

# Gesundheitstraining für Auszubildende des Kfz-Handwerks im BBZ Fulda

## Zielgruppe

- Auszubildende des Kfz-Handwerks

## Projektdesign

- Belastungsanalyse im Kfz-Handwerk
- Gesundheits- und Leistungsdiagnostik
- Gesundheits-Seminare

## Ergebnisse

- Insgesamt bewerteten die Auszubildenden das Gesundheitsprojekt auf einer Noten-Skala von 1 bis 6 mit 1,8.
- 87% waren der Ansicht, viele neue Kenntnisse über Gesundheit und Krankheit erfahren zu haben. 96% erklärten, neue gesundheitsfördernde Übungen und Strategien erlernt zu haben.
- 74% glaubten, zukünftig „viel besser“ und 25% „etwas besser“ mit alltäglichen Belastungen umgehen zu können.
- Alle Teilnehmer wollten nach der Veranstaltung etwas in ihrem Alltag verändern.

