

Azubifit

Das Gesundheitsprogramm startet 2008.

Das Arbeitsleben kann ganz schön lange dauern - mit 67 Jahren ist künftig erst Schluss. Damit man so lange fit bleibt, sollten auch junge Leute etwas für ihre Gesundheit tun. „Unsere jungen Mitarbeiter müssen lernen, mit ihrem Körper hauszuhalten“, fordert Roland Rieß, Ausbildungsmeister bei E.ON Bayern. „Vor allem das richtige Heben von Lasten ist sehr wichtig. Denn was sie in jungen Jahren kaputt machen, müssen sie im Alter büßen.“

Um die Auszubildenden für das Thema zu interessieren, ließen sich Daniela Bunte und Frank Oberschelp vom Bereich Personalentwicklung bei E.ON Westfalen Weser und Bernhard Iglhaut vom Bereich Arbeitssicherheit bei E.ON Bayern etwas Besonderes einfallen. Gemeinsam mit dem Institut für Gesundheit und Management (ifg) haben sie die Workshop-Reihe „Azubifit“ ins Leben gerufen. Das Programm Azubifit vermittelt praktisches und theoretisches Wissen über Ernährung, das Herz-Kreislauf-System, über gesundes Sitzen, Heben und Tragen, über Stressbewältigung

und Konfliktmanagement. Neben den über die Ausbildungsjahre verteilten Seminaren bekommen die Auszubildenden viele Infos über eine computergestützte Lernplattform und einen monatlichen Newsletter, der aktuelle Gesundheitsthemen aufgreift.

In Bayreuth läuft Azubifit schon seit zwei Jahren als Pilotprojekt, bei E.ON Westfalen Weser hat man schon über fünf Jahre gute Erfahrungen mit dem Programm gesammelt. Daher wird Azubifit ab 2008 auf den gesamten E.ON-Konzern ausgedehnt.

Am Standort Bayreuth wird eifrig trainiert - hier mit dem Theraband.

