



TOPONDERNEMERS  
ZIJN TOPSPORTERS

ONDERNEMEN MET EEN  
POSITIEVE & GEZONDE LEVENSTIJL

# UW WERKNEMERS, UW BELANGRIJKSTE KAPITAAL!



VRAGEN? CONTACTEER ONS!

Topondernemers Zijn Topsporters - Kristof Grandsard  
Brandstraat 67/101, 2400 Mol - +32 (0) 497 23 01 15 - BTW BE0541 360 463  
info@topondernemerszijntopsporters.be - [www.topondernemerszijntopsporters.be](http://www.topondernemerszijntopsporters.be)



## VISIE?

- Passie, discipline en het behalen van doelen. Ondernemen en topsport hebben veel met elkaar gemeen. Als ondernemer of topsporter is het uiterst noodzakelijk om in “good shape” te zijn en dat bedoelen we niet enkel fysiek. Een gezonde geest in een gezond lichaam reflecteert onmiddellijk naar positief gedrag dewelke erg bepalend is voor het behalen van positieve resultaten.

## WAAROM?

- Dat gezonde werknemers de groei van uw bedrijf positief beïnvloeden en versnellen wist u waarschijnlijk al. Toch wordt er door bedrijven tot op heden hier weinig in geïnvesteerd. Aan de hand van mentale opleidingen met een fysieke touch brengen wij de gezondheid, de productiviteit, de concentratie, de mentale veerkracht en de teamgeest van uw werknemers naar een hoger niveau!





## Positieve veranderingen binnen het bedrijf ...



**Minder ziekteverzuim**

**Daling kost absenteïsme voor werkgever**

**Efficiënt omgaan met stress en burn-outs**

**Mentale veerkracht**

**Productiviteit en concentratie**

**Teamgeest optimaliseren**

**Preventie overgewicht en rugklachten**

**Ga voor balans!**

# WAT BIEDEN WIJ AAN?



## COACHING

Stress, burn-out en bore-out



## VERDIEN TOT 40% TERUG VAN JE OPLEIDING!

Topondernemers zijn topsporters is een geregistreerde dienstverlener.



TOPONDERNEMERS  
ZIJN TOPSPORTERS

Wij zorgen voor een **duurzaam welzijnsbeleid** in uw bedrijf!

# STRESS, BURN-OUT & BORE-OUT

## COACHING STRESS, BURN-OUT & BORE-OUT

De verhoogde werkdruk, te hoge verwachtingen, talloze deadlines, ... zorgen voor veel (ongezonde) stress bij werknemers. Een overmatig stressniveau kan echter leiden tot ergere symptomen zoals een burn-out. Belangrijk hierbij is het vroegtijdig ingrijpen, maar hoe herkennen wij de symptomen van een burn-out? Of omgekeerd, hoe kunnen we werknemers met een bore-out opnieuw motiveren? In deze sessie ligt de focus op het preventief behandelen van deze problemen. Door middel van interactieve workshops creëren wij opnieuw een optimaal bedrijfsklimaat en een gezonde werkvloer.

**Begeleiding?** Ervaren lifestylecoach - **Waar?** In het bedrijf

**Verhoog je mentale veerkracht!**



## STRESS, BURN-OUT & BORE-OUT COACHING PRIJS OP AANVRAAG

( duur: training op maat | Inclusief coach, materiaal en cursusmateriaal )



## VERDIEN TOT 40% TERUG VAN JE OPLEIDING!

Topondernemers zijn topsporters is een geregistreerde dienstverlener.

**Mentaal sterk staan!**

# REFERENTIES



OOK ZIN OM MENTAAL FLEXIBEL TE WORDEN?  
**LET'S DO THIS!**

**Ga jij ook de uitdaging aan?**



**TOPONDERNEMERS  
ZIJNTOPSPORTERS**