



Fietsen is het enige wat ik ooit leerde ...

Hoe kan ik een eigen zaak opstarten?

Wat zijn mijn administratieve verplichtingen als werkzoekende?

Wat zijn mijn talenten en hoe kan ik ermee aan de slag?

Maak ik zonder diploma's wel kans op een leuke job?

Hoe zorg ik ervoor dat werkgevers mij opmerken?

Een goed sollicitatiegesprek: hoe begin ik eraan?

Is het wel gezond om abrupt te stoppen met trainen?

Op dit kruispunt in je leven komt heel wat op je af. Je moet je aanpassen aan een **nieuwe levensstijl** en weet misschien niet onmiddellijk **waar eerst te beginnen**. Maar je staat er niet alleen voor. De KBWB sloeg de handen in elkaar met HR-dienstengroep ADMB om **een begeleidingstraject voor ex-wielrenners** op poten te zetten.

Over Groep ADMB

Ondernemende mensen vinden in ADMB dé partner voor alle mensgerichte aspecten van hun organisatie. Wij staan er iedere dag opnieuw voor jou en de mensen rondom je.

ADMB HR Services specialiseert zich in het vinden, meten, oriënteren en ontwikkelen van talenten voor een breed aantal sectoren. Via begeleidingstrajecten helpen we dagelijks mensen bij het geven van de juiste, nieuwe wending aan hun loopbaan.

Hotline

Wil je graag starten met persoonlijke loopbaancoaching? Zit je met een vraag over jouw professionele situatie? Twijfel je over een praktische formaliteit?

Neem dan contact op met onze hotline. Een ervaren en onafhankelijke HR-professional staat voor jou klaar met persoonlijk advies, in alle vertrouwen.

E-mail: careercoaching@admb.be
T: +32 (2) 250 00 50



Mijn toekomst na de wielersport

Persoonlijke loopbaancoaching



Persoonlijke loopbaancoaching

Een onafhankelijke vertrouwenspersoon bij ADMB begeleidt voormalige profrenners binnen een zo kort mogelijke termijn naar een passende job, in loondienst of als zelfstandige. In drie concrete stappen gidst onze expert je langs de vele formaliteiten, keuzes en uitdagingen die voor je liggen.



1^{ste}
STAP

Een actieplan op jouw maat

Aan de hand van gesprekken en wetenschappelijk onderbouwde oefeningen ontdek je jezelf. Samen brengen we jouw talenten in kaart en gaan we dieper in op hoe je omgaat met deze belangrijke fase in je leven. Dit alles vertalen we in een persoonlijke strategie.

- ✓ Aan de slag als zelfstandige of in loondienst?
- ✓ Wat zijn je administratieve verplichtingen?
- ✓ Hoe werkt de arbeidsmarkt?
- ✓ Hoe stel je een goede motivatiebrief en cv op?

2 maanden
15 uren begeleiding

2^{de}
STAP

Aan de slag met jouw talenten

Solliciteren kan je leren. We leggen uit hoe je je het best voorbereidt op een sollicitatiegesprek. Daarnaast werken we op basis van jouw strategie een persoonlijk opleidingsplan uit. Kies je voor een loopbaan als zelfstandige, dan geven we je ook daar uitgebreid advies bij.

- ✓ Interactieve rollenspelen vol praktijkgerichte tips.
- ✓ Hoe stuur je je motivatiebrief en cv het best bij in functie van specifieke sollicitaties?
- ✓ Welke opleidingen bestaan er? En welke sluiten aan bij jouw ambities?
- ✓ Hoe zet je een idee om in een uitgewerkt businessplan?

4 maanden
15 uren begeleiding

3^{de}
STAP

Verfijning van jouw ambities

Tijd voor een kritische analyse van je persoonlijke strategie. Op basis hiervan sturen we je strategie bij en vervolmaken we jouw motivatiebrief en cv.

- ✓ Waarmee boek je resultaat, waarmee niet?
- ✓ Waar voel jij je goed bij, waarbij niet?
- ✓ Welke vaardigheden kan je verder uitdiepen?
- ✓ Zijn bijkomende opleidingen een interessante optie?

6 maanden
15 uren begeleiding

Een jarenlange carrière als profrenner laat je niet zomaar achter je. Zowel fysiek als mentaal is het afscheid van topsport een hele dobber. Heb je nood aan bijkomende psychologische of medische ondersteuning, dan kan je altijd terecht bij de artsen en psychologen van Provikmo, de externe dienst voor preventie en bescherming op het werk van Groep ADMB.



Extra medische en psychologische begeleiding