



AZUBI-PRO-FIT

Für gesunde Unternehmen

Wir machen Ihre Azubis fit für den Arbeitsalltag



AZUBI-PRO-FIT
Für gesunde Unternehmen

IST EINE INITIATIVE VON

S **TEAMSCHLÜTER**
Die Unternehmensberater

m **mobilo**
Therapie + Training



Wir alle kennen die Schlagwörter „Fachkräftemangel“, „demografischer Wandel“ und „Verlängerung der Lebensarbeitszeit“.

Der Wert von Gesundheit und Leistungsfähigkeit ist mittlerweile gesellschaftlicher Konsens. Dieser steht jedoch im starken Gegensatz zu den Statistiken zum Thema: Immer mehr Menschen werden immer früher krank, die Krankheitstage sinken nicht und die Krankheitsdauer je Fall steigt ebenfalls an – das sind die schlechten Nachrichten.

Die gute Nachricht ist, dass ein Großteil dieser Erkrankungen und Einschränkungen vermeidbar sind, wenn man über die entsprechenden Kompetenzen verfügt. Wir sind der Überzeugung, dass Prävention effektiver und kostengünstiger ist als Rehabilitation und man daher nicht früh genug starten kann.

Beginnen Sie daher bei Ihren Azubis, Ihr und unser gesellschaftliches Kapital für eine produktive Zukunft.

Unsere Konzeptbausteine sind mit dem „Deutschen Standard Prävention“ ausgezeichnet und basieren auf folgenden Modulen:

MODULE 1-3

Kommunikation, Konflikt- & Stressmanagement

Nach den Modulen 1-3 beherrschen die Teilnehmer/-innen einen sichereren Umgang mit Kunden, Kollegen/-innen und Vorgesetzten. Sie können bewusster und somit klarer kommunizieren und sind in der Lage durch genaues Hinhören ihre Mitmenschen besser zu verstehen. Die Teilnehmer sind konfliktfähig. Sie können Konfliktsituationen besser frühzeitig erkennen und bewältigen. Schließlich werden sie befähigt, aktiv Stress zu bewältigen und können somit motivierter und mit Spaß ihren Aufgaben nachkommen.

MODUL 4

Intelligentes Lernen

Lebenslanges Lernen ist heute und gerade für die digitale Generation wichtiger denn je: Hierzu zählt das Ausprägen von methodischen Kompetenzen und der Konzentrationsfähigkeit, um den Anforderungen einer sich stetig wandelnden Lebens- und Arbeitswelt produktiv begegnen zu können. Die Teilnehmer/-innen erlernen Strategien, sich besser auf das Lernen zu konzentrieren. Und können sich dadurch erfolgreicher auf Prüfungen vorbereiten.

MODULE 5-6

Bewegung & Ergonomie

Kernziele der Module sind die Kräftigung der Muskulatur und das Lösen von Spannungen, um langfristig schmerzfrei und stabil den Alltag zu bestreiten. Wir analysieren die Arbeits- und Alltagsergonomie der Teilnehmer/-innen und erarbeiten Tipps und Tricks, mit denen sie ihre Umgebung gesundheitsförderlich gestalten können.

MODUL 7

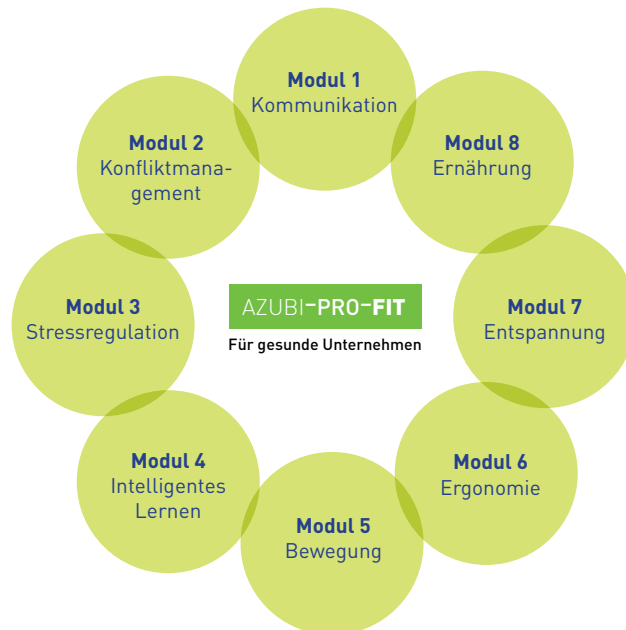
Entspannung

Der Kurs hilft, individuelle Lösungen zur Stressbewältigung und Moderation von Stressoren zu erarbeiten und leistet so einen wertvollen Beitrag zur Erhaltung einer langfristigen Gesundheit und der Reduktion gesundheitlicher Risiken. Entspannungstechniken helfen dabei, sich in gesundem Maße zu erholen.

MODUL 8

Ernährung

Wir checken die Ernährungsgewohnheiten der Teilnehmer/innen und entwickeln schrittweise Strategien, um ein gesundes und ausgewogenes Essverhalten in den Alltag zu integrieren. Egal, ob die Teilnehmenden etwas mehr in Shape kommen, etwas Muskeln aufbauen oder mehr über die Folgen von Alkoholkonsum erfahren möchten.



Unser Angebot besteht aus **acht Modulen**, aus denen Sie die Anzahl **frei** wählen können.

Ein Modul beansprucht **vier Zeitstunden**.

Gerne beraten wir Sie, welche Reihenfolge und welche zeitlichen Abstände für Sie und Ihre Azubis die passenden sind.

Je nach Anzahl der absolvierten Module zeichnen wir Ihr Unternehmen mit einem Siegel aus.



ab 7 Modulen



5-6 Module



2-4 Module

Bis zu 100% der Kosten können von gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden.
Wir kümmern uns gerne für Sie darum. Weiterhin erlauben Ihnen unsere qualitätsgesicherten Bausteine die rechtssichere Anwendung des §3 NR. 34 ESTG.



azubi-pro-fit.de
info@azubiprofit.de



TEAMSCHLÜTER GmbH & Co. KG
Walther-Rathenau-Str. 39
33602 Bielefeld
+49 521 / 977 94 52-3
team@teamschlueter.com
www.teamschlueter.com



mobilo.werther GmbH
Ravensberger Str. 23
33824 Werther
+49 5203 / 917 858 0
info@mobilo-werther.de
www.mobilo-werther.de