



**Annette Spilles**

**Azubis für Gesundheit begeistern  
- Das BGM-Azubikonzzept -**

Mit der Ausbildung beginnt für junge Menschen ein Lebensabschnitt, der durch Veränderungen und neue Herausforderungen gekennzeichnet ist. Dabei können hohe psychosoziale Belastungen auftreten, die Gesundheit und Wohlbefinden beeinträchtigen. Hinzu kommt ein durch digitale Medien geprägter Lebensstil, der mit Schlafdefizit, Bewegungsmangel und ungünstigen Essgewohnheiten einhergeht.

Zielgruppengerechte, altersadäquate Gesundheitsinformationen und Gesundheit zum Anfassen themenspezifisch eingebaut in die einzelnen Ausbildungsjahre können hier rechtzeitig Grundlagen für eine gesunde Lebensführung legen, wenn sie die Azubis in ihrer Lebenswelt abholen.

Rechtzeitig in die Gesundheit von Azubis zu investieren ist ein gutes Investment. Wir zeigen Ihnen in diesem Seminar, wie!

Das Seminar wendet sich an Personalverantwortliche, Ausbilder, Gesundheitsförderer und alle diejenigen, die mit jungen Menschen in der Berufsausbildung zu tun haben. Es wird ein modular aufgebautes Gesundheitsförderprogramm für die Zielgruppe Auszubildende vorgestellt und diskutiert, das die berufsspezifischen Anforderungen berücksichtigt und an unterschiedliche Rahmenbedingungen angepasst werden kann.

---

**Annette Spilles**, geb. 1986, leitet den SKOLAMED Geschäftsbereich "Gesundheit für Mitarbeiter". Die BGM-Fachfrau ist Pädagogin und Sportwissenschaftlerin und führt seit 5 Jahren Selbstmanagement-Seminare sowie Gesundheitstage im Bereich des Betrieblichen Gesundheitsmanagement durch. Bei SKOLAMED konzipiert, organisiert und leitet sie Gesundheitsmaßnahmen mit den Schwerpunktthemen Bewegung, Ernährung, Stressmanagement und Work-Life-Balance.

---

Annette Spilles  
SKOLAMED, Rheinallee 10-11, 53639 Königswinter  
Tel.: 02232983213, E-Mail: spilles@skolamed.de  
Internet: www.skolamed.de