

## „I schau auf mi UND di“ – Burnout-Präventionskampagne

Die erfolgreiche im Jahr 2009 gestartete Kampagne „I schau auf mi UND di – Für eine gesunde Psyche“ der Arbeiterkammer Salzburg,

der Salzburger Gebietskrankenkasse und des Kuratoriums für psychische Gesundheit fand auch im Jahr 2012 wieder Anklang. Die Kampagne richtet sich an Betriebsrätinnen und Betriebsräte. Diese erhalten ein umfassendes und kostenloses Paket an Informationen, Unterstützung und Beratungsmöglichkeiten. Wir stellen Expertenwissen zur Verfügung, wie in Burnout-Situationen reagiert werden soll.

Das Serviceangebot der Kampagne ist eine Art Erste-Hilfe-Koffer im betrieblichen Umfeld. Zentrales Anliegen ist die Aufklärung über die Folgen chronischer Überlastung und Stress in Betriebsversammlungen sowie die Strategieberatung von BetriebsrätInnen zur präventiven Problembearbeitung.

Insbesondere große Unternehmen nahmen 2012 an der Kampagne teil, u.a. eine große Drogeriekette, mehrere Banken und Versicherungen. Insgesamt konnten über die betrieblichen Veranstaltungen ca. 1.800 Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer erreicht werden.

### Was ist der Unterschied zwischen Herzinfarkt und dem „Herzinfarkt der Seele“?

Der Kabarettist Ingo Vogl gestaltete ein eigenes Programm zur Kampagne und bringt das Thema auf humorvolle Weise zur Sprache. Das Programm steht als DVD zur Verfügung.

Das Servicepaket kann kostenlos über die Arbeiterkammer Salzburg, Frau Karin Beer (0662 / 8687), angefordert werden.

AK SALZBURG  
OGB  
KURATORIUM PSYCHISCHE GESUNDHEIT  
GKK SALZBURG

**I schau auf mi UND di**  
Für eine gesunde Psyche

EIN PROJEKT VON AK OGB KURATORIUM PSYCHISCHE GESUNDHEIT GKK