

## **Pressemitteilung**

### **Kreissparkasse St. Wendel bietet neuen Azubis fitten Start in den Beruf**

St. Wendel, 20. August 2018 – Fit in die Ausbildung. Unter diesem Motto stand der Start der Lehrzeit von acht jungen Leuten bei der Kreissparkasse St. Wendel. In Zusammenarbeit mit der BARMER bot das Geldhaus seinen neuen Azubis einen Workshop an mit dem Titel „Azubi Fit – stressfreier Start in den Beruf“.

An zwei Tagen erhielten die Nachwuchs-Banker nützliche Tipps und wertvolle Informationen zu Entspannungsmethoden und Zeitmanagement. Bei einer Körperanalyse wurde der Anteil von Muskulatur, Fett und Wasser im Körper bestimmt. Hoch im Kurs bei den Berufsstartern standen auch Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur.

#### **„Immer mehr Jugendlichen fällt der Start in den Beruf schwer“**

Jörg Peter, Regionalgeschäftsführer der BARMER in St. Wendel, sagte: „Immer mehr Jugendlichen fällt der Start in den Beruf schwer. Ein deutlicher Bewegungsmangel und falsche Ernährung führen zu einem Anstieg von Erkrankungen bei jungen Leuten.“ Der Workshop unterstützte Azubis bei einem stressfreien und gesunden Start in den Beruf.

Das Angebot wurde von der Kreissparkasse St. Wendel gern angenommen. „Damit unsere Azubis nicht nur theoretisch fit werden, sondern auch körperlich fit bleiben, ist es uns wichtig, frühzeitig über solche Aktionen vorzubeugen“, erklärte Ausbildungsleiterin Julia Müller. Und auch nach der Ausbildung bleibe der Betriebssport ein fester Bestandteil des Arbeitsalltags. Von den wechselnden Angeboten im Rahmen des Gesundheitsmanagements bis hin zu den verschiedenen Gruppen der überaus aktiven Betriebssportgemeinschaft sei für jeden etwas dabei.

#### **Bildunterzeile:**

Jörg Peter, Regionalgeschäftsführer der BARMER in St. Wendel (l., stehend), und Julia Müller, Ausbildungsleiterin der Kreissparkasse St. Wendel (r.), mit dem für die Ausbildung fitten Azubijahrgang 2018.

**Foto: KSK St. Wendel**

**Landesvertretung  
Rheinland-Pfalz/  
Saarland**

Gutenbergplatz 12  
55116 Mainz

[www.bärmer.de/p006137](http://www.bärmer.de/p006137)  
[www.twitter.com/BARMER\\_RLPSAA](http://www.twitter.com/BARMER_RLPSAA)  
[presse.rp.sl@bärmer.de](mailto:presse.rp.sl@bärmer.de)

Boris Wolff  
Tel.: 0800 33 30 04 45 22 31  
[boris.wolff@bärmer.de](mailto:boris.wolff@bärmer.de)