



# Preventieve diensten

Informatie voor ondernemers

*Clair Warneke van Keet in Rotterdam*

# Voor de ondernemer die fit en vitaal wil blijven

De preventieve diensten van de Ondernemers-AOV

*De Ondernemers-AOV van De Goudse verzekert ondernemers van een inkomen wanneer ze arbeidsongeschikt worden. Dat is mooi. Nog mooier is het natuurlijk wanneer u als ondernemer helemaal niet arbeidsongeschikt wordt. De Goudse biedt daarom allerlei diensten aan die verzekerde ondernemers zoals u helpen om vitaal en zonder klachten door te werken. U bepaalt of en wanneer u daar gebruik van maakt.*

## **Preventieve (en vaak kosteloze) ondersteuning op 4 gebieden**

Uw gezondheid hangt af van diverse factoren. Om te beginnen natuurlijk van uw lichamelijke en mentale welbevinden, maar ook van de omstandigheden waarbinnen u uw werk doet. Is er een goede balans tussen werk- en privé-tijd? En: is er zakelijke of financiële zorg die veel van uw aandacht opeist? Op al die gebieden biedt De Goudse u graag - en vaak kosteloos - ondersteuning.

### **Lichamelijke gezondheid**

- Gezondheidscheck
- Exoskelet
- Bewegcoach
- Vitaliteitscoach

### **Leefstijl gezondheid**

- Preventief arbeidsdeskundig advies
- Leefstijlcoach
- Binnenvaartcoach



### **Mentale gezondheid**

- Personal coaching
- Ondernemers-APK
- Omgaan met agressie-training
- Overvaltraining

### **Zakelijke gezondheid**

- Bedrijfsscan
- Preventieve mediation / conflictbemiddeling

### ***De preventieve diensten van De Goudse***

- zijn beschikbaar voor u als verzekerde, op het moment dat u dat wilt en zonder dat u ergens toe verplicht bent;
- vinden altijd plaats op basis van vertrouwelijkheid;
- worden aangeboden door onafhankelijke partijen die de informatie die zij van en over u krijgen niet delen met De Goudse;
- zijn in de meeste gevallen kosteloos voor u als verzekerde.

### ***Lichamelijke gezondheid***

- De Persoonlijke Gezondheidscheck laat zien hoe uw gezondheid ervoor staat.
- Het Knauf Exoskelet maakt het werk voor stukadoors en andere bouwprofessionals minder inspannend en vermoeiend.
- De Beweegcoach is er voor ondernemers die blessures willen verhelpen of voorkomen!
- De Vitaliteitscoach helpt u bij de aanpak van emotionele en mentale gezondheidsproblemen en het bevorderen van ontspanning en vitaliteit.

### ***Mentale gezondheid***

- Persoonlijke coaching is er zowel voor u als uw inwonende gezinsleden. Telefonisch, online of in de spreekkamer.
- De Ondernemers-APK peilt hoe het gaat met uw mentale en emotionele gezondheid.
- De Training Omgaan Met Agressie leert u in één dagdeel de-escalerend en professioneel optreden in situaties met lastige of agressieve klanten.
- De Overvaltraining leert u in één dagdeel om het risico van een overval te beperken en wat u wel en niet moet doen als een overval toch plaatsvindt.

### **Leefstijl-gezondheid**

- Het Preventief arbeidsdeskundig advies gaat over uw arbeidsrisico's en omvat bijvoorbeeld een ergonomisch werkplekonderzoek en advies of begeleiding bij dreigende (psychische) overbelasting of bij vinden van andersoortig werk.
- De Leefstijlcoach helpt u bij het doorvoeren van positieve veranderingen in uw levensstijl.
- De Binnenvaartcoach biedt ondernemers in de binnenvaart, en hun gezinnen en medewerkers, personal coaching op sociaal-maatschappelijk, financieel of gezondheidsgebied.

### **Zakelijke gezondheid**

- De Bedrijfsscan is voor ondernemers die advies willen over zaken als overname, bedrijfsbeëindiging, schulden, ontslag of samenwerking tussen vennoten.
- Preventieve mediation of conflictbemiddeling helpt ondernemers om bij onenigheid of conflicten een gezamenlijk gedragen oplossing te vinden.

## **MEER WETEN?**

Op [goudse.nl/AOVdiensten](https://goudse.nl/AOVdiensten) vindt u alle informatie.