

## Gesundheitsförderung für Azubis Programm iJumP der Salus BKK sehr beliebt

Neu-Isenburg, 18.03.2019

Auszubildende stehen an der Schwelle zu einem wichtigen und neuen Lebensabschnitt. Gesundheit, Vitalität und Fitness gehören hier zu den tragenden Bausteinen für einen erfolgreichen Start in den Arbeitsalltag. Daher bietet die Salus BKK für Arbeitgeber das Gesundheitsprogramm iJumP an. Das Konzept richtet sich speziell an junge Menschen in der Ausbildung und beinhaltet im ersten Ausbildungsjahr Workshops zu den Themen „gesunder Rücken“, „gesunde Ernährung“ und „psychische Belastung in der Arbeitswelt“. Erst am 30. Januar hatte die Betriebskrankenkasse wieder 10 Auszubildende des Unternehmens Apleona HSG GmbH zu Gast in der Neu-Isenburger Hauptverwaltung, die dieses Angebot nutzten.

Am 11. Februar nahmen weitere 10 Azubis im 2. Ausbildungsjahr die Möglichkeit eines Aufbauworkshops wahr. Einen Tag lang lernten die Teilnehmer sowohl alles über die richtige Lerntechnik für Prüfungen als auch den Umgang mit Prüfungsangst. Ein weiterer Fokus lag auf der eigenen Medienkompetenz und der richtigen Dosierung von sozialen Medien.

Durchgeführt wurden beide Seminare von den Gesundheitsexperten der Salus BKK. Die Rückmeldung der insgesamt 20 Auszubildenden war durchweg positiv. Alle waren sehr an den Themen interessiert und haben sich aktiv beteiligt. Sie würden gerne noch mal an einem ähnlichen Programm teilnehmen und empfehlen iJumP auch für andere Unternehmen.

Auch Ute Schrader, Vorständin der Salus BKK, wünscht sich für die Zukunft eine Ausweitung des Programms: „Mit iJumP bekommen die Auszubildenden von Anfang an wertvolle Ratschläge, wie man den manchmal hektischen und stressigen Arbeitsalltag auf gesunde Weise bewältigen kann. Das sollte auch Ziel jedes Arbeitgebers sein.“

Unternehmen, die Interesse an einem Gesundheitsprogramm für Azubis haben, finden weitere Informationen unter <https://www.salus-bkk.de/ijump>. Bei Bedarf können im Anschluss an die Veranstaltung weitere Präventionskurse organisiert werden. *Zeichen inkl. Leerzeichen: 2.075*

---

Die Salus BKK wurde 1895 als Betriebskrankenkasse der Philipp Holzmann AG gegründet. Heute gehört sie mit über 350 Mitarbeitern an 17 Standorten und über 175.000 Versicherten zu den bundesweit 20 größten Betriebskrankenkassen.

Ihr Ansprechpartner:  
Salus BKK, Hauptverwaltung, Siemensstraße 5 a, 63263 Neu-Isenburg  
Andreas Neubeck, Marketing- und Pressereferent  
Telefon 06102 2909-26  
E-Mail [andreas.neubeck@salus-bkk.de](mailto:andreas.neubeck@salus-bkk.de)  
[www.salus-bkk.de/presse](http://www.salus-bkk.de/presse)

---