



Das Berufsbildungswerk Mosbach-Heidelberg (BBW) ist eine berufliche Bildungseinrichtung für junge Menschen mit Handicap. Unser Ziel ist, junge Menschen bei der Berufsfindung, der Ausbildung und dem Eintritt in die Arbeitswelt zu unterstützen.

Das Angebot des BBWs umfasst:

- *Berufsausbildung in anerkannten und sondergeregelten Ausbildungsberufen*
- *Verzahnte Ausbildung mit Betrieben (VAMB)*
- *Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen*
- *Eignungsabklärung und Arbeitserprobung*
- *Berufsschule und Vorbereitung Arbeit und Beruf*
- *ärztliche und psychologische Betreuung*
- *differenzierte Wohnformen und Freizeitangebote*
- *Jugendhilfe JUNIQUE<sup>1</sup>*

Lerninhalte, Ausstattung und begleitende Hilfen sind ganz auf die Belange der Teilnehmenden ausgerichtet. Individuell abgestimmter Stütz- und Förderunterricht runden die Ausbildung ab.

Gefördert durch die:



**Bundesagentur für Arbeit**

## Berufsbildungswerk Mosbach-Heidelberg

### Standort Mosbach

Neckarburkener Straße 8  
74821 Mosbach

### Standort Heidelberg

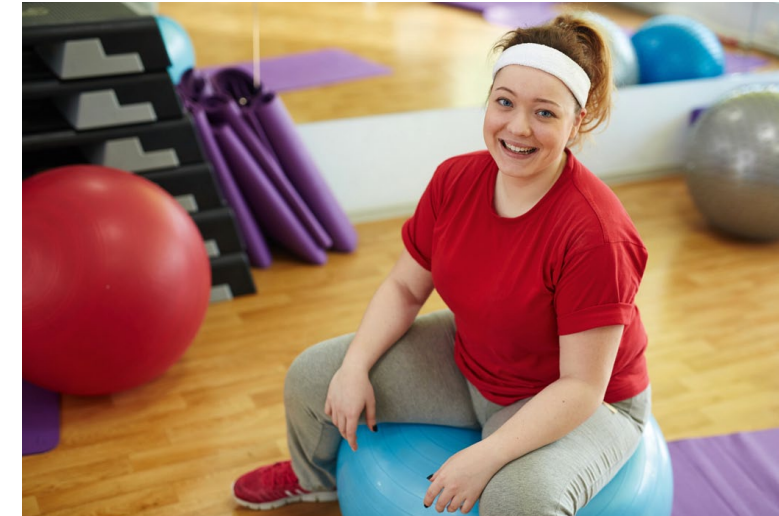
Im Breitenspiel 8  
69126 Heidelberg-Rohrbach



### Kunden- und Beratungszentrum

Telefon: 06261 88-356 (Mosbach)  
06221 33898139 (Heidelberg)  
E-Mail: [Info.BBW@johannes-diakonie.de](mailto:Info.BBW@johannes-diakonie.de)

[www.bbw-mosbach-heidelberg.de](http://www bbw-mosbach-heidelberg.de)



## Fit für Ausbildung und Beruf

Ein Programm für übergewichtige  
Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Stand: März 2019



... wir sind Teil der Johannes-Diakonie Mosbach

... stark für Ausbildung und Beruf



# Fit für Ausbildung und Beruf

Ein Programm für übergewichtige Teilnehmerinnen und Teilnehmer

Immer mehr junge Menschen weisen eine alarmierende Zunahme ihres Körpergewichtes auf. Gerade während der beruflichen Orientierung kann starkes Übergewicht (auch als Adipositas bezeichnet) eine große Beeinträchtigung darstellen. Denn Beweglichkeit, Ausdauer und Belastbarkeit sind stark eingeschränkt und es kommt leichter zu medizinisch bedingten Ausbildungs- und Arbeitsausfällen.

Das Berufsbildungswerk Mosbach-Heidelberg bietet Jugendlichen und jungen Erwachsenen, die übergewichtig sind, eine besondere Unterstützung an. Das Programm

## „Fit für Ausbildung und Beruf“

beinhaltet individuelle Angebote aus den Bereichen Sport/Bewegung - Ernährung – Psychologie und Medizin. Es begleitet die Ausbildungsvorbereitung, die Berufsausbildung und die betriebliche Eingliederung.

Individuell und zielgerichtet wird den Teilnehmenden in Gruppen und einzeln ein Weg zu einem selbstbewussten und gesundheitsorientierten Umgang mit dem eigenen Körper aufgezeigt.

## Unser Programm will:

- Lust auf gesunde Ernährung und Bewegung machen
- Freude an gemeinsamen Mahlzeiten vermitteln
- Spaß an sportlichen Aktivitäten wecken
- ein gutes Körpergefühl entwickeln
- seelisches Wohlbefinden fördern
- Know-how für gesundes Kochen bieten

## Was tun wir?

- ärztliche Untersuchung und Betreuung im Haus
- bei Bedarf Vorstellung und Begleitung der Teilnehmer/-innen in der Universitätsklinik Heidelberg
- zweitägiges Einführungsseminar
- Ernährungsberatung
- Kochkurse
- Einzelcoaching
- Bewegungs- und Sportangebote wie
  - Psychomotorische Sportangebote
  - Fitnessstudio und Walking
  - Freizeitangebote wie Kegeln, Minigolf oder Schwimmen...

## Unser Fachpersonal:

- Fachärzte
- Fachberater für Ernährungs- und Gewichtsmanagement
- Pädagogische Mitarbeiter
- Sportmentoren

## Zusammenarbeit mit

- dem Fitnessstudio **Kraftwerk** in Schwarzach
- Ernährungsberatung
- Adipositas-Ambulanz der Uniklinik Heidelberg

Gefördert durch die

**AKTION  
MENSCH**

