

Azubi-Gesundheit – Fit ins Berufsleben starten.

Ihr fühlt euch jung, gesund und fit. Warum also solltet ihr euch Gedanken über eure Gesundheit machen? Ganz einfach: Damit das auch in Zukunft so bleibt, müsst ihr was dafür tun. Gemeinsam mit dem Kfz-Handwerk in Hessen möchten wir mit euch die Weichen für ein „gesundes Arbeitsleben“ stellen.

Ablauf des Projektes

Zuerst wollen wir anhand eines anonymen Fragebogens erfahren, wie es euch in der Ausbildung geht. Ist eure Arbeit körperlich anstrengend? Habt ihr gesundheitlichen Beschwerden? Wie zufrieden seid ihr mit euren Arbeitsbedingungen?

Eure Daten und Antworten werden durch ein wissenschaftliches Institut ausgewertet*. Die Auswertung erfolgt als Gesamtbericht für alle beteiligten Klassen. So kann es weder Rückschlüsse auf einzelne Azubis noch auf die Klasse geben.

Anhand der Ergebnisse stellen wir für die drei wichtigsten Themen maßgeschneiderte Workshops/Trainings zusammen. In lockerer Atmosphäre erhaltet ihr so individuelle Gesundheitstipps, trainiert gesunde Bewegungsabläufe und könnt eure Fragen loswerden.

Die Trainings und Workshops finden in den ersten beiden Ausbildungsjahren statt. Start des Projektes wird Anfang 2017 mit dem ersten Ausbildungsjahr sein.

Challenge

Im dritten Ausbildungsjahr könnt ihr euch als Klasse entscheiden, ob ihr an der Challenge „Mein gesunder Ausbildungsbetrieb“ teilnehmen wollt. Ihr stellt für einen Betrieb – am besten für einen euch bekannten Ausbildungsbetrieb – einen Gesundheitsplan zusammen. Darin wird mit Unterstützung des Partnerbetriebes beschrieben, wie das Thema Gesundheit im Betrieb gefördert werden kann.

Preise

Die drei besten Gesundheitspläne werden ausgezeichnet und gewinnen je ein Teamevent - zum Beispiel: „Klettern im Hamburger Hafen auf der San Diego“.

Ansprechpartner

Eure Lehrer sind über das Projekt informiert. Sprecht sie einfach an, wenn ihr Fragen oder Anregungen habt.



*Es werden dabei alle Bestimmungen des gesetzlichen Datenschutzes beachtet.

Partner des Projektes

Landesverband Hessen des Kraftfahrzeuggewerbes, Landesfachschule des Kraftfahrzeuggewerbes Hessen, Friedrich-Ebert-Schule Wiesbaden, Heinrich-Kleyer-Schule Frankfurt, Brühlwiesenschule Hofheim, IKK classic