

Gesundheitstraining für Auszubildende im Dachdecker-Handwerk

Zielgruppe

- Auszubildende im Dachdecker-Handwerk

Projektdesign

- Belastungsanalyse
- Gesundheitsdiagnostik
- Gesundheits-Seminare (Gesundheitsorientiertes Fitnesstraining, Rückengesundheit, Fußgesundheit, Suchtprävention)



Ergebnisse

- Insgesamt bewerteten die Auszubildenden das Gesundheitsprojekt auf einer Noten-Skala von 1 bis 6 mit 1,7.
- 80% waren der Ansicht, viele neue Kenntnisse über Gesundheit und Krankheit erfahren zu haben. 97% erklärten, neue gesundheitsfördernde Übungen und Strategien erlernt zu haben.
- 76% glaubten, zukünftig „viel besser“ und 24% „etwas besser“ mit alltäglichen Belastungen umgehen zu können.
- 99% der Teilnehmer wollten nach der Veranstaltung etwas in ihrem Alltag verändern.

