



Landeshauptstadt
Mainz

Mainzer Aktionswoche Seelische Gesundheit

Gesundheit fängt im Kopf an...

„Burnout! Ausgebrannt?“

Fragestellungen aus dem Betrieblichen
Gesundheitsmanagement der Landeshauptstadt Mainz



Landeshauptstadt
Mainz

Die Landeshauptstadt Mainz

– Wer wir sind





Landeshauptstadt
Mainz



Konzern Stadt
Ämter
Eigenbetriebe + Anstalt öffentlichen Rechts
Gesellschafter Stadtwerke
3500 MA





Servicestelle Betriebliches Gesundheitsmanagement und Gesundheitsberatung

Zugangsvoraussetzungen:

- Vertrauliche Beratungsgespräche
- kostenfreie Beratung ist
- Beratung während oder außerhalb der Arbeitszeit
- Einzelgespräche / Teamgespräche
- begleitende Beratung
- ggf. Vermittlung zu externen Fachleuten



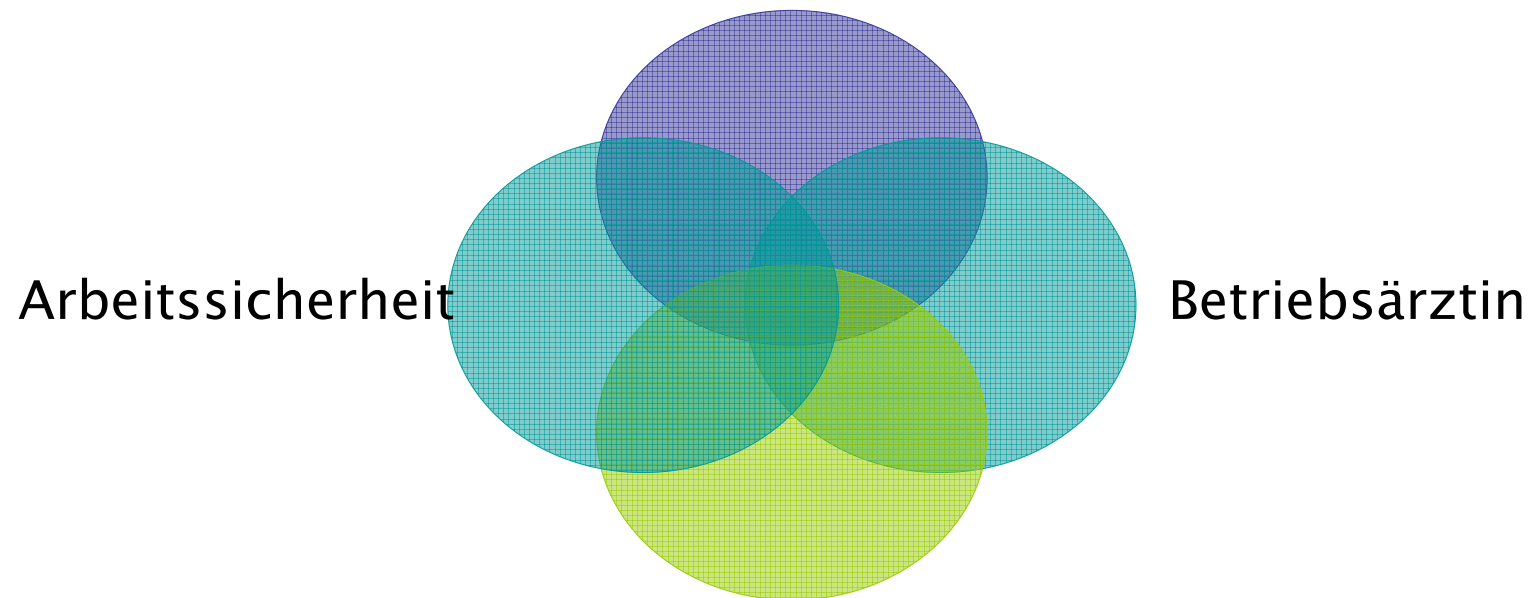
Themen und Aufgabenbereiche:

- physische u. psychische Belastungen am Arbeitsplatz
- hohe Fehlzeiten
- Unterstützung bei Wiedereingliederung z. B. nach einer Reha-Maßnahme
- Beratung bei Suchtproblemen
- Konfliktberatung
- Coaching / Supervision
- Führungskräftebildungen
- Primärprävention (z. B. Gesundheitstage)



Kooperationen:

Betr. Gesundheitsmanagement



Schwerbehindertenbeauftragte



Rahmenbedingungen ändern sich



Regionen mit ...

-  Top-Zukunftschancen
-  sehr hohen Zukunftschancen
-  hohen Zukunftschancen
-  Zukunftschancen
-  ausgeglichenem Chancen-Risiko-Mix
-  Zukunftsrisiken
-  hohen Zukunftsrisiken
-  sehr hohen Zukunftsrisiken



Die Herausforderung

Demographischer
Wandel und die
Verlängerung der
Lebensarbeitszeit

Förderung und Erhalt der
Beschäftigungsfähigkeit
und Motivation

Älter und
vielfältiger
werdende
Belegschaft



Organisation / Betrieb

Arbeitsaufgabe

Work - life - Balance

Mitarbeiter

Gesundheitsverhalten

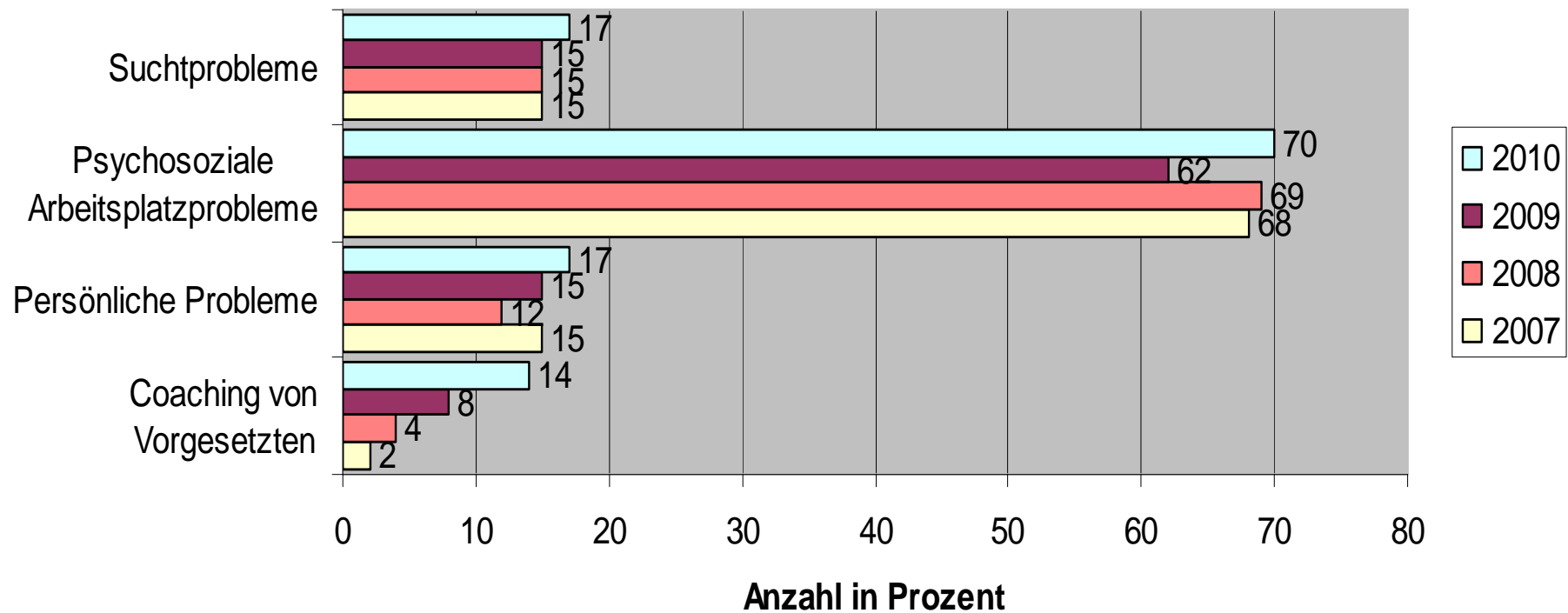
Arbeitsgruppe (Team, Abteilung)

**Beziehung zwischen Führungskraft -
Mitarbeiter - Kollegen**

**Unternehmenskultur, Betriebsklima,
Spielregeln...**



Vorrangiges Problem







Landeshauptstadt
Mainz

Burnout?!



Vielen Dank für Ihre Aufmer



“Lass Deinen Stress 5 Minuten am Tag
sein und du wirst dich stundenlang
besser fühlen”