

Kategorie	Berufliche Erstausbildung – Nr. 110
Projekttitle	"fit for future" - aktiv und motiviert durch die Ausbildung bei der HDI Group
Unternehmen	HDI AG HDI-Platz 1 30659 Hannover
Ansprechpartner/in	Tim Konscholke, Spezialist Ausbildung Tel. 0511 64559509, tim.konscholke@hdi.de
Zusammenfassung des Projekts	<p>Wir haben ein maßgeschneidertes Konzept entwickelt, das speziell auf die Bedürfnisse unserer Auszubildenden im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung abzielt. Das Konzept "fit for future" begleitet unsere Auszubildenden verschiedener Generationen während ihrer gesamten Ausbildungszeit und zeichnet sich durch gezielte Motivationsmaßnahmen, die Förderung eines positiven Mindsets und die bundesweite Vernetzung untereinander aus.</p> <p>Die Auftaktveranstaltung "mission one" markierte den Beginn unseres Konzepts der betrieblichen Gesundheitsförderung für Auszubildende. Ursprünglich als einmaliges Ereignis geplant, hat sich das Fundament für viele weitere Veranstaltungen ergeben. Bei den nachfolgenden Events wurden Module wie Zirkeltraining, Workouts im Trampolinpark, gemeinsames Bouldern, Balancetrainings sowie Yogasessions umgesetzt. Neben den sportlichen Aktivitäten legen wir großen Wert auf mentales Training, zum Beispiel durch impulsgebende Sessions zum Thema Medienkompetenz. Zusätzlich haben die Auszubildenden die Möglichkeit, das Meal Prepping kennenzulernen und gemeinsame Mahlzeiten für alle Teilnehmenden zuzubereiten. Damit stärken wir kontinuierlich das Bewusstsein für einen gesunden und aktiven Lebensstil während der Ausbildungszeit.</p> <p>"fit for future" hat sich in unserem Konzern fest etabliert und wird auch in Zukunft einen wichtigen Bestandteil unserer beruflichen Erstausbildung darstellen.</p>