

BZ 8.4.2010

„Psychische Belastung und Stress nehmen zu“

KURZ GEFRAGT mit Beate Pfriender-Muck / Gesundheitstage im St. Josefshaus in Herten sind für Mitarbeiter und die Öffentlichkeit

HERTEN. Am Mittwoch, 14., und Donnerstag, 15. April, finden im St. Josefshaus die mittlerweile vierten Gesundheitstage mit Vorträgen, Workshops und Entspannungsangeboten zum Schwerpunkt „psychische Belastung und Stress“ statt. Nicht nur die Mitarbeiter der Einrichtung sind zur Teilnahme an diesem Aktionsprogramm eingeladen, sondern die gesamte Bevölkerung. Ralf Staub wollte Näheres wissen von der Leiterin der Personalabteilung, Beate Pfriender-Muck, die für die Organisation zuständig ist.

BZ: *Frau Pfriender-Muck, sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des St. Josefshauses besonders stressgeplagt?*

Beate Pfriender-Muck: Grundsätzlich sind Stress und psychische Belastung Themen in allen Berufssparten – mit zunehmender Tendenz.

BZ: *Unter Ihren Mitarbeitern auch?*

Pfriender-Muck: Wir haben hier im Haus einen Arbeitskreis Gesundheit eingerichtet und werten regelmäßig die Ge-

sundheitsberichte der AOK für unsere Mitarbeiter aus. Gesamtgesellschaftlich gibt es eine Steigerung, bei uns keine signifikante Zunahme. In der Häufigkeitsstatistik der Erkrankungen liegen die psychischen Erkrankungen auf Rang 4 bei uns. Am häufigsten sind Atemwegserkrankungen und dann Erkrankungen an Muskeln oder Skelett registriert worden. Letzteren haben wir uns auch mit den Gesundheitstagen 2007 und 2008 gewidmet.

Für einige Angebote sind Anmeldungen erforderlich

BZ: *Die Angebote der Gesundheitstage sind nicht auf Ihre Mitarbeiter beschränkt, wen haben Sie als Zielgruppe im Auge?*

Pfriender-Muck: Grundsätzlich die interessierte Öffentlichkeit, speziell die Angehörigen von Pflege- und Betreuungsberufen, aber die Themen kommen wirklich



Beate Pfriender-Muck

FOTO: PRIVAT

Mal hatten wir fast 230 Teilnehmer. Ich denke, dass das Konzept „Gesundheit erleben und erfahren“ ankommt.

BZ: *Was steht alles auf dem Programm?*

Pfriender-Muck: Neben Info-Ständen und Vorträgen, etwa über Burn-Out oder Stressbewältigung gibt es dieses Mal zum Beispiel den Stresspiloten der AOK, der die genaue Belastung misst oder die BGW-Stresskammer, die zeigt, was in unserem Körper bei Stress abläuft. Dazu gibt es zum Beispiel Fitnesstests oder Ernährungstipps oder diverse Entspannungsangebote.

Info: Gesundheitstage am Mittwoch, 14., und Donnerstag, 15. April im

St. Josefshaus Herten (Therapiezentrum). Anmeldung unter ☎ 07623/470-0 oder per E-Mail telefonzentrale@sankt-josefshaus.de. Näheres zum Programm unter www.sankt-josefshaus.de/termine.php

in jeder Berufsgruppe auf. Dabei sollten Interessierte beachten, dass zum Teil eine Anmeldung erforderlich ist.

BZ: *Wie war denn bisher die Resonanz?*

Pfriender-Muck: Sehr gut, beim letzten