



Exzellente Ausbildung und Weiterbildung im Bereich Prävention ? mit der AHAB-Akademie

Gesundheitsförderung und Kompetenzentwicklung sind zukunftsweisenden Aufgaben

AHAB steht für angewandte Human-, Arbeits- und Bildungswissenschaft im wahrsten Sinn des Wortes. Stetig steigende Leistungsanforderungen und der demografische Wandel führen zu neuen Anforderungen an die betriebliche Gesundheitsförderung und das betriebliche Gesundheitsmanagement. Die AHAB-Akademie macht Mitarbeiter mit dem entsprechenden Angebot an Ausbildung und Fortbildung fit für die Zukunft. Persönliche Entwicklung und gesundheitliche Prävention stehen dabei im Vordergrund.

Im Institut für Sport und Fitness wird gesundes Bewegungsverhalten gelehrt, ergonomische Bewegungsabläufe. Spaß, Gesundheit, aber auch Fitness und Leistungsfähigkeit stehen ganz oben in der Motivskala für die entsprechenden Kurse. Am Institut für Ernährung gibt es neben Kursen für die gesundheitliche Prävention beispielsweise in einem Seminar für Ernährung im Alter. Das Institut für Stressbewältigung und Entspannung hat sich darauf spezialisiert, Entspannungsmaßnahmen und den Umgang mit Stress als Weiterbildungsmaßnahme anzubieten. Stressbedingte Symptome sind in den meisten Unternehmen der häufigste Grund für Krankmeldungen. Zunehmende Anforderungen an einzelnen Mitarbeiter in Unternehmen lassen gleichzeitig auch den Stresspegel ansteigen. Mit den Methoden der AHAB-Akademie kann sich jedes Unternehmen seinen Stressmanager ausbilden und mit seiner Hilfe den Mitarbeitern Möglichkeiten zur Stressbewältigung und zum Stressmanagement anzubieten.

Die AHAB-Akademie wurde 2004 gegründet, um Qualifizierungen für verschiedene sowohl berufliche wie auch private Weiterbildungsmöglichkeiten zu schaffen. Die Kurse sind staatlich anerkannt und sollen der Persönlichkeitsentwicklung und Gesundheitsförderung dienen. Eine eigene Forschungs- und Entwicklungsabteilung machen die AHAB-Akademie zu einer einzigartigen außeruniversitären Institution. Über die Webseite www.ahab.akademie.de können sich Interessenten umfassend informieren.

Pressekontakt

INTRAG Internet Regional AG

Herr Tobyas Gleue
Sophienblatt 82-86
24114 Kiel

intrag.de/
presse-stelle@intrag.de

Firmenkontakt

Ahab-Akademie

Herr Henry Kauffeld
Steinstraße 29
76133 Karlsruhe

ahab.akademie.de
bernert@ahab-akademie.de

AHAB steht für Angewandte Human-, Arbeits- und Bildungswissenschaften. Im Fokus unserer Arbeit steht der Mensch. Unsere Aufgabe ist es, Wissen und Erfahrungen über den gesundheitsbewussten Umgang mit mentalen und physischen Ressourcen zu generieren, weiterzuentwickeln und weiterzugeben. Dabei betrachten wir unterschiedliche Settings. Heute ist die AHAB-Akademie in Deutschland die einzige außeruniversitäre Institution, die eigene Forschungs- und Entwicklungsarbeit betreibt und Präventionskurse Coachings und Personal Training, staatlich anerkannte Aus- und Fortbildungen sowie Personal- und Organisationsentwicklungsmaßnahmen für Unternehmen in dieser Bandbreite und Größenordnung anbietet.