

PROGRAMM STARTRAMPE

Körperlich und mental fit für die Arbeitswelt

Die Startrampe ist ein Programm zur beruflichen Integration und basiert auf den vier Säulen Arbeit, Bewerbung, Bewegung & Gesundheit und Bildung. Mittels wirtschaftsnaher und produktiver Tätigkeiten wird eine Gewöhnung an einen konstanten Arbeitsprozess und an die künftigen Anforderungen des Arbeitsmarktes bewirkt. Mit dem Fokus Gesundheit bietet lifetime health einen nachhaltigen Integrationsplan für Menschen mit eingeschränktem Arbeitsmarktzugang.



UNSERE KOMPETENZ:

Der Klient im Zentrum: Engmaschiges Coaching mit lösungs-, ressourcenorientiertem und systemischem Ansatz

Interdisziplinäres Team und Einbezug des Umfeldes der Klienten

Fokus Gesundheit - Einbezug des Körpers und der Psyche für eine nachhaltige Integration

Begleitung des Klienten durch zielgerichtetes Coaching

Gute Vernetzung im Arbeitsmarkt durch Netzwerkbetriebe

Zielgruppe:

Wir unterstützen junge Erwachsene bis Erwachsene 60+:

- ohne Arbeits- oder Lehrstelle oder mit abgebrochener Ausbildung.
- mit erschwelter Vermittelbarkeit.
- mit eingeschränktem Antrieb durch fehlende Perspektive und Tagesstruktur.
- mit gesundheitlichen Einschränkungen.
- mit Anrecht auf eine IV-Massnahme.

Setting:

Grosszügige, helle Räumlichkeiten (Werkstatt, Bildungsraum, Bewegungshalle, Coachingräume) in 5 Minuten Gehdistanz vom Bahnhof Wetzikon.

Ziel:

- Soziale und berufliche Integration.
- Stabile Präsenz erreichen.
- Verminderung der Abwesenheitszeiten.
- Sichtbarmachen der persönlichen Ressourcen.
- Erhöhte Arbeitsfähigkeit und Anwendung der beruflichen/persönlichen Ressourcen.
- Stabilität, Belastbarkeit und Arbeitsfähigkeit entsprechen den Anforderungen für den Wiedereinstieg in die freie Wirtschaft.

Vorgehen:

- Einführung in den Arbeitsprozess, schrittweise Steigerung der Präsenz.
- Tägliche Präsenzkontrolle.



- Aktive Teilnahme an allen internen Modulen, begleitendes Coaching.
- Aufbau von Basiskompetenzen (Leistungsbereitschaft, Zuverlässigkeit, Motivation, Selbständigkeit).
- Definieren konkreter Entwicklungsziele und -schritte im Hinblick auf die zu erreichende Arbeitsfähigkeit.
- Im weiteren Verlauf Einsatz an externen Arbeitsplätzen.
- Gegebenenfalls Aufgleisung notwendiger externer Abklärungen.
- Schriftlicher Abschlussbericht mit weiterführenden Empfehlungen.

FOKUS GESUNDHEIT:

Aufbau und Stabilisierung der Belastbarkeit und Kondition für den Berufsalltag

Edukation und Gesundheitsförderung für einen achtsamen und nachhaltigen Umgang mit den persönlichen Ressourcen

Training der Sozialkompetenz, Erfahrung der Selbstwirksamkeit durch direkt erlebbare Erfolgserlebnisse sowie Handlungskompetenz durch neue Inputs in einem spielerischen Setting

Multisensorische Lernerfahrungen (Lernen in Bewegung) vereinfachen die Übertragung des Erlernten auf andere Bereiche



Inhalt:

Teilnahme an den 4 Gruppenmodulen und begleitendes Coaching:



Arbeit

Förderung der persönlichen beruflichen Kompetenzen und Ressourcen. Individuell abgestimmte Mitarbeit in den Bereichen Hauswartung, Werkstatt, Atelier und Administration.

Bewerbung

Aktive Bewerbungsverfahren mit aktuellem Portfolio für Praktika/Schnuppertage oder vakante Stellen. Erarbeitung, Planung und Umsetzung eines realistischen und zumutbaren Berufsziels.

Bewegung und Gesundheit

Aufbau von Kondition & Kraft für die Anforderungen des Berufsalltags. Erlernen des Umgangs mit körperlichen Einschränkungen und Hilfestellungen. Durchführung standartisierter Tests. Überprüfung der Fortschritte.



Bildung

Persönliche Förderung der individuellen Lernziele. Erhebung des Wissensstandes nach standartisierten Testverfahren.


Erarbeiten von aktuellen Themen und Aufgabenstellungen in Gruppen. Training der Teamfähigkeit und Diskussionskompetenz.

Coaching

Engmaschiges, persönliches und modulübergreifendes Coaching. Festlegen und überprüfen von Zielen bezüglich der beruflichen Integration. Gegebenenfalls Begleitung bei medizinischer Abklärungen, sowie Unterstützung bei integrationsrelevanten persönlichen Anliegen.

KONTAKT:

Sie erreichen uns telefonisch unter 044 251 51 71 oder per Mail an info@lifetimehealth.ch
Besten Dank - Intake Startrampe

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

EDUQUA

Zertifiziertes
Management-
System



startrampe
Berufliche Integration

