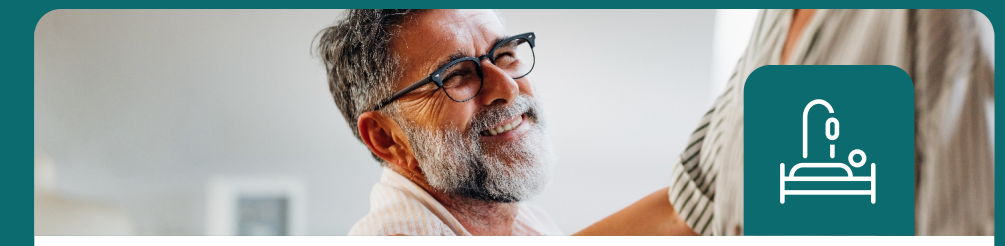
Mantelzorg naast werk kan zwaar en ingewikkeld zijn. Mijn Bedrijfszorg helpt om werk, zorg en gezin in balans te houden.

Hulp voor werkende mantelzorgers

Coaching bij zorg, schuldgevoel en druk

Meer balans, veerkracht en grenzen stellen

Workshops voor medewerkers en leidinggevenden



### Ernstige ziekte

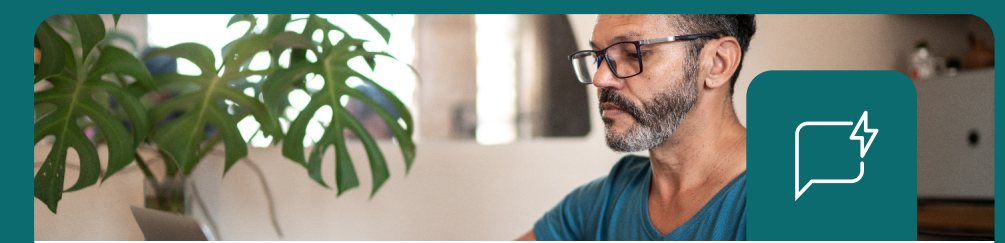
Een ernstige ziekte heeft grote invloed op het leven en maakt werk vaak uitdagend.

Begeleiding bij re-integratie en werk

Steun bij angst, onzekerheid en verlies controle

Hulp bij grenzen, energie en balans bij herstel

Teamcoaching voor meer begrip en samenwerking



### Reorganisatie/arbeidsconflict

Bij spanningen op het werk helpt het om tijdig steun en begeleiding te krijgen.

Bemiddeling voor een goede oplossing

Emotionele steun en praktische hulp bij sollicitatie

Coaching bij verwerking, veerkracht en kansen

Laagdrempelige psychische steun



### Overgang

Lichamelijke klachten en wisselende emoties kunnen het dagelijkse leven flink verstoren.

Coaching bij gezonde leefstijl en zelfzorg

Begeleiding bij veranderingen, energie en balans

Bewustwording, minder taboe en advies

Groepsworkshops over steun/voorkomen van uitval

- ✓ **Persoonlijk** We kijken naar de specifieke situatie en behoeften
- ✓ **Breed inzetbaar** Van rouwbegeleiding en hulp bij mantelzorg tot gezincoaching
- ✓ **Snel en flexibel** Binnen 7 dagen al in contact met een zorgverlener
- ✓ **Ontzorgen** Wij nemen u het regelen uit handen en houden u op de hoogte