

Gezond en met plezier aan het werk

Informatie voor medewerkers van HMC



Gezond en met plezier aan het werk

HMC wil dat jij als medewerker met plezier en behoud van gezondheid optimaal kan blijven functioneren en bijdragen aan de ambities van het ziekenhuis. Dit vertaalt zich in goede zorg aan de patiënt en meer werkplezier voor jou!

We hebben in dit kader drie thema's omarmd:

- Ontwikkeling en prestaties
- Vitaliteit en gezondheid
- Motivatie en betrokkenheid

Het is belangrijk dat jij en je leidinggevende regelmatig stilstaan bij deze thema's en erover in gesprek zijn. Blijvend in Gesprek dus.

In deze folder staat het aanbod van HMC vermeld dat raakvlak heeft met de thema's onderverdeeld in vier blokken:

1. Loopbaan, scholing en training
2. hulp en advies
3. (aanvullende) arbeidsvoorwaarden
4. ontspanning en ontwikkeling.

Van scholing tot pensioenadvies en van de Loopbaanbalie tot bedrijfsmaatschappelijk werk. De informatie is ook op het Medewerkersplein, het Landsteiner Leerplein en intranet te vinden, maar staat hier overzichtelijk op een rij.



1. loopbaan, scholing en training

Leren en ontwikkelen bij het Landsteiner Instituut

Passende leeroplossingen

Het Landsteiner Instituut biedt verschillende leeroplossingen om je vakkennis te vergroten en professionele uitwisseling te stimuleren. Denk bijvoorbeeld aan intervisie opzetten op je afdeling, vaardigheidsonderwijs en vakinhoudelijke scholingen. Landsteiner organiseert daarnaast ook ontwikkeltrajecten, zoals een management development traject.

Naast 'klassikaal onderwijs' beschikt het Landsteiner Instituut ook over ondersteunende leermiddelen (AskMe), video's en games via het Landsteinerleerplein. De diverse leermiddelen worden ingezet bij vakinhoudelijke scholingen en opleidingsvragen die te maken hebben met persoonlijke- en teamontwikkeling. Bij elke opleidingsvraag zoekt het Landsteiner Instituut samen met de afdeling naar een passende leeroplossing.

Wil je meer weten over, bijvoorbeeld, mindfulness, omdenken, doelgericht werken, vitaliteit, coachend leidinggeven, verandermanagement of omgaan met stress? Het Landsteinerleerplein biedt zo'n honderd trainingen van GoodHabitZ aan. Deze trainingen kun je als individu volgen of inzetten voor teamontwikkeling. De opleidingsadviseurs van Landsteiner kunnen advies geven en ondersteuning bieden bij het opzetten van een GoodHabitZ-leertraject voor jouw afdeling of team.

Praktische informatie

Aanbieder	Landsteiner Instituut
Wanneer	Wisselende momenten
Waar	Bij het Landsteiner Instituut, op je eigen werkplek of thuis
Kosten	Géén
Aanmelden	Kijk op www.landsteinerleerplein.nl E: leren@landsteiner.nl

Loopbaanbalie

Antwoord op je vragen over werk

- Vind ik mijn werk nog wel leuk?
- Mijn werk wordt fysiek zwaar, welke mogelijkheden zijn er voor mij?
- Wat zijn mijn pensioenmogelijkheden?
- Waarvoor kan ik mijn PLB-uren inzetten?
- Ik ga door een moeilijke periode. Wat is mogelijk om de balans te houden?
- Zijn er nog groeimogelijkheden voor mij in deze of in een andere functie?
- Ik krijg moeite met het draaien van nachtdiensten. Wat is er mogelijk?

Loop je met één (of meerdere) van bovenstaande vragen rond? Maak dan een afspraak bij de loopbaanbalie. De loopbaanbalie is een initiatief van afdeling P&O en het Landsteiner Instituut. Twee mobiliteitsadviseurs helpen je antwoord te vinden op je vragen.

Praktische informatie

Aanbieder	Loopbaanbalie HMC
Wanneer	Op aanvraag
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	E: mijnloopbaan@haaglandenmc.nl

Strippenkaart

Reis mee door HMC!

Wil je verder kijken dan alleen je eigen functie of afdeling? Dan is de strippenkaart iets voor jou! Met een strippenkaart kun je meeloopdagen en snuffelstages plannen op elke afdeling in HMC, om erachter te komen wat je in de toekomst wil doen of omdat je veel samenwerkt met een afdeling en er een kijkje in de keuken wil nemen.

Tijdens een gesprek stel je samen met je leidinggevende vast of je gebaat bent bij een strippenkaart en ervoor in aanmerking komt. Als dat zo is, ontvang je van je leidinggevende een strippenkaart ter waarde van 16 uur. Die kaart is een jaar geldig. Niet gebruikte strippen vervallen na dit jaar. Indien nodig en gewenst, kan je een nieuwe strippenkaart voor het komende jaar aanvragen.

Je bent zelf verantwoordelijk voor het uitstippelen van je 'reis' door HMC en stemt steeds vooraf met je leidinggevende en de ontvangende afdeling af wat het doel van de stage of meeloopdag is.

Praktische informatie

Aanbieder	P&O
Wanneer	In overleg
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Je leidinggevende beschikt over strippenkaarten of kan ze opvragen bij de P&O adviseur.



2.hulp en advies

Advies bedrijfsarts

Ook als je uitval wil voorkomen

Wanneer je bent uitgevallen als gevolg van ziekte of wanneer langdurig verzuim dreigt, wordt de bedrijfsarts ingeschakeld voor het geven van adviezen over werkhervatting en het maken van een probleemanalyse.

De bedrijfsarts beoordeelt, onder andere, of je in staat bent om je functie uit te oefenen, wat je mogelijkheden zijn, wat de prognose is, welke maatregelen moeten worden genomen en of doorwerken schadelijk kan zijn voor patiënten en collega's (bijvoorbeeld bij besmettingsgevaar). Hij/zij besluit over arbeidsgeschiktheid, soms in overleg met een eventuele behandelaar.

Je kan ook preventief een afspraak met de bedrijfsarts maken, dus als je (nog) niet ziek bent. Zo'n preventief consult kan je op eigen gelegenheid regelen. Ben je wél (langer) ziek, dan kom je via je leidinggevende bij de bedrijfsarts terecht.

Praktische informatie

Aanbieder	Bedrijfsartsen
Wanneer	Spreekuren vinden op verschillende momenten in de week plaats
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Via het secretariaat P&O: secretariaat.po@haaglandenmc.nl of 088-9792535.

Voor een preventieve afspraak neem je zelf contact op. In alle andere gevallen verloopt de aanmelding via je leidinggevende.

Advies fysieke en psychische gezondheid

Geestelijk en lichamelijk in balans

HMC heeft twee adviseurs fysieke en psychische gezondheid die zich bezighouden met het voorkomen en beheersen van fysieke en psychische factoren (in het werk) die de gezondheid negatief kunnen beïnvloeden. Het doel is een gezonde werkomgeving te creëren.

De adviseurs hebben een spreekuur voor medewerkers die vragen hebben over of last hebben van fysieke en/of psychische klachten. Ze doen werkplekonderzoeken op individueel- en afdelingsniveau en coachen en begeleiden medewerkers tijdens re-integratie. Verder geven de adviseurs klinische lessen en advies bij aanschaf en gebruik van meubilair en andere hulpmiddelen nodig op het werk. Tot slot kunnen medewerkers gebruik maken van de medische training. De adviseurs stellen een trainingsschema op maat op, passend bij de hulpvraag van de medewerker. De medische training kan ook extra worden ingezet naast individuele begeleiding.

Hanke Laurijsen biedt daarnaast coaching en begeleiding op het gebied van (team-) communicatie aan.

Praktische informatie

Aanbieder Adviseurs psychische en fysieke gezondheid

Wanneer Spreekuren:

- en waar
- HMC Westeinde: di 11.00-12.00 uur, do 13.00-14.00 uur (afdeling fysiotherapie)
 - HMC Bronovo: di 11.00-12.00 uur, do 13.00-14.00 uur (afdeling fysiotherapie, kantoor ergotherapie)
 - HMC Antoniushove: ma en woe 13.00-14.00 uur (afdeling fysiotherapie)

Medische Training:

- HMC Westeinde: di 16.00-17.00 uur, do 12.00-13.00 uur
- HMC Bronovo: di 16.00-17.00 uur, do 12.00-13.00 uur
- HMC Antoniushove: ma en wo 16.00-17.00 uur

Kosten Géén

Aanmelden Je leidinggevende of bedrijfsarts kan je aanmelden bij de adviseurs, maar dat kan je ook zelf doen. Valt je afspraak onder werktijd, overleg dan wel met je leidinggevende.

Hanke Laurijsen
M: 06 104 81 580
E: h.laurijsen@haaglandenmc.nl

Rein-Jan Willems
M: 06 821 252 42
E: r.willems@haaglandenmc.nl

Advies gevaarlijke stoffen

Van PBM's tot trainingen

HMC heeft een adviseur gevaarlijke stoffen die zich bezighoudt met het registreren en beoordelen van de blootstelling aan gevaarlijke stoffen. Hij geeft ook advies over de juiste persoonlijke beschermingsmiddelen. Daarnaast geeft de adviseur trainingen over het omgaan met gevaarlijke stoffen in het algemeen, het werken met cytostatica en het vervoer van gevaarlijke stoffen.

Praktische informatie

Aanbieder	Adviseur gevaarlijke stoffen
Wanneer	Zo nodig
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Percival Stubbs M: 06 224 877 30 E: p.stubbs@haaglandenmc.nl

Advies screeningsunit

Van vaccinaties tot voorlichting

De bedrijfsverpleegkundigen van de screeningsunit zijn verantwoordelijk voor infectiepreventie bij HMC-medewerkers en voor het tegengaan van verspreiding van infectieziekten door medewerkers. Dit gebeurt, onder andere, door het geven van vaccinaties en voorlichting en het begeleiden van medewerkers en zorgmanagers bij melding van infectieziekten.

Nu de Covid 19-pandemie gaande is, kan je je bij de bedrijfsverpleegkundige per mail melden als je klachten hebt die passen bij Covid-19. Zij gaat dan na of testen nodig is en plant een afspraak met je in. Je kan per mail ook de vragen stellen die je hebt.

Praktische informatie

Aanbieder	Screeningsunit
Wanneer	Zo nodig
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Roepa Doekharan (ma t/m vrij) M: 06 234 96 506 E: screeningsunit@haaglandenmc.nl

Sandra van Schie (ma t/m wo)
M: 06 514 95 608
E: screeningsunit@haaglandenmc.nl

Gesprek vertrouwenspersoon

Als je last hebt van ongewenst gedrag

HMC wil medewerkers, patiënten en bezoekers een veilige omgeving bieden waarin men elkaar met respect behandelt. Het ziekenhuis tolereert géén agressie, geweld, discriminatie, roddelen, pesten, stalken, seksuele grensoverschrijding of ander ongewenst gedrag. Niet van medewerkers, maar ook niet van patiënten of andere bezoekers.

Als je last hebt van ongewenst gedrag, kun je hulp vragen aan je collega's of leidinggevende. Je kunt ook terecht bij één van de vertrouwenspersonen van HMC. Een vertrouwenspersoon biedt een luisterend oor en helpt je bij het vinden van een oplossing. Hij/zij onderneemt géén stappen zonder jouw uitdrukkelijke toestemming. Alle gesprekken zijn vertrouwelijk.

Praktische informatie

Aanbieder	Vertrouwenspersonen
Wanneer	Zo nodig
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Alexandra Barendse E: a.barendsebalkenende@haaglandenmc.nl

Gerrit Post
E: g.post@haaglandenmc.nl

Cindy Ruijgrok
E: c.ruijgrokmensch@haaglandenmc.nl

Voor arts-assistenten en co-assistenten:
Marjolein de Bois
E: m.de.bois@haaglandenmc.nl

André van Houwelingen
E: a.van.houwelingen@haaglandenmc.nl

Hulp bij financiële vragen

Grip op je geld

Financiële zorgen kunnen om uiteenlopende redenen ontstaan, bijvoorbeeld door verlaging van inkomen, ziekte, scheiding en studieschulden. HMC heeft geschoolde budgetadviseurs die je kunnen ondersteunen bij het krijgen van overzicht in en grip op je financiële situatie.

Ook kunnen ze je doorverwijzen naar de juiste instanties, mocht dat nodig zijn.
Belangrijk om te weten: alle gesprekken en verstrekte gegevens zijn vertrouwelijk.

Voor vragen over financiële problemen kan je overigens ook bij
bedrijfsmaatschappelijk werk terecht (zie bedrijfsmaatschappelijk werk).

Praktische informatie

Aanbieder	Budgetadviseurs
Wanneer	Op afspraak
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	E: advpersbudget@haaglandenmc.nl

Mentaal fit met zelfhulp-modules

Van Stichting mirro

Wil je mentaal fit zijn en blijven? Met de online zelfhulpmodules van Stichting mirro kun je zelf werken aan je mentale gezondheid. HMC maakt het voor medewerkers mogelijk hier gratis gebruik van te maken via een vouchercode.

Iedereen maakt wel eens dingen mee die de balans verstoren. De mirro-modules bieden jou online ondersteuning als je een moeilijke periode doormaakt. Met de online zelfhulpmodules kun je zelf aan de slag met je mentale gezondheid. Via beeld en geluid leer je snel over de problemen die je ervaart. En vooral: hoe je er weer uit kunt komen. Er zijn 19 modules, bijvoorbeeld over mantelzorg, slaapproblemen, rouwverwerking en sinds kort ook over corona-stress.

Praktische informatie

Aanbieder	Stichting mirro en HMC
Wanneer	Wanneer het je uitkomt
Waar	Online
Kosten	Géén
Aanmelden	De aanmeldprocedure staat op het Medewerkersplein: P&O Medewerkersplein > Gezond en vitaal werken > Mentaal fit met zelfhulpmodules

Je kan je ook aanmelden via het Landsteiner Leerplein, in de Bibliotheek onder Persoonlijke kracht.

Opvang ingrijpende gebeurtenis

Een collega die naast je staat

Het afdelingsopvangteam komt in actie als er een ingrijpende gebeurtenis op het werk heeft plaatsgevonden en het risico bestaat dat de betrokkenen dit niet zelf kunnen verwerken. De leden van het team zijn (speciaal geschoolde) collega's van de afdeling. Zij kunnen jou benaderen voor een gesprek, als ze de indruk hebben dat dat nodig is. Maar je kan ze ook zelf benaderen als je behoefte hebt aan contact. De gesprekken zijn strikt vertrouwelijk, niet verplicht en worden niet gedocumenteerd of doorgespeeld naar leidinggevenden of anderen. Het doel van het gesprek is namelijk het verwerkingsproces op gang brengen, zodat je zelf weer kunt herstellen.

Als er nog geen afdelingsopvangteam is ingericht, kan je na een ingrijpende gebeurtenis op het werk contact opnemen met het centrale opvangteam van HMC, dat geheel bestaat uit HMC-collega's. Zowel het centrale als het afdelingsopvangteam schakelen bedrijfsmaatschappelijk werk in als er meer of andere hulp nodig is.

Praktische informatie

Aanbieder	Afdelingsopvangteams en centraal opvangteam
Wanneer	Na een ingrijpende gebeurtenis
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	De contactgegevens van de leden van het afdelingsopvangteam zijn bekend op je afdeling.

Is er nog geen team aanwezig, dan kan je (24 uur per dag) contact opnemen met het centrale opvangteam via de telefooncentrale: 088 979 79 00.

Psychosociale begeleiding en advies bedrijfsmaatschappelijk werk

Samen op zoek naar een passende oplossing

De bedrijfsmaatschappelijk werker helpt je om inzicht te krijgen in factoren die jouw welzijn, functioneren en werkplezier beïnvloeden. Hij/zij helpt en coacht je in het omgaan met veranderingen in je werk, zoals toenemende werkdruk of samenwerkingsproblemen. Of bij wijzigingen in je persoonlijke situatie, bijvoorbeeld op het gebied van mantelzorg, rouw en verlies of financiële problemen.

In één of meerdere gesprekken verheldert de bedrijfsmaatschappelijk werker met jou wat de knelpunten zijn. Samen zoeken jullie naar een passende oplossing, een manier waarop jij meer grip kan krijgen op je situatie. In sommige gevallen is de deskundigheid van andere hulpverleners nodig. In dat geval zoekt de bedrijfsmaatschappelijk werker naar de juiste persoon. Altijd in overleg met jou, want bedrijfsmaatschappelijk werkers kennen een geheimhoudingsplicht.

De bedrijfsmaatschappelijk werker kan ook bemiddelen bij conflicten, opvang bieden na een schokkende gebeurtenis, een rol spelen bij het begeleiden van teams of trainingen geven over bijvoorbeeld werkstress. Daarnaast kun je, als je last hebt van stressklachten, meedoen aan de groep Beter omgaan met stress.

Praktische informatie

Aanbieder	Bedrijfsmaatschappelijk werkers
Wanneer	Spreekuren vinden op verschillende momenten in de week plaats
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Bij de bedrijfsmaatschappelijk werkers:

Ywe IJkema (ma en vrij, middag)

M: 06 820 89 770

E: y.ijkema@haaglandenmc.nl

Monic Wulfers (di t/m do)

M: 06 231 25 974

E: m.wulfers@haaglandenmc.nl

P&O advies

Voor leidinggevenden en medewerkers

Heb je vragen over werken binnen HMC en de rechten en plichten die daar mee samenhangen? Of heb je behoefte aan advies, iemand die met je meedenkt over vragen die je hebt over je werk? Neem dan contact op met de P&O adviseur van jouw cluster. De P&O adviseurs helpen je graag zelf verder of verwijzen je naar de juiste expert als dat nodig is.

Praktische informatie

Aanbieder	P&O adviseurs
Wanneer	Wisselend
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Clusters Acuut en ICT Jorien van Aerde M: 06 839 47 490 E: j.van.aerde@haaglandenmc.nl

Clusters Beschouwend en Kwaliteit & Communicatie
Don de Bruin
M: 06 230 97 752
E: d.de.bruin@haaglandenmc.nl

Clusters Oncologie, Vrouw & Kind
Iris van Splunter-Groenendijk
M: 06 209 285 05
E: i.vanspluntergroenendijk@haaglandenmc.nl

Clusters Medisch Ondersteunend, Financiën, Landsteiner en P&O
Lennart Hazeu
M: 06 227 89 125
E: l.hazeu@haaglandenmc.nl

Cluster Service en Huisvesting
Joëllina Hogendoorn-ter Voort
M: 06 124 63 492
E: j.hogendoorn-ter.voort@haaglandenmc.nl

Cluster snijidend
Monique Koorevaar
M: 06 232 82 594
E: m.koorevaar@haaglandenmc.nl

Adviseurs medische functies
Liesbeth de Lange (06 532 60 700) en
Ingrid de Wit (06 205 43 402)
E: medischspecialisten@haaglandenmc.nl

Werkdrukonderzoek

Samen aan het werk aan in balans zijn op het werk

Om leidinggevenden een middel in handen te geven om de werkdruk op teamniveau aan te pakken, ontwikkelden onderzoekers van de Hanzehogeschool het Werkdrukinstrument voor de zorg. Het instrument bestaat uit interviews, het in kaart brengen van het netwerk en het arbeidsproces van medewerkers en het maken van een overzicht van alle knelpunten die werkdruk veroorzaken. Verder wordt er een methode aangereikt om complexe knelpunten te onderzoeken en, indien mogelijk, op te lossen.

Zorgmanagers kunnen het werkdrukonderzoek met behulp van dit instrument zelf uitvoeren, maar P&O kan ook ondersteuning bieden, bijvoorbeeld bij het afnemen van de interviews en het uitwerken ervan.

Zie ook: www.minderwerkdrukindezorg.nl

Praktische informatie

Aanbieder	P&O
Wanneer	Op aanvraag
Waar	Op alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	De volgende collega's kunnen je ondersteunen bij een werkdrukonderzoek op je afdeling:

Lennart Hazeu
M: 06 227 89 125
E: l.hazeu@haaglandenmc.nl

Eveline Hendriksen
M: 06 103 38 597
E: e.hendriksen@haaglandenmc.nl

Hanke Laurijssen
M: 06 104 81 580
E: h.laurijssen@haaglandenmc.nl

Monic Wulfers
M: 06 231 25 974
E: m.wulfers@haaglandenmc.nl



3. (aanvullende) arbeids- voorwaarden

Aanvullende arbeidsvoorwaarden

Van fitness tot vakbondscontributie

Met de Regeling Uitbreiding Arbeidsvoorwaarden heb je de mogelijkheid om op een fiscaal aantrekkelijke manier gebruik te maken van extra arbeidsvoorwaarden die HMC aanbiedt. Iedereen die een arbeidsovereenkomst heeft met HMC kan aan de regeling mee doen, mits de proeftijd voorbij is.

Je kan kiezen uit een aantal aanvullende arbeidsvoorwaarden (keuzeregelingen), zoals bijvoorbeeld:

- Bedrijfsfitness en fietsplan
- Vergoeding mobiele telefoon, PC, laptop of tablet
- Reiskostenvergoeding of studiekostenvergoeding
- Verkopen uren of kopen verlofuren
- Vakbondscontributie of lidmaatschap beroepsvereniging

Kijk voor alle mogelijkheden en deelname op Medewerkersplein via InSite: P&O Medewerkersplein > Uitbreiding arbeidsvoorwaarden.

In het Hubertusduin, etage -1 van HMC Bronovo is een mooie sportaccommodatie aanwezig waar je als medewerker gebruik van mag maken. Handig als je voor of na het werk wil sporten! Ook voor het lidmaatschap van deze bedrijfsfitness-locatie kan je de Regeling Uitbreiding Arbeidsvoorwaarden gebruiken.

Beeldschermbril

Je werk scherp kunnen zien

Werknemers die een leesbril gebruiken en beeldschermwerk verrichten, hebben recht op vergoeding van de aanschafkosten van een beeldschermbril. De kijkafstand van een beeldschermbril (ongeveer 80 cm) is namelijk anders dan de leesafstand (ongeveer 40 cm). Een speciale beeldschermbril kan een oplossing zijn.

Kijk voor meer informatie over vergoeding en de manier van aanschaffen op iProva naar de regeling 'Vergoedingen in het kader van arbeidsomstandigheden.'

Praktische informatie

Aanbieder	Arbo-coördinator
Wanneer	Doorlopend
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Glazen en standaard montuur worden vergoed vanuit het budget van de afdeling waar de medewerker werkzaam is.
Aanmelden	Susanne de Jong M: 06 836 42 097 E: s.jong@haaglandenmc.nl

Pensioenadvies

Hoe ziet mijn pensioen er straks uit?

Verschillende keren per jaar organiseert HMC pensioenbijeenkomsten. Een adviseur van het Pensioenfonds Zorg en Welzijn (PFZW) geeft uitleg en beantwoordt vragen over pensioen. Hoeveel pensioen ontvang je later? Kan je je pensioen eerder laten ingaan? Wat gebeurt er met je pensioen als je eerder stopt met werken?

Mocht je tussentijds vragen hebben of meer inzicht willen hebben in jouw persoonlijke pensioensituatie, neem dan contact op met de P&O-adviseur van het cluster waar je werkt. Die kan jou ook van informatie en adviezen voorzien.

Praktische informatie

Aanbieder	PFZW en P&O
Wanneer	De PFZW-bijeenkomsten worden op intranet aangekondigd
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Géén
Aanmelden	Bij tussentijdse vragen kan je terecht bij de P&O-adviseur van jouw cluster

Verlof

Jouw persoonlijke levensfasebudget

Naast je vakantie-uren en wettelijke verlofvormen (zoals zorg-, zwangerschaps- en ouderschapsverlof) ontvang je een persoonlijk levensfasebudget (PLB) voor bestedingsdoelen in tijd. Denk aan een reis, af en toe een middag vrij om je hobby uit te oefenen of iets te doen met de kinderen, een opleiding enzovoorts. De één heeft behoefte aan inzet van PLB-uren omdat hij in de drukste jaren van zijn leven zit, de ander om gezond zijn pensioen te halen.

Het PLB-budget bedraagt in ieder geval 57 uur per jaar bij een volledig dienstverband. Het PLB kent géén verjaringstermijn. Over de inzet van PLB kan je in gesprek gaan met je leidinggevende of de P&O-adviseur van jouw cluster.

NB. Val je onder de AMS, dan krijg je geen PLB-uren.



4. ontspanning en ontwikkeling

Personeelsvereniging

Voor jouw ontspanning

De personeelsvereniging van HMC coördineert en stimuleert ontspanningsactiviteiten voor medewerkers. De vereniging streeft ernaar jaarlijks een aansprekend programma samen te stellen.

Praktische informatie

Aanbieder	Personeelsvereniging HMC
Wanneer	Zie aankondigingen op intranet
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Twee euro per maand, sommige activiteiten brengen extra kosten met zich mee
Aanmelden	E: pv@haaglandenmc.nl

Talentedmarket

HMC's got talent!

De HMC talentenmarkt is een online marktplaats waar medewerkers en leidinggevers van HMC op een leuke en eenvoudige manier snel zaken kunnen doen. Het is een plek waar je talenten kunt aanbieden en afnemen. Door het samenbrengen van vraag en aanbod, kunnen we de 'extra' kennis en kunde in ons ziekenhuis optimaal inzetten en benutten.

HMC talentenmarkt biedt jou als medewerker een podium om te laten zien waar je, naast je werk, nog meer goed in bent. Leidinggevers kunnen hier gebruik van maken. Dat niet alleen: HMC talentenmarkt helpt je te investeren in je ontwikkeling, je netwerk en je komt op afdelingen in huis waar je misschien niet eerder bent geweest.

Ben je goed in taarten bakken of heb je een vlotte pen? Bied je talent dan aan op de HMC talentenmarkt.

Praktische informatie

Aanbieder	P&O
Wanneer	Doorlopend
Waar	Alle HMC-locaties
Kosten	Deelname aan de talentenmarkt is kosteloos
Aanmelden	Via het aanmeldformulier op de site: https://www.werkenbijhmczorg.nl/talentenmarkt/

Workshops en evenementen

P&O organiseert gedurende het jaar verschillende workshops. Bijvoorbeeld over verzuimbegeleiding, de toepassing van de Cao Ziekenhuizen en thema's op het gebied van gezond en veilig werken. Daarnaast zijn er vitaliteitsbijeenkomsten voor medewerkers in verschillende leeftijdscategorieën die gaan over wat je nodig hebt om gezond en met plezier aan het werk te zijn en te blijven.

Twee keer per jaar vindt in een Haagse kroeg het Carrière Café plaats, waar je onder het genot van een hapje en een drankje met verschillende HMC-professionals in gesprek kan gaan over je loopbaan.

P&O kondigt de workshops en evenementen (en de manier waarop je je kan aanmelden) aan via de verschillende HMC-communicatiekanalen. Natuurlijk wordt er bij workshops en evenementen rekening gehouden met de geldende richtlijnen op het gebied van Covid-19.

HMC Antoniushove

Burg. Banninglaan 1
2262 BA Leidschendam
Postbus 432
2501 CK Den Haag

HMC Bronovo

Bronovolaan 5
2597 AX Den Haag
Postbus 432
2501 CK Den Haag

HMC Westeinde

Lijnbaan 32
2512 VA Den Haag
Postbus 432
2501 CK Den Haag