Hintergrund

Entwicklung der Workshops

Das Konzept für die Azubi-Workshops wurde von der Dualen Hochschule in Villingen-Schwenningen im Rahmen eines Forschungsprojekts entwickelt und vom Land Baden-Württemberg gefördert. Der Baden-Württembergische Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH (bwlv) hat das Konzept erfolgreich in der Praxis erprobt und setzt dieses nun an seinen Fachstellen um.

Neben der Durchführung der Workshops ist der Aufbau von Netzwerkstrukturen zu Betrieben ein wichtiger Bestandteil.

Ihr Nutzen?

Gesundheitsverhalten wird in jungen Jahren geprägt. Ihr Betrieb trägt wesentlich dazu bei, wenn sich Ihre Azubis aktiv mit ihrem Lebensstil auseinandersetzen. Sie fördern bei Ihren jungen Beschäftigten Motivation und Zufriedenheit.

Nutzen Sie das Knowhow unserer Fachkräfte, wie Sie nachhaltig Angebote für junge Beschäftigte implementieren können.

Haben Sie noch Fragen?

Baden-Württembergischer Landesverband für Prävention und Rehabilitation gGmbH

Marcus Abel/Viola Schubert
Freiburgstr. 44
78532 Tuttlingen
Tel.: 07461/966 48 0
E-Mail: viola.schubert@bw-lv.de
www.bw-lv.de

Stand: 10/2017

Gestaltung www.science-communication.de **Abbildungen** Titelbild: Science Communication; Fotos: Damir Cudic; fotolia: ehrenberg-bilder, pressmaster, goodluz; iStock AM29

Erfolgreich zum Ziel

Azubi-Workshop

Gesundheitskompetenz in der Berufsausbildung

Um was es geht?

Auszubildende haben vor allem in der ersten Phase der Ausbildung vielfältige Herausforderungen zu meistern. Der Sprung in eine dynamische Arbeitswelt, die geprägt ist von einem hohen Leistungsanspruch und Verantwortungsübernahme verlangt enorme Anpassungsleistung.

Die Übernahme neuer Aufgaben, Konflikte mit Kollegen/innen und Vorgesetzten, anspruchsvolle Prüfungen u.a. können zu Stress und anhaltendem Frust führen. Wenn diese Belastungen von den Azubis im Ausbildungsbetrieb nicht thematisiert werden, erhöht sich das Risiko, dass Ausbildungen abgebrochen oder destruktive Bewältigungsstrategien gewählt werden, welche sich negativ auf Gesundheit und Wohlbefinden auswirken. Aktuelle Studien machen darauf aufmerksam, dass bereits ein Großteil der Azubis gesundheitsgefährdende Verhaltensweisen aufweisen, wie wenig Bewegung, schlechte Ernährung, wenig Schlaf, Suchtmittelkonsum oder die übermäßige Nutzung der digitalen Medien.

Welche Ziele

sollen erreicht werden?

Wir bieten mit diesem Programm ein zielgruppenspezifisches Angebot für junge Menschen an, welches früh für gesundheitliche Risiken sensibilisieren und Lösungswege aufzeigen will.

Auszubildende sollen befähigt werden, Stress- und Belastungssituationen konstruktiv zu bewältigen. Vorhandene Ressourcen werden gefördert und weiterentwickelt.

Umsetzung

- Das Programm umfasst 24 Kursstunden, aufgeteilt in zwei Basismodule und einem Follow-Up Workshop

- Teilnahme eines/einer Personalverantwortlichen an einem Vor- und Auswertungsgespräch

- Die Auszubildenden erhalten ein Teilnehmermanual

Workshopinhalte

Mit jugendgerechten Methoden arbeiten wir zu folgenden Themen:

- Gesundheitsaspekte in Ausbildung und Beruf
- Strategien zur Stressbewältigung und zum Zeitmanagement
- Alltagsdoping und Suchtmittelkonsum
- Ernährung, Bewegung und Life-Style
- Kommunikations- und Konfliktcoaching

Das Seminar kann in unterschiedlichen Blöcken gestaltet werden.

Steuerfreibetrag

von 500 Euro im Jahr

Seit dem 1.1.2008 wird die Förderung der Mitarbeiter/innengesundheit steuerlich unterstützt. 500 Euro kann ein Unternehmen pro MitarbeiterIn und Jahr lohnsteuerfrei für Maßnahmen der Gesundheitsförderung investieren. Dazu zählt auch unser Azubi-Programm, welches der Verbesserung des allgemeinen Gesundheitszustands dient (§3 Nr. 34 EStG).

Das Programm erfüllt die Vorgaben des GKV-Leitfadens Prävention und kann von den Kassen gefördert werden.