

Gesundheitstraining für Azubis in Obernkirchen



Was ist parallel zur Ausbildung wichtig, um im gewählten Lernberuf bestmöglichen Erfolg zu haben? Diese Frage haben unsere Azubis im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung, die in Zusammenarbeit mit der BKK24 entstanden ist,

beantwortet. Bei einem Auftaktworkshop standen die drei Themenfelder „Ernährung“, „Sucht“ und „Bewegung“ im Mittelpunkt.

Die erste Veranstaltung drehte sich um das Thema Ernährung. Die Bückeberg-Klinik hat unsere Azubis dabei unterstützt. Die Teilnehmer haben selbst vegetarische Burger, vegetarische Pasta bolognese, Röstkartoffeln und Obstkompott zubereitet. Anschließend wurde gemeinsam geschmaust. In der zweiten Veranstaltung ging es um das Thema Sucht - in Zusammenarbeit mit der Diakonie Niedersachsen. Zum

dritten Thema - Bewegung - gab es einen Praxistest. Die Bückeberg-Klinik stellte das Programm mit dem Titel „Richtige Ernährung in Verbindung mit körperlicher Bewegung“ vor. Nun sind unsere Azubis bestens für eine gesunde Zukunft im Beruf gerüstet.

