

Welcome!

Die Beschäftigungsoffensive
für Menschen mit Behinderungen



Stärken stärken Schwächen schwächen Wie man sich vor einem Burn out schützen kann

Salzburg, am 27. Okt. 2009: „Salzburg nimmt eine Vorreiterstellung in Österreich ein, was Krankenstandstage anbelangt, es hat die niedrigste Rate von allen Bundesländern. Durchschnittlich beansprucht ein(e) ArbeitnehmerIn 9,87 Krankenstandstage pro Jahr in Salzburg, in Restösterreich sind es etwa 12,62 Tage“. Mit dieser erfreulichen Nachricht eröffnete Wirtschaftskammervizepräsidentin Kommerzialrat Dir. Regina Bayer-Volkman kürzlich die Veranstaltung „Stärken stärken- Schwächen schwächen“. Diese Tatsache sollte aber nicht darüber hinwegtäuschen, dass jeder / jede fünfte SalzburgerIn Psychopharmaka einnimmt, um den Belastungen am Arbeitsplatz standhalten zu können. MitarbeiterInnen sind ebenso betroffen wie die UnternehmerInnen selbst, bei diesen steigt die Rate der Invaliditätspensionierungen wegen psychiatrischer Erkrankungen stark an und nimmt hinter den Herz-Kreislaufkrankungen mittlerweile die zweite Stelle ein.

Was kann man tun, um MitarbeiterInnen, Führungskräfte und UnternehmerInnen gesund zu erhalten, war die zentrale Frage der Veranstaltung des Unternehmensservice. Das hochkarätig besetzte Podium mit Primar Dr. med. Manfred Stelzig, Mag. Rajmund Kosovic, Leiter des Bundessozialamtes Landesstelle Salzburg, Magistra Irmgard Reiner (Personalmanagerin bei der Bausparkasse Wüstenrot AG), Heimo Leypold, Betriebsleiter der Firma SonnenMoor in Anthering und Harald König, Selbständiger mit Burnout – Erfahrung gaben wertvolle Tipps. Zusammengefasst könnte man sagen, dass ein Klima der Wertschätzung im Unternehmen, flexible Arbeitszeiten, gute interne Kommunikationsflüsse und offenes Feedback zur Gesunderhaltung der Belegschaft beitragen. Wenn jemand schon durch ein Burn out oder eine Depression auffällt, dann sollte das offen angesprochen und Hilfe angeboten werden. Jeder einzelne muss aber auch seine individuellen Möglichkeiten finden, eine Balance zwischen Belastung und Entlastung herzustellen. Das mag für die einen der Sport sein, für die anderen die Familie, Freunde oder andere Hobbies. Wie man mit kreativen Lösungen Probleme beseitigen und die Krankenstandstage absenken kann, zeigte die Firma SonnenMoor eindrucksvoll vor.

Gemeinsam mit den MitarbeiterInnen wurde eine neuartige Moormühle erfunden, die wesentlich zur körperlichen Entlastung der MitarbeiterInnen beiträgt. Die Krankenstandstage wegen Beschwerden am Bewegungsapparat sind seither auf 0 abgesunken.

Nähere Informationen: Mag.^a Karoline Zenz, Unternehmensservice, Tel.: +43 (0) 662-874 023



BUNDESSOZIALAMT

Finanziert aus Mitteln des Ausgleichstaxfonds
und des Europäischen Sozialfonds



Eine Dienstleistung des Bundessozialamtes