

AUFBAUTRAINING (IM)

Aufbau der Arbeits- und Leistungsfähigkeit

Die Startrampe ist ein soziales und berufliches Integrationsprogramm für Menschen mit eingeschränkter Arbeitsfähigkeit, welches auf den vier Modulen Arbeit, Bewerbung, Bewegung & Gesundheit und Bildung aufbaut. Seit 2008 bietet die Startrampe ihren Klient*innen ein Lernfeld für Alltags-, Grund- und Schlüsselkompetenzen mit engmaschiger Begleitung.



UNSERE KOMPETENZ:

Klient*innenzentrierung

Engmaschiges Coaching mit systemischen, lösungs- und ressourcenorientiertem Ansatz

Mehrdimensionalität

Interdisziplinäres Team und Einbezug des Umfelds der Klient*innen

Fokus Gesundheit

Einbezug einer ganzheitlichen Perspektive für eine nachhaltige Integration

Orientierung

Inhaltlich und zeitlich klare Strukturierung des Integrationsprozesses inklusive Kommunikation

Perspektive

Begleitung der Klient*innen durch den gesamten Integrationsprozess inklusive Nachbetreuung

Netzwerk

Breite Vernetzung im Arbeitsmarkt mit über 500 Netzwerkbetrieben

Klient*innen

Die Zielgruppe umfasst Personen bis 60+ mit erschwertem Zugang zum Arbeitsmarkt.

Setting

Die Module der Startrampe finden in unseren Räumlichkeiten statt, welche zu Fuss in 15 Minuten vom Bahnhof Wetzikon erreichbar sind. Wir verfügen über moderne, grosszügige Räume für die verschiedenen Module (Werkstatt, Atelier, Bildungsraum, Bewegungshalle, Coaching- und Büroräume) und nutzen zudem die Umgebung für Programmaktivitäten, wie beispielsweise den nahegelegenen Wald.

Ziel

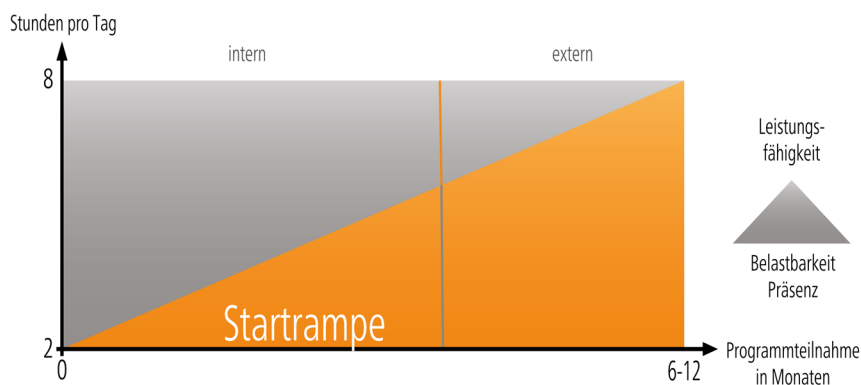
Das übergeordnete Ziel ist eine nachhaltige, soziale und berufliche (Re-)Inte-

gration. Dieses Ziel wird unter anderem durch die folgenden Teilziele angestrebt:

- Aufbau einer stabilen Präsenzzeit entsprechend dem Belastbarkeitsprofil
- Minimierung von Fehlzeiten
- Förderung von Alltags-, Grund- und Schlüsselkompetenzen
- Förderung der Gesundheitskompetenz (z.B. Sensibilisierung für persönliche Ressourcen)
- Aufbau von Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit zur Steigerung der Arbeitsfähigkeit
- Erreichen einer 50%-Arbeitsfähigkeit, bzw. ganztägigen Teilnahme am Programm

Vorgehen

- Einführung in den Arbeitsprozess, schrittweise Steigerung der Präsenzzeit
- Tägliche Präsenzkontrolle
- Aktive Teilnahme an allen internen Modulen, begleitendes Coaching
- Aufbau von Grund- und Schlüsselkompetenzen (z.B. der Lösungs- und Entscheidungsfähigkeit)
- Definieren konkreter Entwicklungsziele und -schritte
- Regelmässige Leistungsmessung und Überprüfung des Fortschrittes bzgl. Eingliederungsziel



FOKUS GESUNDHEIT:

Förderung der Gesundheitskompetenz durch alltagsbezogene Lernaktivitäten in Theorie und Praxis zur Stabilisierung des Gesundheitszustandes

Aufbau von Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit für den Arbeitsmarkt

Förderung eines achtsamen Umgangs mit den persönlichen Ressourcen

Erfahrung von Selbstwirksamkeit durch die Vermittlung von Erfolgserlebnissen

Multisensorische Lernerfahrungen vereinfachen den Transfer des Erlernten auf den arbeitsmarktklichen Kontext

Wissenschaftlich erwiesene positive Wirkung von Bewegung auf die Psyche

- im weiteren Verlauf Einsatz in externen Trainingsarbeitsplätzen
- gegebenenfalls gesundheitliche oder berufliche Abklärungen (extern)
- Zwischen- und Auswertungsgespräche mit der Eingliederungsfachperson inkl. Bericht
- schriftlicher Abschlussbericht mit weiterführenden Empfehlungen

Inhalt

Die Teilnahme an den vier Modulen und dem begleitenden Coaching erfolgt dem individuellen Eingliederungsplan entsprechend.

Coaching

Im Rahmen des engmaschigen, persönlichen und modulübergreifenden Coachings wird der Eingliederungsprozess koordiniert. Zudem werden Ziele festgelegt und geprüft (kurz-, mittel- und langfristig). Im Weiteren können die Klient*innen bei integrationsrelevanten persönlichen Anliegen unterstützt und medizinische Abklärungen organisiert werden.



Bewegung & Gesundheit

Unter Anleitung von Fachpersonal nehmen die Klient*innen an einem individualisierten Bewegungsprogramm bestehend aus Einzel- und Gruppenaktivitäten teil. Das Modul zielt in erster Linie auf eine Erhöhung der körperlichen Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit, eine Reduktion von Beschwerden und einen Abbau von Stress ab. Zur Standortbestimmung und Steuerung der Inhalte greifen wir auf standardisierte Tests zurück. Zusätzlich werden alltagsnahe Workshops angeboten, wobei gesundheitsbezogene Themen wie Ernährung, Umgang mit Stress oder Schlaf aufgegriffen werden.

Arbeit

Im Modul Arbeit werden die Klient*innen in den Bereichen Hauswartung, Holzwerkstatt, Atelier, Velowerkstatt, Haltstellenunterhalt VZO und Administration ihren Voraussetzungen entsprechend eingesetzt. Insbesondere die Förderung von Schlüsselkompetenzen (z.B. Selbständigkeit und Zuverlässigkeit) steht im Vordergrund. Im weiteren Verlauf der Programmteilnahme werden



externe Einsätze in Trainingsarbeitsplätzen zur Förderung von Fachkompetenzen und zur schrittweisen Heranführung an den Arbeitsmarkt ermöglicht.

Bewerbung

Im Modul Bewerbung werden dem Eingliederungsplan entsprechend Bewerbungsunterlagen aktualisiert, die Stellensuche aktiv begleitet und bei Bedarf Tests zur Abklärung der Berufsinteressen und Potenziale durchgeführt. Zudem können Grundkompetenzen im Bereich IKT praxisorientiert beurteilt werden.

Bildung

Die Klient*innen definieren im individuellen Lernsetting Lernziele, bearbeiten spezifische Lerninhalte und absolvieren bei Bedarf standardisierte Tests zur Standortbestimmung. Dabei können Grundkompetenzen gefördert sowie schulische und arbeitsbezogene Lerninhalte aufgearbeitet werden. Im Kleingruppen-Lernsetting (einmal pro Woche) werden allgemeinbildende Lerninhalte bearbeitet und beispielsweise die Sozial- und Auftrittskompetenz gestärkt.




KONTAKT:

044 244 59 71

intake@lifetimehealth.ch

Besten Dank – Intake Startrampe

 **Berufliche und soziale Integration**
Gesundheitsbildung und Beratung
Betriebliches Gesundheitsmanagement

EDUQUA

INQUALIS

startrampe
Berufliche Integration