

Wordt er thuis wel echt gewerkt?

Een bedrijf is dringend op zoek naar nieuwe mensen. „Alle geschikte sollicitanten beginnen over thuiswerken. Wij doen dat niet binnen ons bedrijf, maar misschien moeten we er maar aan geloven. Hoe controleer ik dat thuiswerken?”

Edith van Schie, arbeidsrechtjurist bij XpertHR: „Thuiswerken staat hoog op het wensenlijstje van veel werknemers en sollicitanten. Het geeft hun de vrijheid en flexibiliteit om werk en privé beter op elkaar af te stemmen. Herkenbaar is ook dat werkgevers huiverig zijn om thuiswerken in te voeren. Uitgangspunt van thuiswerken is vertrouwen. Controleren of er thuis echt wel wordt gewerkt is in de meeste gevallen lastig, zo niet onmogelijk. Anderzijds zullen werkgevers ook niet controleren of medewerkers echt wel werken als ze op het bedrijf werkzaam zijn.



Thuiswerken vraagt vertrouwen.

Dan is er toch ook vertrouwen. Als een werkgever als uitgangspunt neemt dat werknemers die thuis werken ook echt werken en een paar regels op papier zet, bijvoorbeeld over de bereikbaarheid en het niet hebben van de zorg voor kinderen als thuis gewerkt wordt, dan komt het meestal wel goed. En gaat het niet goed, dan kan én mag de werkgever de werknemer daar op aanspreken.”

'Met pensioen gaan: gaat dat automatisch?'

Een conciërge gaat binnenkort, na een dienstverband van ruim 42 jaar, met pensioen. Eindigt zijn dienstverband per die datum automatisch?

Edith van Schie, arbeidsrechtjurist van XpertHR: „De arbeidsovereenkomst eindigt automatisch als de werkgever en de werknemer dat met elkaar zijn overeengekomen. In de arbeidsovereenkomst of in een arbeidsovereenkomstreglement kan een zogenoemd pensioenontslagbeding zijn opgenomen. Daarin staat dan iets in de trant van 'De arbeidsovereenkomst eindigt van rechtswege bij het bereiken van de AOW-gerechtigde leeftijd'.

Als geen pensioenontslagbeding geldt en er zijn ook geen andere afspraken gemaakt over automatische beëindiging, dan eindigt de arbeidsovereenkomst niet automatisch. Maar ontslag wegens het bereiken van de pensi-



Met pensioen: gaat dat automatisch? FOTO 123RF

oengerechtigde leeftijd is wel simpel te realiseren. De werkgever kan de arbeidsovereenkomst éézijdig opzeggen; het versturen van een opzegbrief waarin staat dat de arbeidsovereenkomst eindigt per de pensioendatum volstaat. Wel moet de geldende opzegtermijn in acht genomen worden genomen. Bij pensioenontslag doen eventuele opzegverboden niet ter zake. Ook is geen transitievergoeding verschuldigd.”

Metaforen uit natuur helpen

Als je de energie die je in je werk steekt niet meer terug krijgt, is het tijd voor een carrièreswitch. Vond Yvonne Mooij. Ze stapte over van personeelswerk naar het beroep van wandelcoach. „Je komt daardoor ook figuurlijk in beweging.”

Wat is gezondheid? Die vraag, lang geleden door een docent gesteld tijdens mijn studie Gezondheidswetenschappen in Maastricht, is me altijd bijgebleven en inspireert en drijft me, tot op de dag van vandaag. Want ik ben ervan overtuigd dat het antwoord op die vraag niet alleen 'de afwezigheid van ziekten' is. Gezondheid is meer. Het heeft ook te maken met balans, met goed in je vel zitten, met zelfvertrouwen, met geluk, met in je kracht staan.

Vanwege heimwee heb ik die studie destijds niet afgemaakt. Ik ben overstapt naar de HEAO, met HRM als specialisatie en ben aan het werk gegaan. Onderbroken door een zwangerschap en het opvoeden van onze zoon ben ik altijd in loondienst geweest, de laatste jaren weer als HRM-medewerker binnen een stichting voor primair onderwijs.

Leergierig

Ik ben leergierig ingesteld en heb mijn werk altijd met veel plezier gedaan, maar een paar jaar geleden begon ik vast te lopen. De energie die ik in mijn werk stak, kreeg ik niet meer terug. Ik ben me gaan verdiepen in coaching, heb ook zelf een coach in de arm genomen dus je zou me ervaringsdeskundige kunnen noemen en heb de knoop doorgehakt. In goed overleg met mijn man die een goede fulltime baan heeft, wat de sprong in het diepe wat minder diep maakte. Ik heb mijn baan opgezegd en ben, nadat ik de CRKBO-geregistreerde Wandelcoachopleiding van het Coach Bureau met succes had afgerond, op 1 april 2018 mijn eigen bedrijf begonnen: KIJK Wandelcoaching: 'Kom In Je Kracht'.

Positieve effecten

Puttend uit mijn eigen inzichten, kennis en ervaring, coach ik mensen in hun persoonlijke en/of professionele ontwikkeling terwijl we een wandeling maken door Recreatiegebied Geestme-rambach of de duinen en de bossen bij Bergen en Schoorl. Waarom door de natuur? Omdat de natuur en beweging sterke middelen

zijn om mensen weer bij zichzelf te laten komen. Dat wordt ook bevestigd door onderzoek: wandelcoaching heeft significante positieve effecten op zaken als (werk) stress, welzijn en gezondheid. Psychische en lichamelijke stressklachten, problemen met concentratie en aandacht en problemen met sociaal functioneren verminderen tijdens een wandeling door de natuur, waarbij ik

Carrièreswitch





Profiel

Naam: Yvonne Mooij (52)

Woonplaats: Sint-Pancras

Vorige baan: HRM-medewerker bij onderwijsstichting

Huidige baan: wandelcoach

FOTO CEES DE GEUS

fungeer als aandachtige en betrokken luisteraar, oplossingsgerichte vragensteller en praktische en creatieve feedbackpartner.

Metaforen

Anders dan in een behandelkamer, kom je tijdens een wandeling niet alleen figuurlijk maar ook letterlijk in beweging. Met voor mij als coach als bijkomend voordeel dat de natuur tallo-

ze metaforen en voorbeelden biedt die ik kan verwerken in mijn inzichtgevende vragen en adviezen.

Daarbij richt ik me op krachtbronnen en mogelijkheden die wel aanwezig zijn maar die mensen uit het oog zijn verloren, omdat ze tegen een burn-out aan zitten of privéproblemen hebben. Al wandelend help ik ze om het evenwicht te hervinden, tussen werk en

privé of binnen hun relatie. Samen zetten we stappen vooruit, letterlijk en figuurlijk, en nu ik een jaar bezig ben weet ik dat ik geknipt ben voor dit werk. Het is me op het lijf geschreven. Na al die jaren in loondienst was het wennen om een eigen bedrijf op te zetten en te promoten, maar ik heb nog geen seconde spijt gehad van mijn carrièreswitch.

Van waar ik nu sta, met

mijn bedrijf en als wandelcoach, kon ik een jaar geleden alleen maar dromen. Naast de individuele wandelingen bied ik groepswandelingen aan en ontwikkel ik thema-trajecten, zoals 'Met een Natuurlijke Gang door de Overgang', waarbij ik vrouwen in de overgang begeleid in deze natuurlijke levensfase.

De start van mijn eigen bedrijf heeft niet alleen mij-

zelf in beweging gebracht en nieuwe levensenergie gebracht, maar inmiddels ook een aantal cliënten. 'In every walk with nature one receives more than he seeks' zei John Muir ooit en hij had gelijk. Het geeft me intens veel voldoening om mensen te helpen impassen te doorbreken en nieuwe, positieve stappen te zetten.

Cees de Geus